

**НАУЧНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ
ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПЕДАГОГОВ-ПСИХОЛОГОВ |
SCIENTIFIC AND METHODOLOGICAL SUPPORT
OF PROFESSIONAL ACTIVITIES OF TEACHER-PSYCHOLOGISTS**

Научная статья | Original paper

**Программа психолого-педагогических занятий
«Уроки психологии: путь к себе» как инструмент
создания условий для укрепления и сохранения
психологического благополучия обучающихся**

А.А. Кузнецова², Л.Е. Олтаржевская¹✉, Л.В. Егорова¹, О.А. Голерова¹, М.П. Левицкая²

¹ Городской психолого-педагогический центр Департамента образования и науки города Москвы, Москва, Российская Федерация

² Государственное бюджетное образовательное учреждение города Москвы «Школа № 1950», Москва, Российская Федерация

✉ oltarzhevskayale@edu.mos.ru

Резюме

Контекст и актуальность. Гуманизация как актуальный вектор развития современного образования расставляет акценты на необходимости психологической подготовки обучающихся к самостоятельной активной жизни в обществе социальных перемен. Психологические знания закладывают основу для развития таких личностных качеств, как самостоятельность, критическое мышление, устойчивость к информационным воздействиям, что способствует в целом снижению риска формирования асоциальных форм поведения. Повышение уровня психологической грамотности способствует развитию уважения к человеку как к личности, вне зависимости от его положения, национальности, помогает выстраивать отношения с окружающими, основываясь на гуманистических принципах. **Цель.** Апробировать программу психолого-педагогических занятий, разработанную на основе учебно-методического комплекта «Уроки психологии» под редакцией И.В. Дубровиной, на базе образовательных организаций города Москвы. **Гипотеза.** Психолого-педагогические занятия в школе способствуют развитию психологической грамотности обучающихся как одного из факторов успешной социализации, повышения эффективности в различных видах деятельности, в том числе учебной, развивают коммуникативную компетентность, личностную готовность к саморазвитию и самопознанию. **Методы и материалы.** Проведена апробация

Кузнецова А.А., Олтаржевская Л.Е., Егорова Л.В.,
Голерова О.А., Левицкая М.П. (2025)
Программа психолого-педагогических занятий
«Уроки психологии: путь к себе» как инструмент
создания условий для укрепления и сохранения
психологического благополучия обучающихся
Вестник практической психологии образования,
22(2), 3—20.

Kuznetsova A.A., Oltarzhevskaya L.E., Egorova L.V.,
Golerova O.A., Levitskaya M.P. (2025)
The program of psychological and pedagogical classes
“Psychology lessons: the path to self” as a tool
for creating conditions for strengthening and
preserving the psychological well-being of students
Bulletin of Practical Psychology of Education,
22(2), 3—20.

программы психолого-педагогических занятий «Уроки психологии: путь к себе» для обучающихся 3—9 классов в общеобразовательных организациях города Москвы. В апробации приняли участие 64 образовательные организации (140 классов). Далее проводилось анкетирование педагогов-психологов, проводивших занятия, для выявления актуальных запросов и степени удовлетворенности качеством и результатами занятий со стороны детей, родителей, педагогов. **Результаты.** Выявлен высокий интерес обучающихся к процессу психолого-педагогических занятий и их содержанию. По данным, полученным от педагогов-психологов, большая часть обучающихся посещала занятия с интересом, опрос классных руководителей относительно полезности проведенных занятий показал такие же результаты. **Выводы.** Программа психолого-педагогических занятий «Уроки психологии: путь к себе» соответствует современным требованиям к содержанию и результатам образовательного процесса, и ее реализация направлена на повышение качества психолого-педагогической помощи обучающимся в части создания условий для сохранения психологического благополучия и развития личности обучающихся, профилактики социальных рисков.

Ключевые слова: психолого-педагогическое занятие, психологическая культура, психологическое здоровье и благополучие обучающихся, профилактика социальных рисков, качество образовательного процесса

Благодарности. Авторы благодарят за методическое сопровождение и экспертизу научного консультанта проекта доктора психологических наук И. В. Дубровину.

Для цитирования: Кузнецова, А.А., Олтаржевская, Л.Е., Егорова, Л.В., Голерова, О.А., Левицкая, М.П. (2025). Программа психолого-педагогических занятий «Уроки психологии: путь к себе» как инструмент создания условий для укрепления и сохранения психологического благополучия обучающихся. *Вестник практической психологии образования*, 22(2), 3—20. <https://doi.org/10.17759/bppe.2025220201>

The program of psychological and pedagogical classes “Psychology lessons: the path to self” as a tool for creating conditions for strengthening and preserving the psychological well-being of students

A.A. Kuznetsova², L.E. Oltarzhevskaya^{1✉}, L.V. Egorova¹, O.A. Golerova¹, M.P. Levitskaya²

¹ City Psychological and Pedagogical Center of the Department of Education and Science of Moscow, Moscow, Russian Federation

² State Budgetary Educational Institution of the city of Moscow “School No. 1950”, Moscow, Russian Federation

✉ oltarzhevskayale@edu.mos.ru

Кузнецова А.А., Олтаржевская Л.Е., Егорова Л.В.,
Голерова О.А., Левицкая М.П. (2025)
Программа психологического-педагогических занятий
«Уроки психологии: путь к себе» как инструмент
создания условий для укрепления и сохранения
психологического благополучия обучающихся
Вестник практической психологии образования,
22(2), 3—20.

Kuznetsova A.A., Oltarzhevskaya L.E., Egorova L.V.,
Golerova O.A., Levitskaya M.P. (2025)
The program of psychological and pedagogical classes
“Psychology lessons: the path to self” as a tool
for creating conditions for strengthening and
preserving the psychological well-being of students
Bulletin of Practical Psychology of Education,
22(2), 3—20.

Abstract

Context and relevance. Humanization as an actual vector of the development of modern education places emphasis on the need for psychological preparation of students for independent active life in a society of social change. Psychological knowledge lays the foundation for the development of such personal qualities as independence, critical thinking, and resistance to information influences, which generally helps to reduce the risk of antisocial behaviors. Increasing the level of psychological literacy promotes the development of respect for a person as a person, regardless of his position, nationality, helps to build relationships with others based on humanistic principles. **Objective.** To test the program of psychological and pedagogical classes, developed based on the educational and methodological kit "Psychology Lessons" edited by I. V. Dubrovina based on educational organizations of the city of Moscow. **Hypothesis.** Psychological and pedagogical classes at school contribute to the development of psychological literacy of students as one of the factors of successful socialization, increase efficiency in various types of activities, including educational, developing communicative competence, personal readiness for self-development and self-knowledge. **Methods and materials.** The program of psychological and pedagogical classes "Psychology lessons: the path to self" for students of grades 3-9 in educational institutions of the city of Moscow was tested. 64 educational organizations (140 classes) took part in the testing. Next, a survey was conducted among the educational psychologists who conducted the classes to identify relevant requests and the degree of satisfaction with the quality and results of classes from children, parents, and teachers. **Results.** High interest of students in the process of psychological and pedagogical classes and their content. According to the data received from psychological educators, most of the students attended classes with interest, and a survey of classroom teachers regarding the usefulness of the classes showed the same results. **Conclusions.** The program of psychological and pedagogical classes "Psychology lessons: the path to self" meets modern requirements for the content and results of the educational process, and its implementation is aimed at improving the quality of psychological and pedagogical assistance to students in terms of creating conditions for maintaining psychological well-being and personal development of students, preventing social risks.

Keywords: psychological and pedagogical training, psychological culture, psychological health and well-being of students, prevention of social risks, quality of the educational process

Acknowledgements. The authors are grateful for the methodological support and expertise of the scientific consultant of the project, Doctor of Psychology I.V. Dubrovina.

For citation: Kuznetsova, A.A., Oltarzhevskaya, L.E., Egorova, L.V., Golerova, O.A., Levitskaya, M.P. (2025). The program of psychological and pedagogical classes “Psychology lessons: the path to self” as a tool for creating conditions for strengthening and preserving the

Кузнецова А.А., Олтаржевская Л.Е., Егорова Л.В.,
Голерова О.А., Левицкая М.П. (2025)
Программа психологического-педагогических занятий
«Уроки психологии: путь к себе» как инструмент
создания условий для укрепления и сохранения
психологического благополучия обучающихся
Вестник практической психологии образования,
22(2), 3—20.

Kuznetsova A.A., Oltarzhevskaya L.E., Egorova L.V.,
Golerova O.A., Levitskaya M.P. (2025)
The program of psychological and pedagogical classes
“Psychology lessons: the path to self” as a tool
for creating conditions for strengthening and
preserving the psychological well-being of students
Bulletin of Practical Psychology of Education,
22(2), 3—20.

psychological well-being of students. *Bulletin of Practical Psychology of Education*, 22(2), 3—20.
(In Russ.). <https://doi.org/10.17759/bppe.2025220201>

Введение

Реализация образовательных и воспитательных функций невозможна вне контекста человеческого взаимодействия. Как подчеркивал Л.С. Выготский, «личность становится для себя тем, что она есть в себе, через то, что она представляет для других» (Выготский, 1991). Психологическое просвещение объединяет учителей, учеников и родителей, выступает не только инструментом передачи знаний, но и механизмом формирования ценностных ориентаций, эмоционального интеллекта и социальной ответственности. В.И. Слободчиков отмечал, что именно в диалоге «происходит становление субъектности человека, его способности к самоопределению» (Слободчиков, Исаев, 1995). Таким образом, коммуникативные компетенции и навыки педагогов и учеников становятся основой для создания среды, где ученик не усваивает готовые истины, а конструирует их в процессе сотрудничества.

Учитывая современные условия, в которых особенно актуально сохранение психологического здоровья школьников, важно выработать системные подходы к различным социальным рискам. Гуманизация как ключевой вектор развития системы образования обуславливает необходимость создания психологического-педагогических условий, которые играют решающую роль в развитии личности учащихся в образовательном пространстве школы. Психологические знания становятся основой для формирования и повышения психологической грамотности обучающихся, что, в свою очередь, является одним из факторов успешной социализации. Это включает в себя повышение эффективности в различных видах деятельности, включая учебную, развитие коммуникативной компетентности, создает условия для личностного роста, саморазвития и самопознания. Таким образом, гуманизация образования требует тщательного комплексного подхода к созданию среды, способствующей психическому и эмоциональному здоровью детей.

Учебная деятельность является ведущей лишь в младшем школьном возрасте, в остальных возрастах на первый план выступают другие типы деятельности, в которых основное значение для психического развития может иметь воспитание, общение со сверстниками или успешность в общественной деятельности (Стоунс, 1984).

В условиях современных социальных и образовательных вызовов — роста стрессовых ситуаций среди школьников, распространения буллинга, сложностей в межличностной коммуникации — возрастает потребность в системном психологическом просвещении учащихся. Как подчеркивает И.В. Дубровина, «психологическое здоровье ребенка — это основа его успешной социализации и самореализации» (Андреева и др., 2025). Программа «Уроки психологии», разработанная Ириной Владимировной Дубровиной, доктором психологических наук, одним из ведущих специалистов в области возрастной и педагогической психологии, предлагает системный подход к созданию условий для формирования устойчивости, эмоциональной грамотности и позитивного самоотношения у детей и подростков.

Кузнецова А.А., Олтаржевская Л.Е., Егорова Л.В.,
Голерова О.А., Левицкая М.П. (2025)
Программа психологического-педагогических занятий
«Уроки психологии: путь к себе» как инструмент
создания условий для укрепления и сохранения
психологического благополучия обучающихся
Вестник практической психологии образования,
22(2), 3—20.

Kuznetsova A.A., Oltarzhevskaya L.E., Egorova L.V.,
Golerova O.A., Levitskaya M.P. (2025)
The program of psychological and pedagogical classes
“Psychology lessons: the path to self” as a tool
for creating conditions for strengthening and
preserving the psychological well-being of students
Bulletin of Practical Psychology of Education,
22(2), 3—20.

Актуальность интеграции психологических знаний в учебный процесс подтверждается данными исследований: по информации ВОЗ, около 20% подростков во всем мире сталкиваются с психическими расстройствами, такими как тревожность или депрессия. В России, согласно исследованию, проведенному компанией лабораторной диагностики в 2023 году, 75% российских школьников регулярно сталкиваются со стрессовыми состояниями, при этом предпочтая скрывать свои переживания от семьи. Более 35% родителей фиксируют у детей признаки эмоционального напряжения, включая тревожность, резкие смены настроения, повышенную раздражительность и психосоматические проявления (например, головные боли). Опросы также выявили, что 76% учащихся испытывают постоянный или ситуативный психологический дискомфорт. В подобных условиях интеграция уроков психологии в образовательный процесс становится не просто факультативным элементом, а действенным инструментом профилактики. Их ключевая задача — формирование у подростков навыков управления эмоциями, осознанного разрешения конфликтов и развития эмпатии, что способствует созданию устойчивой психологической базы для преодоления кризисных ситуаций.

Программа И.В. Дубровиной базируется на идее, что психологическое благополучие — это динамический процесс, требующий целенаправленного формирования. Как отмечает автор, «задача школы — не только давать знания, но и учить детей жить в гармонии с собой и окружающими» (Дубровина, 2016). Важным дополнением к этой концепции служат идеи А.Г. Асмолова, который подчеркивает, что образование должно быть ориентировано на «формирование готовности личности к саморазвитию и диалогу в условиях неопределенности» (Асмолов, 2018). Это созвучно целям программы, где акцент делается на развитии метакогнитивных навыков и социальной компетентности, позволяющих ученикам адаптироваться к быстро меняющемуся миру. И.В. Дубровина подчеркивает: «Психологическая культура — это иммунитет против деструктивных влияний среды» (Андреева и др., 2025). Программа «Уроки психологии» направлена на формирование этой культуры через развитие трех ключевых компонентов:

- эмоциональной грамотности — способности распознавать и регулировать эмоции;
- социальной рефлексии — анализа своих действий в контексте группового взаимодействия;
- когнитивной гибкости — умения адаптироваться к меняющимся условиям (Дубровина, 2007).

В течение 2023—2024 гг. рабочая группа специалистов Государственного бюджетного учреждения города Москвы «Городской психологический центр Департамента образования и науки Москвы» (ГБУ ГППЦ ДОНМ) под руководством доктора психологических наук, профессора, действительного члена Российской академии образования, заслуженного деятеля науки Российской Федерации И.В. Дубровиной инициировала комплекс мероприятий, направленных на актуализацию курса «Уроки психологии». Цель проведенных мероприятий — повышение уровня психологической грамотности среди обучающихся и формирование позитивного психологического климата в образовательных учреждениях. В ходе работы особое внимание уделялось адаптации учебного материала с учетом современных научных подходов и практических аспектов, что

Кузнецова А.А., Олтаржевская Л.Е., Егорова Л.В.,
Голерова О.А., Левицкая М.П. (2025)
Программа психолого-педагогических занятий
«Уроки психологии: путь к себе» как инструмент
создания условий для укрепления и сохранения
психологического благополучия обучающихся
Вестник практической психологии образования,
22(2), 3—20.

Kuznetsova A.A., Oltarzhevskaya L.E., Egorova L.V.,
Golerova O.A., Levitskaya M.P. (2025)
The program of psychological and pedagogical classes
“Psychology lessons: the path to self” as a tool
for creating conditions for strengthening and
preserving the psychological well-being of students
Bulletin of Practical Psychology of Education,
22(2), 3—20.

делает его максимально доступным для педагогов и обучающихся. Так создаются условия для формирования у обучающихся осознанного отношения к своему внутреннему миру, развития коммуникативных навыков для построения межличностных отношений, а также для повышения уровня психологической устойчивости с учетом меняющихся условий окружающего мироустройства (Дубровина, 2007).

«Наблюдения показывают, что, если вовремя обращать внимание на школьников с первыми признаками невротических реакций, повышать устойчивость адаптационного барьера, можно остановить процесс психогенного формирования личности. Таким образом, для профилактики и коррекции «школьных неврозов» необходимы комплексные меры, включающие проведение ранней диагностики развития личности ребенка, учет его возрастных и индивидуальных особенностей и возможностей, постоянную работу с учителями и родителями в системе школьной психологической службы» (Андреева и др., 2025).

Материалы и методы

На первом этапе актуализации курса была разработана программа психолого-педагогических занятий «Уроки психологии: путь к себе» (далее — Программа), целью которой является глубокое погружение участников в изучение основ психологии с акцентом на самопознание и личностный рост. Программа прошла экспертную оценку Ирины Владимировны Дубровиной. В ходе дальнейшей работы, возглавляемой И.В. Дубровиной, специалисты занимались наполнением программ содержательным контентом. Таким образом, были разработаны подробные конспекты занятий, охватывающие основные темы, а также методические рекомендации, направленные на реализацию предлагаемых занятий. Данный подход обеспечивает не только структурированное изложение материала, но и построение программ для различных групп обучающихся, что, в свою очередь, обеспечивает более глубокое и осознанное освоение психологических концепций.

Основанная на авторской программе «Преподавание психологии в школе. 3—11 классы», программа «Уроки психологии: путь к себе» рассчитана на длительный срок реализации — 7 лет, по 34 занятия в течение каждого учебного года. Программа предназначена для психолого-педагогических занятий с учащимися 3—9 классов, она представляет собой последовательную целостную систему курсов, охватывающую все важные аспекты психического развития обучающихся. Каждый последующий курс не только углубляет знания, полученные на предыдущем этапе, но и вовлекает обучающихся в новые психологические концепции, что особенно актуально с учетом возрастных и социальных изменений, оказывающих влияние на их развитие. Рекомендуемая форма проведения таких занятий — это внеурочная деятельность, которая позволяет интегрировать психологические знания в повседневную жизнь обучающихся, способствуя их личностному и социальному развитию. Данная программа становится необходимой для формирования у учащихся навыков самопознания и понимания окружающего мира, что, в свою очередь, способствует развитию их эмоционального интеллекта и социальной адаптации (Андреева и др., 2008).

«Занятия курса «Уроки психологии» способствуют созданию психологических условий для полноценного включения в образовательное пространство и успешной социализации детей с

Кузнецова А.А., Олтаржевская Л.Е., Егорова Л.В., Голерова О.А., Левицкая М.П. (2025)
Программа психолого-педагогических занятий «Уроки психологии: путь к себе» как инструмент создания условий для укрепления и сохранения психологического благополучия обучающихся
Вестник практической психологии образования, 22(2), 3—20.

Kuznetsova A.A., Oltarzhevskaya L.E., Egorova L.V., Golerova O.A., Levitskaya M.P. (2025)
The program of psychological and pedagogical classes “Psychology lessons: the path to self” as a tool for creating conditions for strengthening and preserving the psychological well-being of students
Bulletin of Practical Psychology of Education, 22(2), 3—20.

ограниченными возможностями здоровья, детей с отклонениями в поведении, детей, оставшихся без попечения родителей, детей из семей беженцев и вынужденных переселенцев, детей, проживающих в малоимущих семьях, и других категорий детей, находящихся в трудной жизненной ситуации. Изучая психологию, ребята понимают уникальность, сложность и ценность внутреннего мира человека. Занятия курса «Уроки психологии» развивают чувство уважения к человеку как таковому независимо от его физических возможностей, должности, положения, национальности, вероисповедания, а следовательно, учат детей общаться на основе взаимного уважения. На занятиях курса «Уроки психологии» создаются благоприятные условия для развития талантливых и одаренных детей» (Филакова, 2023).

Целью Программы является формирование и развитие психологической грамотности и психологической культуры обучающихся посредством приобщения к психологическим знаниям — как основы психологического здоровья и благополучия личности.

Задачами Программы выступают: формирование у обучающихся представлений об общепсихологических понятиях, психических свойствах, процессах и состояниях, о психологии как науке; формирование готовности использования полученных знаний в обучении и взаимодействии с другими людьми; развитие коммуникативной компетентности обучающихся (умение продуктивно общаться и взаимодействовать в процессе совместной деятельности, учитывать позиции других участников деятельности, эффективно разрешать конфликты).

Психолого-педагогические занятия по программе «Уроки психологии: путь к себе» создают условия для овладения обучающимися средствами рефлексии, понимания самого себя, самопринятия и саморазвития, приобщения обучающихся к ценностям здорового и безопасного образа жизни, ответственного отношения к физическому и психологическому здоровью, как собственному, так и других людей; способствуют сохранению психологического благополучия личности обучающегося через развитие механизмов адаптации личности и преодоления стрессовых воздействий.

Программа представлена в виде учебно-методических комплектов.

В состав учебно-методического комплекта для каждого класса входят:

- методическое пособие для педагогов, содержащее краткое описание программы, возрастных особенностей обучающихся, тематическое планирование, технологии работы по программе, подробные конспекты занятий;
- пособие для обучающихся, представляющее собой рабочую тетрадь, в которой изучаемые понятия рассматриваются как с теоретической точки зрения, так и осваиваются при выполнении практических заданий.

Также в учебно-методический комплект входят общие методические рекомендации — книга для педагогов по реализации Программы с описанием технологии проведения занятий.

Результаты

В 2023—2024 учебном году была проведена апробация программы психолого-педагогических занятий «Уроки психологии: путь к себе» для обучающихся 3—9 классов в

Кузнецова А.А., Олтаржевская Л.Е., Егорова Л.В., Голерова О.А., Левицкая М.П. (2025) Программа психолого-педагогических занятий «Уроки психологии: путь к себе» как инструмент создания условий для укрепления и сохранения психологического благополучия обучающихся *Вестник практической психологии образования*, 22(2), 3—20.

Kuznetsova A.A., Oltarzhevskaya L.E., Egorova L.V., Golcrova O.A., Levitskaya M.P. (2025) The program of psychological and pedagogical classes “Psychology lessons: the path to self” as a tool for creating conditions for strengthening and preserving the psychological well-being of students *Bulletin of Practical Psychology of Education*, 22(2), 3—20.

общеобразовательных организациях города Москвы. В апробации приняли участие 64 образовательные организации (140 классов).

Методическое сопровождение процесса апробации Программы осуществляли специалисты ГБУ ГППЦ ДОНМ. Общее количество обучающихся, посетивших психолого-педагогические занятия по программе «Уроки психологии: путь к себе», составляет 5174 ребенка (подробные данные приведены в табл. 1).

Таблица / Table

Количество классов, принялших участие в апробации программы психолого-педагогических занятий «Уроки психологии: путь к себе»
The number of classes that took part in the testing of the program of psychological and pedagogical classes “Psychology lessons: the way to self”

Класс/ class	Количество классов/ Number of classes	% (от общего количества классов) / % (of the total number of classes)
3 класс / 3rd grade	34	24%
4 класс / 4rd grade	17	12%
5 класс / 5rd grade	28	20%
6 класс / 6rd grade	17	12%
7 класс / 7rd grade	16	12%
8 класс / 8rd grade	15	11%
9 класс / 9rd grade	13	9%

В ходе апробации Программы проводилось анкетирование педагогов-психологов, которые проводили занятия, с целью выявления актуальных запросов и степени удовлетворенности качеством и результатами психолого-педагогических занятий со стороны детей, родителей, педагогов.

В опросе приняли участие 70 педагогов-психологов.

По результатам опроса педагоги-психологи отмечали высокий интерес обучающихся к процессу психолого-педагогических занятий и их содержанию. По данным, полученным от педагогов-психологов, 86% обучающихся посещают занятия с интересом, 6% посещают формально и 8% затруднились ответить (рис. 1).

Апробация программы психолого-педагогических занятий осуществлялась в рамках тесного сотрудничества с классными руководителями, что сыграло важную роль в ее успешной реализации. В начальной школе занятия проводились совместно с классными руководителями, что создавало более гармоничную и благоприятную атмосферу для детей, а также обеспечивало дополнительную информативность. Это совместное участие способствовало более глубокому погружению каждого обучающегося, а классные руководители могли наблюдать за состоянием и настроением детей. В средней школе содержание и результаты каждого занятия обсуждались с классными руководителями, что способствовало адаптации программы в соответствии с актуальными потребностями учащихся. Классные руководители, обладая более полным представлением о динамике класса

Кузнецова А.А., Олтаржевская Л.Е., Егорова Л.В., Голерова О.А., Левицкая М.П. (2025)
 Программа психолого-педагогических занятий «Уроки психологии: путь к себе» как инструмент создания условий для укрепления и сохранения психологического благополучия обучающихся
Вестник практической психологии образования, 22(2), 3—20.

Kuznetsova A.A., Oltarzhevskaya L.E., Egorova L.V., Goleroval O.A., Levitskaya M.P. (2025)
 The program of psychological and pedagogical classes “Psychology lessons: the path to self” as a tool for creating conditions for strengthening and preserving the psychological well-being of students
Bulletin of Practical Psychology of Education, 22(2), 3—20.

и характерных особенностях своих учеников, могли дать ценные рекомендации, а также помочь в выявлении проблемных моментов. Таким образом, данный подход не только поддерживает качество психолого-педагогических занятий, но и обеспечивает взаимосвязь между всеми участниками образовательного процесса.

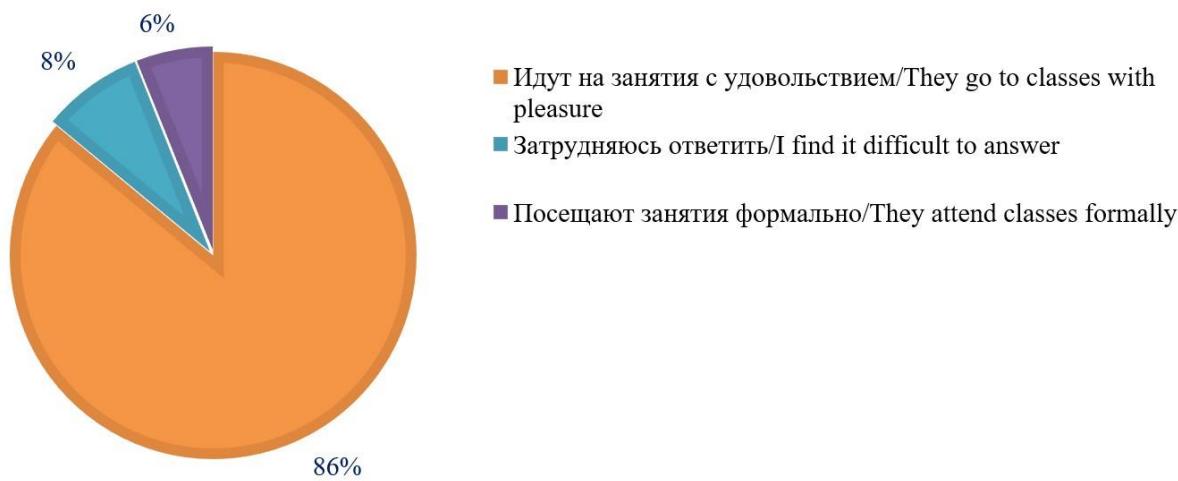


Рис. 1. Удовлетворенность обучающихся занятиями по программе «Уроки психологии: путь к себе» (по мнению педагогов-психологов ОО, %, n = 70)
Fig. 1. Satisfaction of students with classes in the program “Psychology lessons: the path to self” (according to the educational psychologists of the NGO, %, n = 70)

В целях получения обратной связи от педагогов был проведен опрос классных руководителей классов, где реализовывалась программа «Уроки психологии: путь к себе». В опросе приняли участие 140 классных руководителей. Результаты анкетирования показали, что 83% классных руководителей считают психолого-педагогические занятия в рамках реализации программы «Уроки психологии: путь к себе» полезными для обучающихся, 11% затруднились с ответом и 6% отметили, что не считают такие занятия полезными для детей (рис. 2).

Перед началом апробации Программы занятий педагогами-психологами совместно с классными руководителями было проведено информирование родителей (в форме родительских собраний, информационных писем). Родителям подробно сообщалось о целях, задачах, содержании занятий. В ходе апробации программы педагоги-психологи ежемесячно получали обратную связь от родителей.

В ходе реализации Программы был проведен опрос родителей детей, которые посещали психолого-педагогические занятия. В опросе приняли участие 2435 родителей. Итоги опроса показали, что 70% родителей занятия по Программе считают полезными для своих детей, 28% родителей затруднились с ответом, 2% родителей не считают подобные занятия полезными (рис. 3).

Кузнецова А.А., Олтаржевская Л.Е., Егорова Л.В.,
Голерова О.А., Левицкая М.П. (2025)
Программа психологического-педагогических занятий
«Уроки психологии: путь к себе» как инструмент
создания условий для укрепления и сохранения
психологического благополучия обучающихся
Вестник практической психологии образования,
22(2), 3—20.

Kuznetsova A.A., Oltarzhevskaya L.E., Egorova L.V.,
Golerova O.A., Levitskaya M.P. (2025)
The program of psychological and pedagogical classes
“Psychology lessons: the path to self” as a tool
for creating conditions for strengthening and
preserving the psychological well-being of students
Bulletin of Practical Psychology of Education,
22(2), 3—20.



Рис. 2. Эффективность занятий по программе «Уроки психологии: путь к себе»
(по мнению классных руководителей ОО, %, n = 140)

Fig. 2. The effectiveness of classes in the program “Psychology lessons: the path to self”
(according to the classroom teachers of the NGO, %, n = 140)

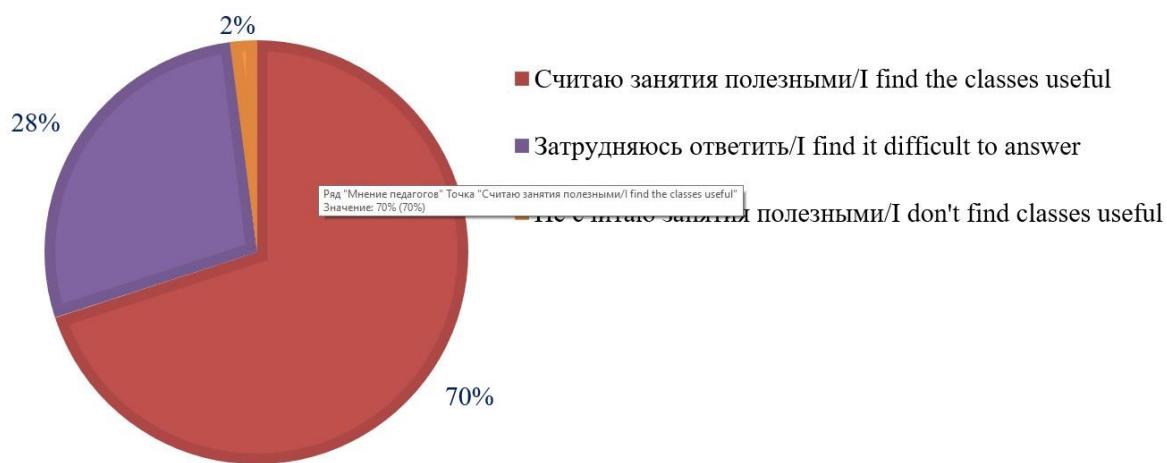


Рис. 3. Эффективность занятий по программе «Уроки психологии: путь к себе»
(по мнению родителей обучающихся, %, n = 2435)

Fig. 3. The effectiveness of classes in the program “Psychology lessons: the path to self”
(according to the parents of students, %, n = 2435)

Обсуждение результатов

Рассмотрим подробнее опыт апробации программы «Уроки психологии: путь к себе» в одной из московских школ. В течение 2023—2024 учебного года апробация Программы проходила в ГБОУ «Школа № 1950». В качестве основных задач участия в апробации для школы выступали:

Кузнецова А.А., Олтаржевская Л.Е., Егорова Л.В.,
Голерова О.А., Левицкая М.П. (2025)
Программа психологического-педагогических занятий
«Уроки психологии: путь к себе» как инструмент
создания условий для укрепления и сохранения
психологического благополучия обучающихся
Вестник практической психологии образования,
22(2), 3—20.

Kuznetsova A.A., Oltarzhevskaya L.E., Egorova L.V.,
Golerova O.A., Levitskaya M.P. (2025)
The program of psychological and pedagogical classes
“Psychology lessons: the path to self” as a tool
for creating conditions for strengthening and
preserving the psychological well-being of students
Bulletin of Practical Psychology of Education,
22(2), 3—20.

- увеличение охвата детей психолого-педагогическим сопровождением за счет еженедельных встреч с педагогом-психологом;
- организация раннего выявления детей «группы риска»;
- повышение уровня доверия обучающихся и родителей к психолого-педагогической службе образовательной организации.

Апробация Программы в ГБОУ «Школа № 1950» проводилась с обучающимися 3-х классов. Всего в апробации приняли участие 60 детей. Психолого-педагогические занятия проводились педагогом-психологом при участии классных руководителей.

Апробация Программы проводилась специалистами школы в 3 этапа.

1 этап — подготовительный (сентябрь 2023 г.). На данном этапе в формате собраний, рабочих встреч было организовано информирование учителей и родителей о проводящейся аprobации, целях проведения психолого-педагогических занятий по программе «Уроки психологии: путь к себе», планируемых результатах. Родители и педагоги познакомились с материалами Программы, методическими пособиями для педагогов, пособиями для обучающихся. Организационная работа включала планирование сроков проведения занятий и их включение в расписание внеурочной деятельности, подготовку всех необходимых материалов для проведения занятий.

2 этап — основной (октябрь 2023 г. — апрель 2024 г.). На данном этапе осуществлялось проведение психолого-педагогических занятий по программе «Уроки психологии: путь к себе» с обучающимися 3-х классов.

3 этап — завершающий (май 2024 г.). На данном этапе проходило подведение итогов аprobации: мониторинг удовлетворенности реализацией программы психолого-педагогических занятий участников образовательного процесса (анкетирование педагогов-психологов, классных руководителей, родителей, опрос детей) и анализ результатов аprobации, планирование реализации Программы на следующий учебный год.

Анализ результатов аprobации Программы выявил ряд особенностей, на которые следует обратить внимание при планировании проведения занятий. Во-первых, родители обучающихся могут настороженно относиться к новым занятиям. Индивидуальные консультации с родителями, возможность постоянной связи с педагогом-психологом и получения консультаций после каждого проведенного занятия позволяют значительно снизить уровень тревожности родителей и сформировать позитивное отношение к реализации Программы.

Кроме этого, особенно важно уделять внимание процессу формирования мотивации к посещению занятий у обучающихся. Так как психолого-педагогические занятия по Программе в ГБОУ «Школа № 1950» проводились в рамках внеурочной деятельности (социальное направление), то с целью повышения мотивации была предусмотрена возможность пробного посещения занятий для обучающихся. Как показал опыт, посетив первые занятия, ребята уже с интересом шли на следующие.

Подводя итоги аprobации, в первую очередь важно отметить значительные изменения в отношении родителей и детей к самому педагогу-психологу — повысился уровень доверия к

Кузнецова А.А., Олтаржевская Л.Е., Егорова Л.В., Голерова О.А., Левицкая М.П. (2025) Программа психолого-педагогических занятий «Уроки психологии: путь к себе» как инструмент создания условий для укрепления и сохранения психологического благополучия обучающихся *Вестник практической психологии образования*, 22(2), 3—20.

Kuznetsova A.A., Oltarzhevskaya L.E., Egorova L.V., Golerova O.A., Levitskaya M.P. (2025) The program of psychological and pedagogical classes “Psychology lessons: the path to self” as a tool for creating conditions for strengthening and preserving the psychological well-being of students *Bulletin of Practical Psychology of Education*, 22(2), 3—20.

специалисту. По результатам анализа журнала консультаций с детьми (обучающимися 3-х классов) и их родителями количество консультаций возросло на 38% (по сравнению с прошлым учебным годом).

Важно отметить также, что в классах, где проводились психолого-педагогические занятия по программе «Уроки психологии: путь к себе», значительно снизилось количество конфликтных ситуаций между детьми (по результатам опроса классных руководителей). Несомненным итогом реализации Программы стало также овладение детьми первичными знаниями в области психологии.

По результатам, полученным в ходе апробации программы «Уроки психологии: путь к себе» в ГБОУ «Школа № 1950», были доработаны и дополнены учебное и методическое пособия к Программе. В следующем учебном году в ГБОУ «Школа № 1950» запланирована реализация программы «Уроки психологии: путь к себе» в 3-х и 4-х классах в рамках внеурочной деятельности.

Заключение

Ключевая проблема современной молодежи — утрата смысловых ориентиров, усугубляемая противоречиями между традиционными ценностями и требованиями цифровой эпохи. Т.Д. Марцинковская, анализируя кризисы социализации, отмечает: «В условиях трансформации общества подростки оказываются в ситуации “двойной идентичности” — они вынуждены одновременно адаптироваться к быстро меняющемуся миру и сохранять связь с культурными корнями» (Марцинковская, 2017, с. 89). Это создает внутренний конфликт, который программа «Уроки психологии» помогает разрешить через модули по формированию культурной идентичности (анализ семейных историй, этнопсихологические тренинги).

Программа акцентирует развитие навыков целеполагания и планирования, опираясь на идеи В.Э. Франкла: «Человек не может выжить в вакууме смыслов — ему необходима опора в виде ценностей, которые придают жизни направление» (Андреева, 2025). Однако, как справедливо подчеркивает Т.Д. Марцинковская, «смыслы не формируются в изоляции — они рождаются в диалоге с Другими» (Марцинковская, 2017). Этим объясняется успех групповых форматов программы: «К психологическим трудностям, которые испытывают юноши и девушки во всем мире, в нашей стране добавляются и те, которые обусловлены непростой сегодня социальной ситуацией, на фоне которой происходит развитие наших детей. Высокая степень нестабильности и неопределенности жизни, неясность перспектив социального развития общества, материальные трудности ведут к тому, что подрастающее поколение с большой тревогой и опасениями смотрят в завтрашний день, не хотят или не могут самостоятельно решить, чего же они хотят от жизни. В этих условиях задача психологической помощи — в развитии способности видеть перспективу своей будущей жизни, способности самому определять цели своей жизни, в освоении практически полезных навыков планирования, соотнесения ближней и дальней перспективы и т. п. становится еще более важной» (Андреева и др., 2025).

«Занятия курса «Уроки психологии» способствуют созданию комфортной и безопасной образовательной среды, профилактике социальных рисков, являются ресурсом позитивной

Кузнецова А.А., Олтаржевская Л.Е., Егорова Л.В., Голерова О.А., Левицкая М.П. (2025) Программа психолого-педагогических занятий «Уроки психологии: путь к себе» как инструмент создания условий для укрепления и сохранения психологического благополучия обучающихся *Вестник практической психологии образования*, 22(2), 3—20.

Kuznetsova A.A., Oltarzhevskaya L.E., Egorova L.V., Golerova O.A., Levitskaya M.P. (2025) The program of psychological and pedagogical classes “Psychology lessons: the path to self” as a tool for creating conditions for strengthening and preserving the psychological well-being of students *Bulletin of Practical Psychology of Education*, 22(2), 3—20.

социализации каждого обучающегося. Это отвечает запросам общества (времени) и решает ключевые задачи, которые стоят перед каждой образовательной организацией. Преподавание психологии делает школу более открытой для предметного диалога с родительской общественностью, повышает уровень доверия к школе и психологическую культуру всех участников образовательного процесса» (Филакова, 2023). Эффективность программы подтверждается не только теоретическими положениями, но и эмпирическими данными. По словам Е.М. Филаковой, ее внедрение «повышает уровень доверия к школе и создает среду, где каждый ученик ощущает свою ценность» (Филакова, 2023).

Особую значимость программе придает ее гибкость. Как подчеркивает А.Г. Асмолов, «в эпоху турбулентности только вариативные системы способны адаптироваться к быстро меняющемуся контексту» (Асмолов, 2018).

Программа психолого-педагогических занятий «Уроки психологии: путь к себе» является ответом на современные вызовы в области образования и психологии, соответствующая актуальным требованиям содержания и ожидаемым результатам образовательного процесса. В условиях растущих социальных и психологических рисков особенно важно создать эффективные механизмы поддержки обучающихся, направленные на обеспечение их психологического изменения и всестороннего развития личности. «Уроки психологии: путь к себе» — это не просто образовательный курс, а стратегия выживания в мире неопределенности. Как писал Л.С. Выготский, «образование должно не адаптировать человека к миру, а давать ему инструменты для его преобразования» (Выготский, 1991). Через развитие самопознания, эмпатии и целеустремленности Программа помогает школьникам не просто выживать, а созидать собственное будущее, сохраняя связь с культурными корнями, о которых так точно говорит Т.Д. Марцинковская: «Идентичность — это мост между прошлым и будущим, без которого немыслимо личностное развитие» (Марцинковская, 2017).

Реализация данной программы предоставляет педагогам-психологам широкие возможности для работы с различными категориями учащихся, независимо от уровня их подготовки и жизненного опыта. Важным аспектом является гибкость данной программы, которая позволяет адаптировать ее к конкретным потребностям и контекстам различных образовательных учреждений, что, в свою очередь, обеспечивает ее масштабируемость и вариативность. Педагоги-психологи, используя материалы и методики программы «Уроки психологии: путь к себе», могут эффективно проводить занятия, направленные не только на профилактику социальных рисков, но и на этапе формирования у школьников навыков самопознания и саморегуляции, что положительно влияет на их общий уровень успешности и эмоционального состояния. Таким образом, внедрение данной программы в образовательный процесс в системе Департамента образования и науки города Москвы станет шагом к созданию более безопасной и благоприятной образовательной среды.

Список источников / References

1. Андреева, А.Д., Данилова, Е.Е., Дубровина, И.В., Вохмянина, Т.В., Воронова, А.А., Гуткина, И.И., Данилина, Е.Е., Зацепин, В.В., Лубовский, Д.В., Оборина, Д.В., Пахальян, В.Э., Прихожан, А.М., Толстых, Н.Н. (2025). Руководство практического

Кузнецова А.А., Олтаржевская Л.Е., Егорова Л.В., Голерова О.А., Левицкая М.П. (2025) Программа психолого-педагогических занятий «Уроки психологии: путь к себе» как инструмент создания условий для укрепления и сохранения психологического благополучия обучающихся *Вестник практической психологии образования*, 22(2), 3—20.

Kuznetsova A.A., Oltarzhevskaya L.E., Egorova L.V., Goleroval O.A., Levitskaya M.P. (2025) The program of psychological and pedagogical classes “Psychology lessons: the path to self” as a tool for creating conditions for strengthening and preserving the psychological well-being of students *Bulletin of Practical Psychology of Education*, 22(2), 3—20.

психолога. Психолог в школе: практическое пособие. (И.В. Дубровина, общ. ред.). М.: Юрайт.

Andreeva, A.D., Danilova, E.E., Dubrovina, I.V., Vokhmyanina, T.V., Voronova, A.A., Gutkina, I.I., Danilina, E.E., Zatsepin, V.V., Lubovsky, D.V., Oborina, D.V., Pakhalyan, V.E., Prikhozhan, A.M., Tolstykh, N.N. (2025). *Practical psychologist's Guide. Psychologist at school: a practical guide* (I.V. Dubrovina, ed.). Moscow: Yurait Publishing House. (In Russ.).

2. Андреева, А.Д., Данилова, Е.Е., Дубровина, И.В., Кравцова, Е.М., Москвина, О.А., Прихожан, А.М., Толстых, Н.Н. (2003а). *Младший школьник: развитие познавательных способностей. Пособие для учителя* (И.В. Дубровина, общ. ред.). М.: Просвещение. Andreeva, A.D., Danilova, E.E., Dubrovina, I.V., Kravtsova, E.M., Moskvina, O.A., Prikhozhan, A.M., Tolstykh N. N. (2003a). *The younger student: the development of cognitive abilities. A teacher's manual* (I.V. Dubrovina, ed.). Moscow: Prosveshchenie Publ. (In Russ.).
3. Андреева, А.Д., Данилова, Е.Е., Дубровина, И.В., Лубовский, Д.В., Прихожан, А.М., Толстых, Н.Н. (2003б). *Преподавание психологии в школе: III-XI классы: учебно-методическое пособие.* (И.В. Дубровина, общ. ред.) М.: Издательство МПСИ; Воронеж: Издательство НПО «МОДЭК» (In Russ). Andreeva, A.D., Danilova, E.E., Dubrovina, I.V., Lubovsky, D.V., Prikhozhan, A.M., Tolstykh, N.N. (2003b). *Teaching psychology at school: Grades III-XI: educational and methodical manual* (I.V. Dubrovina, ed.), Moscow: Publishing house MPSI; Voronezh: Publishing House NPO MODEK. (In Russ.).
4. Андреева, А.Д., Данилова, Е.Е., Дубровина, И.В., Лубовский, Д.В., Прихожан, А.М., Толстых, Н.Н. (2008). *Психология. 10 класс: учебно-методическое пособие* (И.В. Дубровина, общ. ред.). М.: Издательство МПСИ; Воронеж: Издательство НПО «МОДЭК». Andreeva, A.D., Danilova, E.E., Dubrovina, I.V., Lubovsky, D.V., Prikhozhan, A.M., Tolstykh, N.N. (2008). *Psychology. 10th grade: educational and methodical manual* (I.V. Dubrovina, ed.). Moscow: MPSI Publishing House; Voronezh: NPO MODEK Publishing House. (In Russ.).
5. Андреева, А.Д., Данилова, Е.Е., Дубровина, И.В., Прихожан, А.М., Толстых, Н.Н. (2007). *Психология. 7 класс: учебно-методическое пособие* (И.В. Дубровина, общ. ред.). М.: Издательство МПСИ; Воронеж: Издательство НПО «МОДЭК». Andreeva, A.D., Danilova, E. E., Dubrovina, I. V., Prikhozhan, A.M., Tolstykh, N.N. (2007). *Psychology. Grade 7: educational and methodical manual* (I.V. Dubrovina, general ed.). Moscow: MPSI Publishing House; Voronezh: NPO MODEK Publishing House. (In Russ.).
6. Асмолов, А.Г. (2003). Практическая психология и проектирование вариативного образования в России: от парадигмы конфликта. *Вопросы психологии*, 4, 3—15. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=44654233> (дата обращения: 30.03.2025). Asmolov, A.G. (2003). Applied psychology and designing variative education in Russia: From the conflict paradigm towards tolerance paradigm. *Voprosy Psychologii*, 4, 3—15. (In Russ.). URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=44654233> (viewed: 30.03.2025).
7. Асмолов, А.Г. (2018). *Психология личности: культурно-историческое понимание развития человека*. М.: Смысл.

Кузнецова А.А., Олтаржевская Л.Е., Егорова Л.В., Голерова О.А., Левицкая М.П. (2025) Программа психологического-педагогических занятий «Уроки психологии: путь к себе» как инструмент создания условий для укрепления и сохранения психологического благополучия обучающихся *Вестник практической психологии образования*, 22(2), 3—20.

Kuznetsova A.A., Oltarzhevskaya L.E., Egorova L.V., Goleroval O.A., Levitskaya M.P. (2025) The program of psychological and pedagogical classes “Psychology lessons: the path to self” as a tool for creating conditions for strengthening and preserving the psychological well-being of students *Bulletin of Practical Psychology of Education*, 22(2), 3—20.

- Asmolov, A.G. (2018). *Personality psychology: cultural and historical understanding of human development*. Moscow: Smysl Publ. (In Russ.).
8. Дубровина, И.В. (1991). *Школьная психологическая служба: вопросы теории и практики: монография*. М.: Педагогика. URL: <https://search.rsl.ru/ru/record/01001595637> (дата обращения: 30.03.2025).
Dubrovina, I.V. (1991). *School psychological service: issues of theory and practice: monograph*. Moscow: Pedagogika Publ. (In Russ.). URL: <https://search.rsl.ru/ru/record/01001595637> (viewed: 30.03.2025).
9. Дубровина, И.В. (2007). Психологическая культура в образовании. *Национальный психологический журнал*, 1(2), 16—20. URL: <https://msupsyj.ru/articles/detail.php?article=3821> (дата обращения: 30.03.2025).
Dubrovina, I.V. (2007). Psychological culture in education. *National Psychological Journal*, 1(2), 16—20. (In Russ.). URL: <https://msupsyj.ru/articles/detail.php?article=3821> (viewed: 30.03.2025).
10. Дубровина, И.В. (2016). *Психологическое благополучие школьников в системе современного образования: учебное пособие*. СПб: Нестор-История.
Dubrovina, I.V. (2016). *Psychological well-being of schoolchildren in the modern education system: The training manual*. Saint Petersburg: Nestor-Istoriya Publ. (In Russ.).
11. Выготский, Л.С. (1984). *Собрание сочинений: В 6 т. Т. 4*. М.: Педагогика.
Vygotsky, L.S. (1984). *Collected works: In 6 vols. Vol. 4*. Moscow: Pedagogika Publ. (In Russ.).
12. Выготский, Л.С. (1991). *Педагогическая психология*. М.: Педагогика.
Vygotsky, L.S. (1991). *Pedagogical psychology*. Moscow: Pedagogy Publ. (In Russ.).
13. Марцинковская, Т.Д. (2017). *Культура и субкультура в пространстве психологического хронотопа*. М.: Смысл.
Martsinkovskaya, T.D. (2017). *Culture and subculture in the space of the psychological chronotope*. Moscow: Smysl Publ. (In Russ.).
14. Слободчиков, В.И., Исаев, Е.И. (1995). *Основы психологической антропологии. Психология человека*. М.
Slobodchikov, V.I., Isaev, E.I. (1995). *Fundamentals of psychological anthropology. Psychology of man*. Moscow. (In Russ.).
15. Стоунс, Э. (1984). *Психопедагогика. Психологическая теория и практика обучения* (Н.Ф. Талызина, ред.). Пер. с англ. М., Педагогика. URL: <https://search.rsl.ru/ru/record/01001202956> (дата обращения: 30.03.2025).
Stones, E. (1984). *Psychopedagogy* Methuen (N.F. Talyzina, ed.). Trans. from Engl. Moscow, Pedagogy Publ. (In Russ.). URL: <https://search.rsl.ru/ru/record/01001202956> (viewed: 30.03.2025).
16. Филакова, Е. (2023, Март 14). На основе взаимного уважения: уроки психологии как ресурс позитивной социализации. *Учительская газета*, 11(10976). URL: <https://ug.ru/na-osnove-vzaimnogo-uvazheniya/> (дата обращения 31.03.2025).
Filakova E. (2023, March 14). On the basis of mutual respect: psychology lessons as a resource for positive socialization. *Ucitel'skaya^ Gazeta (Online)*, 11(10976). (In Russ.). URL: <https://ug.ru/na-osnove-vzaimnogo-uvazheniya/> (viewed: 31.03.2025).

Кузнецова А.А., Олтаржевская Л.Е., Егорова Л.В.,
Голерова О.А., Левицкая М.П. (2025)
Программа психолого-педагогических занятий
«Уроки психологии: путь к себе» как инструмент
создания условий для укрепления и сохранения
психологического благополучия обучающихся
Вестник практической психологии образования,
22(2), 3—20.

Kuznetsova A.A., Oltarzhevskaya L.E., Egorova L.V.,
Goleroval O.A., Levitskaya M.P. (2025)
The program of psychological and pedagogical classes
“Psychology lessons: the path to self” as a tool
for creating conditions for strengthening and
preserving the psychological well-being of students
Bulletin of Practical Psychology of Education,
22(2), 3—20.

Информация об авторах

Анастасия Андреевна Кузнецова, директор, Городской психолого-педагогический центр Департамента образования и науки города Москвы (ГБУ ГППЦ ДОНМ), Москва, Российская Федерация, ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-2308-3411>, e-mail: kuznetsovaaa8@edu.mos.ru

Любовь Евгеньевна Олтаржевская, кандидат педагогических наук, научный руководитель, Городской психолого-педагогический центр Департамента образования и науки города Москвы (ГБУ ГППЦ ДОНМ), Москва, Российская Федерация, ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-4712-9170>, e-mail: oltarzhevskayale@edu.mos.ru

Любовь Владимировна Егорова, начальник отдела сопровождения деятельности педагогов-психологов образовательных организаций, Городской психолого-педагогический центр Департамента образования и науки города Москвы (ГБУ ГППЦ ДОНМ), Москва, Российская Федерация, ORCID: <https://orcid.org/0009-0001-2315-960X>, e-mail: egorovalv1@edu.mos.ru

Оксана Александровна Голерова, педагог-психолог, методист, Городской психолого-педагогический центр Департамента образования и науки города Москвы (ГБУ ГППЦ ДОНМ), Москва, Российская Федерация, ORCID: <https://orcid.org/0009-0004-3179-1543>, e-mail: golerovaoa@edu.mos.ru

Мария Петровна Левицкая, педагог-психолог, Государственное бюджетное образовательное учреждение города Москвы «Школа № 1950» (ГБОУ Школа № 1950), Москва, Российская Федерация, ORCID: <https://orcid.org/0009-0006-9281-2533>, e-mail: levitskayamp@school1950.com

Information about the authors

Anastasia A. Kuznetsova, Director, City Psychological and Pedagogical Center of the Department of Education and Science of the City of Moscow, Moscow, Russian Federation, ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-2308-3411>, e-mail: kuznetsovaaa8@edu.mos.ru

Lubov E. Oltarzhevskaya, Candidate of Science (Education), Scientific Supervisor, City Psychological and Pedagogical Center of the Department of Education and Science of Moscow, Moscow, Russian Federation, ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-4712-9170>, e-mail: oltarzhevskayale@edu.mos.ru

Lyubov V. Egorova, Head of the Department of Support for the Activities of Educational Psychologists of Educational Organizations, City Psychological and Pedagogical Center of the Department of Education and Science of the City of Moscow, Moscow, Russian Federation, ORCID: <https://orcid.org/0009-0001-2315-960X>, e-mail: egorovalv1@edu.mos.ru

Oksana A. Golerova, Teacher-Psychologist, Methodologist, City Psychological and Pedagogical Center of the Department of Education and Science of the City of Moscow, Moscow, Russian Federation, ORCID: <https://orcid.org/0009-0004-3179-1543>, e-mail: golerovaoa@edu.mos.ru

Maria P. Levitskaya, Teacher-Psychologist, State Budgetary Educational Institution of Moscow “School No. 1950”, Moscow, Russian Federation, ORCID: <https://orcid.org/0009-0006-9281-2533>, e-mail: levitskayamp@school1950.com

Кузнецова А.А., Олтаржевская Л.Е., Егорова Л.В., Голерова О.А., Левицкая М.П. (2025) Программа психолого-педагогических занятий «Уроки психологии: путь к себе» как инструмент создания условий для укрепления и сохранения психологического благополучия обучающихся *Вестник практической психологии образования*, 22(2), 3—20.

Kuznetsova A.A., Oltarzhevskaya L.E., Egorova L.V., Goleroval O.A., Levitskaya M.P. (2025) The program of psychological and pedagogical classes “Psychology lessons: the path to self” as a tool for creating conditions for strengthening and preserving the psychological well-being of students *Bulletin of Practical Psychology of Education*, 22(2), 3—20.

Вклад авторов

Кузнецова А.А. — идеи исследования; аннотирование, планирование исследования; контроль за проведением исследования, участие в научном дизайне работы; утверждение окончательного варианта рукописи.

Олтаржевская Л.Е — идеи исследования; аннотирование, планирование исследования; контроль за проведением исследования, участие в научном дизайне работы; утверждение окончательного варианта рукописи; принятие ответственности за все аспекты работы, целостность всех частей статьи и ее окончательный вариант.

Егорова Л.В. — проведение экспериментальной части исследования, сбор данных, анализ и интерпретация полученных данных, критический пересмотр материалов, участие в научном дизайне работы.

Голерова О.А. — проведение экспериментальной части исследования, сбор данных, анализ и интерпретация полученных данных; визуализация результатов исследования; подготовка и редактирование текста; составление окончательного варианта рукописи.

Левицкая М.П. — проведение экспериментальной части исследования, сбор данных, анализ и интерпретация полученных данных; визуализация результатов исследования; подготовка и редактирование текста; составление окончательного варианта рукописи.

Все авторы приняли участие в обсуждении результатов и согласовали окончательный текст рукописи.

Contribution of the authors

Anastasia A. Kuznetsova — research ideas; annotation, research planning; control over the conduct of research, participation in the scientific design of the work; approval of the final version of the manuscript.

Lubov E. Oltarzhevskaya — research ideas; annotation, research planning; control over the conduct of research, participation in the scientific design of the work; approval of the final version of the manuscript; taking responsibility for all aspects of the work, the integrity of all parts of the article and its final version.

Lyubov V. Egorova — conducting the experimental part of the study, collecting data, analyzing and interpreting the data obtained, critically reviewing materials, participating in the scientific design of the work.

Oksana A. Golerova — conducting the experimental part of the study, data collection, analysis and interpretation of the data obtained; visualization of the research results; text preparation and editing; drafting the final version of the manuscript.

Maria P. Levitskaya — conducting the experimental part of the study, data collection, analysis and interpretation of the data obtained; visualization of the research results; text preparation and editing; drafting the final version of the manuscript.

Кузнецова А.А., Олтаржевская Л.Е., Егорова Л.В.,
Голерова О.А., Левицкая М.П. (2025)
Программа психолого-педагогических занятий
«Уроки психологии: путь к себе» как инструмент
создания условий для укрепления и сохранения
психологического благополучия обучающихся
Вестник практической психологии образования,
22(2), 3—20.

Kuznetsova A.A., Oltarzhevskaya L.E., Egorova L.V.,
Golerova O.A., Levitskaya M.P. (2025)
The program of psychological and pedagogical classes
“Psychology lessons: the path to self” as a tool
for creating conditions for strengthening and
preserving the psychological well-being of students
Bulletin of Practical Psychology of Education,
22(2), 3—20.

All authors participated in the discussion of the results and approved of the final text of the manuscript.

Конфликт интересов

Авторы заявляют об отсутствии конфликта интересов.

Conflict of Interest

The authors declare no conflict of interest.

Поступила в редакцию 25.04.2025
Поступила после рецензирования 22.05.2025
Принята к публикации 04.06.2025
Опубликована 26.06.2025

Received 2025.04.25
Revised 2025.05.22
Accepted 2025.06.04
Published 2025.06.26