Буклет

Весенняя Психологическая Школа НИУ ВШЭ 2023

Воскресенье
26 марта

13:00 Торжественное открытие (ауд. 205)

Тренинг

Первый день на ВПШ — время знакомиться с другими участниками и нашим Департаментом. Приготовьтесь много общаться, улыбаться и погружаться в дружественную атмосферу психфака!

19:00 Настольные игры

После вашего первого активного дня стоит разгрузиться и отдохнуть, и помогут вам в этом наши настолочки.

Это отличная возможность побольше пообщаться со своими новыми знакомыми, а еще пораскинуть мозгами, если отдыхать уже надоело. И, конечно, настолки, как и многие внеучебные мероприятия, это время обзавестись локальными мемами и стать друг к другу чуточку ближе!

21:30 Свечка

Тепло и умиротворение, долгие разговоры с другими участниками и организаторами, вопросы, располагающие к забавным историям. Все это ждет вас на свечках, а мы ждем вас:)

Понедельник 27.03

Лекции	9:30 - 10:50	Рыбина Елена Петровна «Автостопом по академической карьере» Ауд. 205
	10:50-11:10	**Перерыв**
	11:10 - 12:30	Каширская Екатерина Владимировна «Как креативность и многоязычие связано с эмоциональным выгоранием? Что делает нас устойчивыми к стрессу» Ауд. 205
	12:30-13:30	**Обед**
Семинары	13:30 - 14:50	Ануфриева Анастасия Анатольевна «Это все ваши компьютеры!» – как изменяются наши когнитивные функции в цифровой среде» Ауд. 212
		Амиран Карацев «Что такое гештальт и почему его надо закр...?» Ауд. 213
	14:50-15:00	**Перерыв**
Практикумы	15:00 - 16:20	Косарева Варвара «6 шагов на пути к осознанности и психологической гибкости» Ауд. 212
		Мешалкина Екатерина «Нейропсихологический тренинг» Ауд. 303
		Вечерин Александр Викторович «Наблюдение в психологии» Ауд. 213
	16:20-16:40	**Кофе-брейк**
Семинары	16:40 - 18:00	Лобачева Елизавета «Здесь должно было быть креативное название: про креативность» Ауд. 212
		Морунов Тимофей «Психология в бизнесе» Ауд. 213
		Пономаренко Дарья «Как успешно учиться в современном мире?» Ауд. 214
	18:30-19:30	**Ужин**
	19:30	**Квиз** Ауд. 205
	21:30	**Свечка**

Понедельник
27 марта

Аудитория: 205

Рыбина Елена Петровна

«Автостопом по академической карьере»

Лекция посвящена карьере и навыкам, необходимым для академического психолога. Разберемся, из каких ступеней состоит карьера, как успешно перемещаться с одной ступени на другую и не падать, а также из чего состоит классическая работа психолога в научном университете. Какие подводные камни могут встретиться на этом пути, как их обходить и какие навыки с высокой вероятностью пригодятся для успешной работы.

Аудитория: 205

Каширская Екатерина Владимировна

«Как креативность и многоязычие связано с эмоциональным выгоранием? Что делает нас устойчивыми к стрессу»

Сегодня проблема учебного стресса и выгорания в учебном процессе является серьезным фактором, влияющим на успех и благополучие школьников и студентов. На семинаре мы поговорим о том, как развитие гибких навыков, таких как креативность и многоязычие, связано с выгоранием. Рассмотрим техники формирования устойчивости к стрессу, обсудим пути выхода из состояния выгорания и оптимизации своей учебной деятельности. А еще вы узнаете о том, какие ежедневные практики позволят чувствовать себя более успешным и энергичным.

Аудитория: 212

Ануфриева Анастасия Анатольевна

«Это все ваши компьютеры!» – как изменяются наши когнитивные функции в цифровой среде»

Компьютеры, телефоны, планшеты – атрибуты нашей повседневной жизни. Можно легко представить, как после тяжелого учебного дня вы заказываете себе любимую еду, выбираете на маркетплейсе столь необходимые "безделушки" и переписываетесь с другом в нескольких мессенджерах. Но сложно подумать, что еще какие-то 30 лет назад люди писали дипломы от руки, зачетки были бумажные, для организации встречи нужно было собрать всех в одном пространстве. Как же наше познание – внимание, память, мышление и даже восприятие времени - изменилось за эти 20-30 лет? Можно ли сказать, что влияние цифровых систем на наши когнитивные функции негативное, и правы те, кто говорит: «В твоей невнимательности виноват телефон!». На семинаре мы попытаемся разобраться, как гаджеты влияют на когнитивные функции.

Аудитория: 213

Амиран Карацев

«Что такое гештальт и почему его надо закр...?»

Фраза «закрыть гештальт» уже стала крылатой. Но вот что в нее действительно закладывают психологи и как стремление закрыть гештальт влияет на наше поведение и мотивацию? Разберемся на семинаре.

Аудитория: 212

Косарева Варвара

«6 шагов на пути к осознанности и психологической гибкости»

Что, если я скажу вам, что не нужно бороться с негативными мыслями и эмоциями?

На практикуме мы обсудим 6 элементов психологической гибкости и узнаем техники, способствующие развитию навыков осознанности с точки зрения терапии принятия и ответственности (ACT).

Аудитория: 303

Мешалкина Екатерина

«Нейропсихологический тренинг»

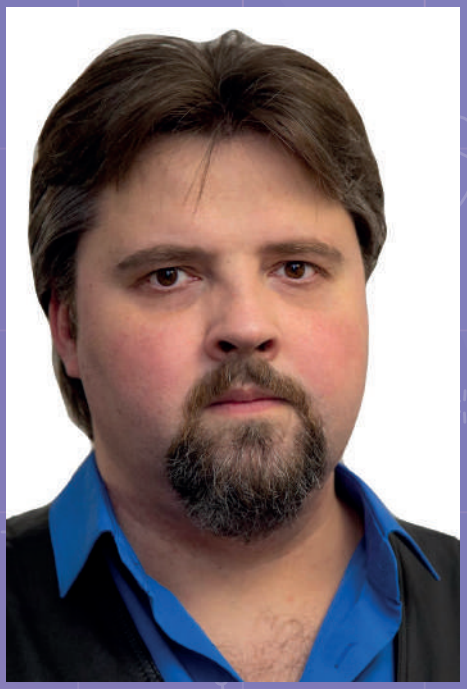
Хотите узнать, как пользоваться мозгом эффективнее? Ответ на этот вопрос вы сможете получить на моём нейропсихологическом тренинге! На нем мы не только рассмотрим разные структуры мозга и узнаем, за что они отвечают, но и оценим то, как работает ваш собственный мозг при выполнении разных заданий. Вы также сможете узнать различные методики, которые помогут развить определенные функции мозга и смогут облегчить вам обучение.

Аудитория: 213

Вечерин Александр Викторович

«Наблюдение в психологии»

Анонс: На данном мастер-классе будет производиться интерактивный анализ видеофрагментов с демонстрацией отдельных методов психологического анализа, основанных на различных теоретических объяснительных моделях. Будут обсуждаться возможности и ограничения наблюдения для решения психологических задач разного типа.



Аудитория: 212

Лобачева Елизавета

«Здесь должно было быть креативное название: про креативность»

Семинар посвящен одной из самых интересных особенностей человека — креативности, которая является частью жизни всех нас. Мы узнаем, как современные исследователи рассматривают и изучают креативность. Почему мы креативны и что влияет на ее уровень? На этот и другие вопросы мы постараемся ответить. И, конечно же, будем творить!

Аудитория: 213

Морунов Тимофей

«Психология в бизнесе»

Психология многогранна, а то, где она применяется — это все места, где есть люди. На этом семинаре мы с вами поговорим, как знание о работе психики человека применяется в реальных компаниях, в которых вы, возможно, будете работать.

Мы с вами вместе погрузимся в бизнес и увидим, какие новые области работы, помимо фундаментальных исследований и консультирования, нам доступны и как многогранно в организациях раскрывается работа с людьми.

Мотивация, когнитивные искажения, методы коммуникации, ценности и установки — всё это взаимосвязано, а если хотите узнать как — все вперед на семинар.

Аудитория: 214

Пономаренко Дарья

«Как успешно учиться в современном мире?»

Когда мы учимся, то обычно не задаемся вопросом, почему система образования именно такая, и какой еще она может быть. На занятии вы познакомитесь с тем, как люди учились раньше и как мы учимся сейчас, как на школу влияет экономика и государство, что ее сделало именно такой, а также узнаете универсальные психологические лайфхаки, как учиться эффективно в любой образовательной системе, будь то школа, вуз или самообразование.

Понедельник
27 марта

19:30 Квиз (ауд. 205)

Всех, кто неравнодушен к интеллектуальным играм, приглашаем поучаствовать в нашем квизе!

Квиз — это командная игра с активностями разного формата, в которой можно не только провести время с друзьями, но и проверить свои знания. Если кажется, что вы чего-то не знаете, не переживайте. В этой игре пригодятся абсолютно любые знания, и вы точно получите удовольствие от своего ума!

21:30 Свечка

Вторник 28.03

Лекции	9:30 - 10:50	Ушков Федор Игоревич «Как я могу противостоять стрессу?» Ауд. 205
	10:50-11:10	**Перерыв**
	11:10 - 12:30	Горбунова Елена Сергеевна «Эксперименты в психологии: зачем и как?» Ауд. 205
	12:30-13:30	**Обед**
Семинары	13:30 - 14:50	Шачнева Ксения «Проблема нормы и патологии» Ауд. 212
		Лавневич Лилия «Тренинг как инструмент обучения» Ауд. 213
		Степанова Елизавета «Мастер общения: транзактный анализ» Ауд. 214
	14:50-15:00	**Перерыв**
	15:00-16:20	**Викторина! Самый Остроумный Психолог** Ауд.205
	16:20-16:40	**Кофе-брейк**
Семинары	16:40 - 18:00	Фисенко Анна «Феномен ложной скромности» Ауд. 212
		Сигнаевская Ксения «Феномен баннерной слепоты: что это такое и почему этим интересуются психологи?» Ауд. 214
	18:30-19:30	**Ужин**
	19:30	**Прогулка**
		Цитаты Ауд. 214
	21:30	**Свечка**

Вторник
28 марта

Аудитория: 205

Ушков Федор Игоревич

«Как я могу противостоять стрессу?»

Все вокруг говорят о стрессе. Быстрый ритм жизни, учебные нагрузки, взаимоотношения с друзьями, ожидание радостного события и неоправданные надежды могут вызывать тревогу и менять мои планы. Как разобраться и понять что делать? Есть ли какие-либо современные и актуальные техники преодоления этого состояния. Может есть что-то, и мы можем себе помочь сами, а также поддержать в такие моменты друзей? Давайте разберемся вместе!

Аудитория: 205

Горбунова Елена Сергеевна

«Эксперименты в психологии: зачем и как?»

«10 самых интересных/страшных/жестоких психологических экспериментов» — такие посты можно часто увидеть на самых разных ресурсах. В них описаны необычные исследования, в которых психологи смогли заставить маленького мальчика бояться кролика, выявили связь между агрессией и видеоиграми и даже научили испытуемых различать руками цвета. Зачем все это нужно? Откуда психологи берут идеи для своих исследований? Возможно ли полноценное научное исследование в психологии? Что такое психологический эксперимент и чем он отличается от других видов исследований? Наконец, как провести хорошее исследование, если ты психолог? На эти вопросы мы постараемся ответить в ходе лекции.

Аудитория: 212
Шачнева Ксения
«Проблема нормы и патологии»
Как вы оцениваете, “нормальный” человек или нет? А знаете ли вы, как это понимают психологи и психотерапевты? Какие взгляды на “нормальность” есть в современной науке и практике и “нормально” ли считать себя Екатериной Великой — об этом и многом другом поговорим на семинаре!

Аудитория: 213
Лавневич Лилия
«Тренинг как инструмент обучения»
Не всегда под человеком, который получает образование психолога, подразумевается еще и специалист по работе с персоналом. В их число входят те, кто создает и проводит тренинги для сотрудников компаний. На семинаре мы обсудим, как устроен тренинг, как управлять групповой динамикой и работать с сопротивлением, обсудим основные страхи при проведении тренинга и как с ними бороться.

Аудитория: 214
Елизавета Степанова
«Мастер общения: транзактный анализ»
«Успех коммуникации зависит от эффекта, который вы оказываете»
Откуда возникают недопонимания и конфликты? Что люди прячут за шаблонными фразами? И как можно эффективно вести диалог?
На этом семинаре мы посмотрим на коммуникацию через призму транзактного анализа - психологическую концепцию Эрика Берна, которая помогает человеку понять свою внутреннюю позицию и научиться решать проблемы, используя ресурсы взрослой личности.
Вы сможете понять свой стиль общения, узнаете чьи голоса звучат внутри вас и научитесь управлять разговором. Разберем видео-примеры и на практике попробуем себя в коммуникации.

Аудитория: 212

Фисенко Анна

«Феномен ложной скромности»

Самопрезентация играет огромную роль в нашей социальной жизни, ведь каждому из нас важно преподнести себя с лучшей стороны и произвести хорошее впечатление. Существует множество стратегий самопрезентации, но ложная скромность — самая малоизученная из них. Что такое феномен ложной скромности и почему некоторые любят принижать собственные достижения, чтобы получать похвалу? Эффективен ли этот феномен в рамках межличностного общения или он только портит впечатление? Все это вы узнаете из уст единственного человека в мире, кто исследует ложную скромность, посетив семинар "Феномен ложной скромности"!

Аудитория: 214

Сигнаевская Ксения

«Феномен баннерной слепоты: что это такое и почему этим интересуются психологи?»

Мы обсудим один из феноменов в юзабилити и рассмотрим, как он работает с точки зрения когнитивных процессов. Также мы поговорим о том, какую роль играет внимание в проявлении этого феномена. Еще мы потренируемся определять «неправильную» рекламу и научимся исправлять ее, делая более эффективной.

Вторник
28 марта

15:00-16:20 Викторина

Образовательно-юмористическая викторина, где вам предстоит в командах попытаться ответить простыми словами на сложные вопросы, чтобы понять, кто же самый остроумный (будущий) психолог!
Работая вместе, вам предстоит найти правильные аргументированные ответы. Пригодятся знания, логика и умение аргументировать даже самый нелепый ответ!

19:30 Прогулка

Прогулка — это возможность увидеть самые известные места Москвы, пройтись по маленьким секретным улочкам, узнать пару интересных фактов и, конечно, сделать новое фото на аватарку:)

19:30 Цитаты (ауд. 214)

Дождливый вечер, вы сидите в мягком кресле, укрывшись теплым пледом, и увлеченно читаете любимую книгу. Неспешно поглощая каждое слово, вы обратили внимание на интересную мысль и страшно захотели порассуждать на эту тему, однако оставили данное желание из-за отсутствия собеседника. Наверняка, вам хорошо знакомо это неприятное чувство упущенной дискуссии. Мы с таким сталкивались неоднократно, поэтому рады сообщить о наших «Цитатах». Мы обсудим высказывания великих мыслителей и деятелей

21:30 Свечка

Среда 29.03

Лекции	9:30 - 10:50	Чумакова Мария Алексеевна «Психологическое благополучие студентов» Ауд. 205
	10:50-11:10	**Перерыв**
	11:10 - 12:30	Антонова Наталья Викторовна «Манипуляции в медиасреде и защита от них» Ауд. 205
	12:30-13:30	**Обед**
Семинары	13:30 - 14:50	Азаров Даниил «Зрительные иллюзии: почему мы видим то, чего нет» Ауд. 212
		Романова Марина Олеговна «ЯМы социум — основы социальной психологии» Ауд. 213
	14:50-15:00	**Перерыв**
Практикумы	15:00 - 16:20	Лавневич Лилия «Потребительское поведение: как не скупить все?» Ауд. 212
		Брезнер Тимофей Александрович «Когнитивные искажения вокруг нас» Ауд. 213
		Алсу Бикбавова и Елизавета Афанасьева «Убеждающая коммуникация: как сделать так, чтобы тебя слушали?» Ауд. 214
	16:20-16:40	**Кофе-брейк**
Семинары	16:40 - 18:00	Моспан Анастасия Никитична «Современная психология мотивации: секреты достижения» успеха и благополучия Ауд. 212
		Кудрявцев Никита «Восприятие музыки» Ауд. 214
		Осинцева Дарья «Сопереживание в художественных произведениях: почему мы плачем над Титаником?» Ауд. 213
	18:30-19:30	**Ужин**
	19:30	**Кинопросмотр** ауд. 214
		Мафия ауд. 212
	21:30	**Свечка**

Среда
29 марта

Аудитория: 205

Чумакова Мария Алексеевна

«Психологическое благополучие студентов»

Лекция посвящена анализу параметров благополучия, мотивации, тревожности и депрессивности студентов. На примере психологического благополучия будет показано, как психологи переходят от научных исследований к практическим интервенциям в вопросах психологического благополучия.

Аудитория: 205

Антонова Наталья Викторовна

«Манипуляции в медиасреде и защита от них»

Манипуляция информацией — одна из острейших проблем в современном мире. Современные медиа сделали манипуляцию практически тотальной. Можно ли защититься от нежелательного воздействия?
Из этой лекции вы узнаете, что такое манипуляция в медиасреде и как можно от нее защититься. Мы рассмотрим психологические приемы манипуляции, которые используются в медиа — в рекламе, новостях, и даже соцсетях. Вы также узнаете несколько приемов фактчекинга и распознавания манипуляции.

Аудитория: 212

Азаров Даниил

«Зрительные иллюзии: почему мы видим то, чего нет»

На занятии вы узнаете, какие ошибки происходят в работе нашего восприятия и внимания. Вы сможете испытать эти иллюзии на себе, после чего мы вместе попытаемся разобраться в том, почему это происходит и какие когнитивные механизмы в этом участвуют.

Аудитория: 213

Романова Марина Олеговна

«ЯМы социум — основы социальной психологии»

Как мы формируем представления о других? Почему существует дискриминация? Зачем нам стереотипы и почему мы вообще делим людей на «своих» и «чужих»? На эти и многие другие вопросы отвечает (или пытается ответить) социальная психология — раздел психологии, который занимается изучением индивида в социальной реальности. На семинаре мы обсудим базовые понятия этой науки и порассуждаем о том, почему исследовать психологическое без социального — сложно.

Аудитория: 212

Лавневич Лилия

«Потребительское поведение: как не скупить все?»

Многие из нас заходят на Вайлдбериз и борются с желанием купить и то, и то, и это... Поведение потребителя — еще один объект, который изучается психологами. На практикуме мы не только обсудим, каким оно бывает, что влияет на процесс принятия решения о покупке, какими эффектами оно сопровождается, но и попробуем создать свои собственные модели, по которым потребитель может принимать решение о покупке.

Аудитория: 213

Березнер Тимофей Александрович

«Когнитивные искажения вокруг нас»

Ежедневно все мы принимаем различные решения. Что купить в магазине на ужин? Поехать на метро или на автобусе? Что делать в выходные? При этом не всегда наш выбор рационален, очень часто мы ошибаемся - что-то забываем, где-то неверно рассуждаем, а иногда неправильно считаем вероятности. Наше мышление сопровождается множеством когнитивных искажений — систематических ошибок в нем. Миллионы людей играют в лотерею, делают ставки на спорт, ходят в казино, но годами ничего не выигрывают, теряя деньги. Другие легко становятся жертвами телефонных мошенников, кто-то лечится гомеопатией вместо настоящих лекарств, третьи листают гороскопы по утрам и раскладывают таро. Если это все не про вас — поверьте, вас тоже легко поймать на удочку когнитивных искажений. На практикуме мы разберемся, откуда и почему когнитивные искажения возникают, какими бывают, как им противостоять, зачем их вообще изучать, а главное – на себе познакомимся с хит-парадом когнитивных искажений.

Аудитория: 214

Алсу Бикбавова и Елизавета Афанасьева

«Убеждающая коммуникация: как сделать так, чтобы тебя слушали?»

Встречали ли вы людей, которые умеют сказать так убедительно, что сразу хочется следовать их советам?

Убеждение — один из видов влияния, который позволяет аргументированно склонить собеседника в пользу своей позиции. И существует множество техник влияния, которые можно использовать, чтобы к вам прислушивались.

На практикуме вы разберете:

Что такое влияние и как говорить убедительно?

Какие есть виды влияния и как их эффективно применять?

Как противостоять влиянию и отстаивать свою позицию?

Аудитория: 212

Моспан Анастасия Никитична

«Современная психология мотивации: секреты достижения успеха и благополучия»

Психология мотивации представляет динамично развивающуюся область, которая позволяет ответить на вопрос, почему мы делаем то, что делаем. Каждый из нас стремится к чему-то в жизни и интуитивно понимает, что приближает нас к успеху и удовлетворенности, а что тянет назад. Современные эмпирические исследования в области психологии мотивации достижения активно рассматривают проблемы внутренней и внешней мотивации, целеполагания, настойчивости, объяснения успехов и неудач. Все эти процессы связаны с достижением успешности деятельности и психологическим благополучием.

Как поддерживать внутреннюю мотивацию? Как грамотно ставить цели? Как лучше объяснять успехи и неудачи? Как избежать выгорания и выученной беспомощности? Для того чтобы ответить на эти вопросы, психологи активно проводят исследования и уже готовы поделиться некоторыми секретами достижения успеха и благополучия.

Аудитория: 214

Кудрявцев Никита

«Восприятие музыки»

Давайте знакомиться. Меня зовут Никита, я учусь на четвертом курсе. Пришел на психфак по олимпиаде по экологии. В 8 классе прочитал про синаптическую пластичность, и нейронные модели памяти. Заинтересовался нейронауками.

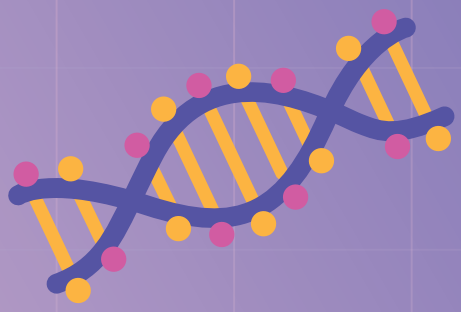
Прошедшим летом у меня наконец начали складываться отношения с гитарой, после нескольких лет неразделенной любви. Тут я окончательно влюбился в музыку. Так что хочу с вами поговорить про то, как мозг воспринимает музыку и почему нам приятно ее слушать!

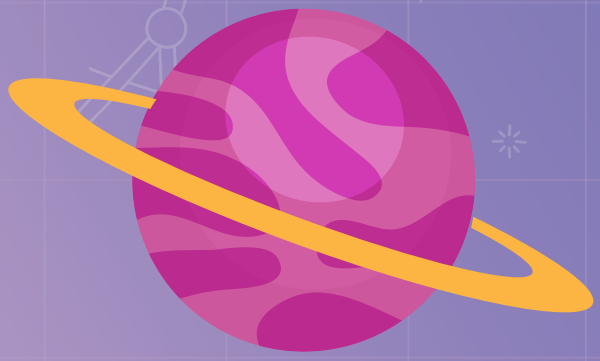
Аудитория: 213

Осинцева Дарья

«Сопереживание в художественных произведениях: почему мы плачем над Титаником?»

Многие ученые изучают эмпатию и пытаются связать ее с другими психологическими конструктами. И чаще всего это касается отношений между людьми. Но ведь в нашей жизни большое место занимают кино, видеоигры и книги. На семинаре мы постараемся разобраться, как эмпатия и сопереживание работают с вымышленными персонажами.





Среда
29 марта

19:30 Кинопросмотр (ауд. 214)

Что такое любовь? Этим вопросом люди озадачивались с самых давних времен, но так и не нашли единственно верного ответа. Каждый поэт, художник, музыкант, создавая очередное произведение искусства, дает свое определение любви. На нашем кино-вечере мы посмотрим и обсудим одну из множества современных интерпретаций этого всеобъемлющего явления. Ждем всех ценителей прекрасного!

19:30 Мафия (ауд. 212)

Известная всем на свете игра «Мафия» — это отличная возможность почувствовать себя настоящим психологом-криминалистом, потренироваться в вычислении лжи и просто хорошо провести время! Получится ли у вас вывести «мафиози» вашего города на чистую воду? Или, быть может, вы сами на темной стороне? Именно это нам и предстоит сегодня выяснить!

21:30 Свечка

Четверг 30.03

Лекции	9:30 - 10:50	Иванова Анна Александровна Автобиографическая память как ресурс: как в сложные времена находить опору в собственных воспоминаниях Ауд.205
	10:50-11:10	**Перерыв**
	11:10 - 12:30	Козлов Дмитрий Дмитриевич Мораль и моральное отчуждение. Как хорошие люди совершают ужасные вещи и живут с этим Ауд.205
	12:30-13:30	**Обед**
Семинары	13:30 - 14:50	Гнипова Светлана Человек в группе Ауд.212
		Гутовский Илья Психология выбора: решение, свобода, поступок Ауд.213
		Тархова Валерия Сергеевна Обратная сторона тревоги Ауд.214
	14:50-15:00	**Перерыв**
	15:00-16:20	**Поле Псичудес** Ауд. 205
	16:20-16:40	**Кофе-брейк**
Семинары	16:40 - 18:00	Коробейникова Виктория Искусство коучинга Ауд.214
		Даниил Дружинин Принципы UX-дизайна: почему когнитивные психологи делают хорошие интерфейсы? Ауд.212
	18:30-19:30	**Ужин**
	19:30	**Прогулка**
		Ролевая игра Ауд. 205
	21:30	**Свечка**

Четверг
30 марта

Аудитория: 205

Иванова Анна Александровна

«Автобиографическая память как ресурс: как в сложные времена находить опору в собственных воспоминаниях»

На лекции мы поговорим о том, что такое автобиографическая память, как она связана с памятью исторической и какие примеры междисциплинарных исследований возможны. Рассмотрим разные коммеморативные практики, а также, наоборот, практики забвения и то, как это может влиять на личную память о прошлом отдельно взятого человека

Аудитория: 205

Козлов Дмитрий Дмитриевич

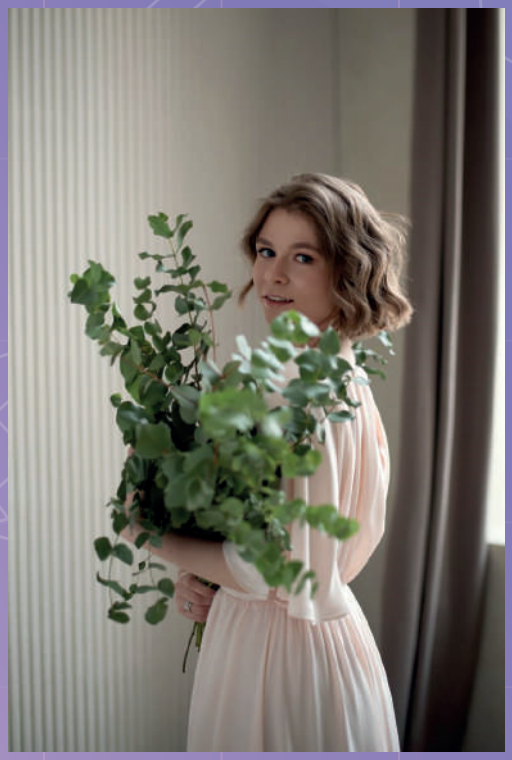
«Мораль и моральное отчуждение. Как хорошие люди совершают ужасные вещи и живут с этим»

Что лежит в основании моральных суждений? Как мы решаем, что правильно, хорошо и достойно? И как быть, если близкий или значимый для нас человек вдруг ведет себя неприемлемым для нас образом? Попробуем разобраться, почему моральные стандарты не всегда определяют наше поведение и взгляды, как работают «компромиссы с совестью», как добродетель может превращаться в свою противоположность, а моральные императивы – в средства манипуляции. Мы разберем эти вопросы на конкретных примерах и постараемся понять, какое отношение они имеют к тем «дорогам, которые мы выбираем».

Аудитория: 212
Гнипова Светлана
«Человек в группе»
Что изучает социальная психология? Почему человеку необходимо быть частью группы? Чем группа отличается от толпы? Что влияет на принятие решения в группе? Ответы на эти и другие вопросы ждут вас на этом занятии.

Аудитория: 213
Гутовский Илья
«Психология выбора: решение, свобода, поступок»
Ежедневно каждый человек сталкивается с необходимостью выбирать: будь то бутылка молока в магазине или же направление будущего образования. Мы привыкли видеть выбор как предпочтение одного варианта другому, но психологическая наука давно показала, что реальность куда сложнее и интереснее. На семинаре нам предстоит познакомиться с феноменом выбора поближе, погрузиться в его философский контекст, а также выполнить несколько практических заданий, которые, возможно, помогут реализовать давно задуманные планы

Аудитория: 214
Тархова Валерия Сергеевна
«Обратная сторона тревоги»
Занятие будет посвящено основным механизмам и функциям тревоги, а также способам ее регулирования. Разберемся, почему борьба или избегание ведут к усилению беспокойства, и рассмотрим более эффективные методы работы с тревожными состояниями. Обсудим, всегда ли тревога – это плохо, или же мы можем извлечь из нее пользу, какие другие переживания могут скрываться за ней и как их разглядеть.



Аудитория: 214

Коробейникова Виктория

«Искусство коучинга»

Коучинг — это процесс, в ходе которого человеку помогают достичь цели, которую он перед собой поставил. Коучинг — это искусство содействовать росту другого человека.

На занятии вы узнаете о том, какой структурой обладает коучинговая сессия, а также на каких принципах она основана. Вместе мы даже попробуем на себе базовый коучинговый метод и попробуем понять, почему (для чего) он используется.

Аудитория: 212

Даниил Дружинин

«Принципы UX-дизайна: почему когнитивные психологи делают хорошие интерфейсы?»

Ежедневно мы сталкиваемся с интерфейсами, начиная от экрана смартфона и заканчивая терминалом покупки билета. При этом каждый такой интерфейс нацелен на решение абсолютно разных задач. В действительности, в основе проектирования интерфейсов стоят принципы UX-дизайна, которые нельзя представить без знания психологических феноменов и законов.

На практикуме обсудим, что такое User Experience, юзабилити и значение когнитивной психологии, рассмотрим основные принципы взаимодействия пользователя и интерфейса, разберем примеры хорошего и плохого дизайна.

Четверг
30 марта

15:00-16:20 Поле Псичудес (ауд. 205)

Сектор "приз" на барабане или...?
В этой викторине вам и вашей команде предстоит показать, о каких чудесах психологии вы знаете. Ходят слухи, что те, кто решит все загадки, получат бесценный приз... а может быть и не один! Приходите крутить барабан и узнайте, что скрывают психологи!

19:30 Прогулка

19:30 Ролевая игра (ауд. 212)

У вас бывало такое, что при просмотре детектива вы думали "Ну это же очевидно! Ну как они не догадаются?". На ролевой игре у вас есть уникальная возможность почувствовать себя героем фильма. Действие происходит на квартирнике 80-х годов. Вам предстоит перевоплотиться в нового персонажа, выполнить свои корыстные цели и, конечно же, разгадать тайну загадочного убийства.

21:00 Свечка

Пятница 31.03

Лекции	9:30 - 10:50	Сапронов Фрол Алексеевич «Введение в когнитивную науку: как мы познаем познание» Ауд. 205
	10:50-11:10	**Перерыв**
	11:10 - 12:30	Климочкина Анастасия Юрьевна «Агрессия и манипуляция в общении» Ауд. 205
	12:30-13:30	**Обед**
Семинары	13:30 - 14:50	Шипова Дарья «Экзистенциальная психология: в поисках смысла» Ауд. 212
		Кудрявцев Никита «Почему мы двигаемся под биты?» Ауд. 213
	14:50-15:00	**Перерыв**
Практикумы	15:00-16:20	Мельникова Мария Сергеевна «Этические принципы в работе психолога: фундамент нашего профессионализма» Ауд. 212
		Александра Шишко «Нарративные техники в работе с группой» Ауд. 303
		Морунов Тимофей, Миронова Дарья «Трудности выбора» Ауд. 213
	16:20-16:40	**Кофе-брейк**
Семинары	16:40 - 18:00	Февзиева Анифе «Благополучие: два вида счастья и практики их повышения» Ауд. 212
		Сапега Мария «Восприятие объектов и сцен» Ауд. 213
		Витко Юлия Станиславовна «На границе смыслов: драматическая импровизация как метод развития личности» Ауд. 214
	18:30-19:30	**Ужин**
	19:30	**Ламповый вечер** Ауд. 205
	21:30	**Свечка**

Пятница
31 марта

Аудитория: 205

Сапронов Фрол Алексеевич

«Введение в когнитивную науку: как мы познаем познание»

А вы задумывались о том, что просто при прочтении этого текста вы задействуете внимание, память и даже свою речь? А о том, что весь окружающий вас мир – работа вашей психики? Когнитивные исследователи задумываются об этом каждый день. На лекции вы узнаете о том, чем же занимается когнитивная наука, зачем ей психология и почему мы не можем абсолютно все свести к работе мозга.

Аудитория: 205

Климочкина Анастасия Юрьевна

«Агрессия и манипуляция в общении»

О формах речевой агрессии и как их распознать, об отличии агрессии от манипуляции, об обхождении с манипулятивным общением, о правилах формирования обратной связи для избежания эскалации конфликта, об альтернативных агрессивным формах сообщения неприятного.

Аудитория: 212

Шипова Дарья

«Экзистенциальная психология: в поисках смысла»

Экзистенциальная психология уходит своими корнями в философию экзистенциализма, с представителями которой так или иначе сталкивался каждый из Вас (кто не помнит Раскольникова, который убил бедную старушку). Наверное, каждый хоть раз в жизни спрашивал себя: «Зачем всё это?», «В чём смысл?». На семинаре вы сможете узнать, что на эти вопросы отвечает наука и, собственно, что с вообще с этим делать. Вы сможете познакомитесь с тем, как экзистенциальная психология применяется на практике, узнаете о её ведущих представителях и направлениях, попробуете себя в роли настоящего экзистенциального аналитика.

Аудитория: 213

Кудрявцев Никита

«Почему мы двигаемся под биты?»

Привет! Это Никита и я хочу вам представить второе занятие по музыке в этом году. Она будет про бит и ритм. Почему человек часто синхронизирует свои движения с ритмом музыки? Как устройство мозга этому способствует? А можем ли мы это использовать для лечения пациентов или чтобы пробежать марафон быстрее?

Аудитория: 212

Мельникова Мария Сергеевна

«Этические принципы в работе психолога: фундамент нашего профессионализма»

Люди открывают психологам самые сокровенные тайны, доверяют в наши руки свои души. Профессиональные знания о внутреннем мире человека дают поистине беспрецедентные возможности. Наш профессиональный долг – использовать их во благо. Но в психологической практике никто не застрахован от сложных ситуаций, когда решение неочевидно и необходимо сделать трудный выбор. Как же быть, на что опереться? На помощь психологу приходит многолетний опыт профессионального сообщества, запечатленный в этических принципах. На занятии мы познакомимся с основными этическими принципами в работе психолога и составим портрет этичного специалиста. Мы убедимся, что требования этических кодексов – не ограничения, а ориентиры, которые помогают психологам находить достойный выход из самых непростых ситуаций и сохранять верность идеалам, ради которых мы и выбираем нашу замечательную профессию.

Аудитория: 303

Александра Шишко

«Нарративные техники в работе с группой»

Люди обладают властью конструировать значение собственных жизней: мы сами придаем смысл событиям, которые проживаем, о которых рассказываем и вспоминаем вместе с близкими. Коллективные нарративные техники — это особый способ работы с группами людей, фокусирующийся на задаче помочь объединиться и использовать возможности к самоисцелению, то есть позволить людям рассказывать свою историю так, чтобы они становились сильнее, а не ощущали себя жертвами обстоятельств.

На нашем практикуме мы обсудим принципы работы в нарративном подходе, будем рисовать и рассказывать свою историю. Способности к рисованию НЕ важны! Буду вас очень ждать!

Аудитория: 213

Морунов Тимофей, Миронова Дарья

«Трудности выбора»

Вы наверняка задумываетесь о том, как принять решение относительно своего будущего: куда поступать, какую профессию выбрать и чем вы хотите заниматься. Кем быть — психологом или лингвистом? А если психологом, то каким?

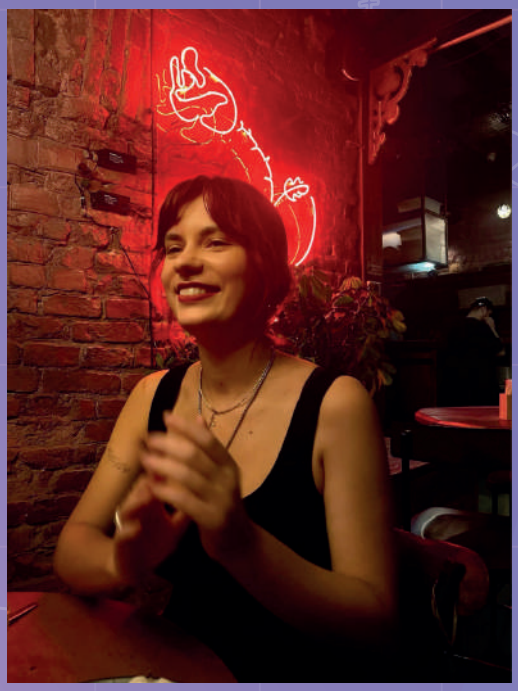
На занятии мы поговорим о том, как можно подойти к вопросу про своё будущее со стороны не просто выбора, а нахождения идеального варианта своей карьеры, преодоления всяких “или”!

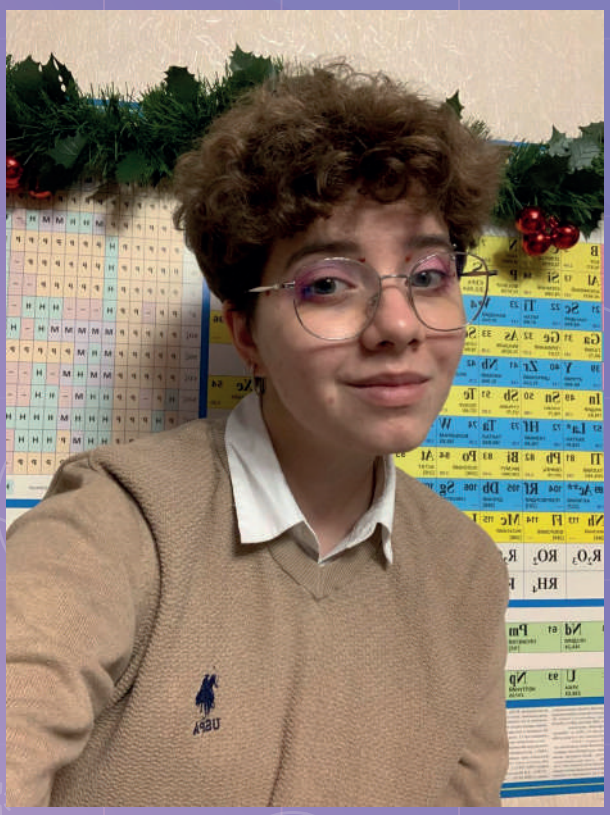
Аудитория: 212

Февзиева Анифе

«Благополучие: два вида счастья и практики их повышения»

Что для вас счастье: хорошая жизнь или удовольствия? Правильного ответа нет. Психология — многогранная, уходящая корнями в философию наука, и ответы она даёт такие же многогранные и не всегда однозначные, оставляя свободу для интерпретации исследователем. На лекции вы узнаете, почему типов счастья два, а описывающих их теорий гораздо больше; какие существуют методики измерения и можно ли повысить уровень благополучия с помощью специальных практик, несложных в применении и доступных каждому.





Аудитория: 213

Сапега Мария

«Восприятие объектов и сцен»

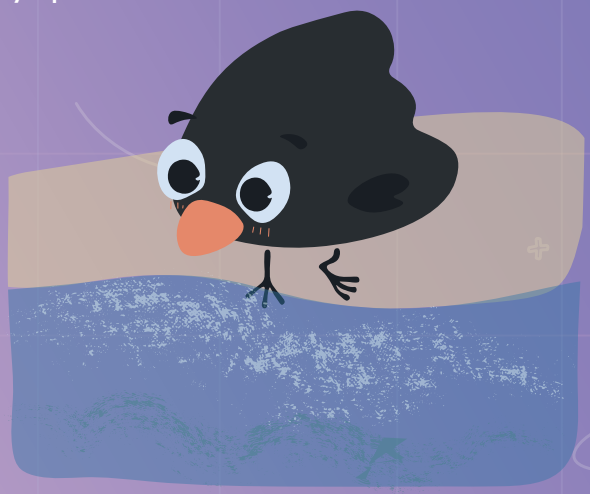
Почему, когда мы видим зеленое яблоко, мы понимаем, что это именно оно, а не просто зеленый шар? На этом семинаре мы разберемся, как мы воспринимаем окружающий мир и почему — мы рассмотрим различные подходы, правила и принципы, которые смогут дать ответы на вопросы, в том числе на самый главный — почему наше восприятие работает именно так, а не иначе?

Аудитория: 214

Витко Юлия Станиславовна

«На границе смыслов: драматическая импровизация как метод развития личности»

Возможно ли объединить в одном месте психологию, литературу и театр? Да, если вы имеете в виду драматическую импровизацию (не путать с психодрамой!). Это не терапия, но психологическая лаборатория создания и созидания, в которой смешаются жанры, чувства и смыслы. Процесс спонтанен, а результат непредсказуем. Что у нас получится — узнаем внутри истории!



Пятница
31 марта

19:30 Ламповый вечер (ауд. 205)

Как же хочется иногда укутаться в теплый плед, налить себе чашечку чая и по-домашнему посидеть в компании хороших близких людей. Ламповый вечер – это то самое время, когда ты сможешь погрузиться в атмосферу уюта и комфорта, подвести итоги своего пребывания на Школе и просто отдохнуть от суеты в кругу новых друзей. Песни под гитару, стихи, анекдоты, душевные разговоры обо всем на свете – все это поможет нам этим вечером стать чуточку роднее!

21:00 Свечка

Суббота
01 апреля

Закрытие
10:00-13:00

Все хорошее быстро кончается, а это значит, что настало время прощаться. Но ни в коем случае не стоит грустить! Ведь в этот день вы сможете подвести итоги, вспомнить все теплые моменты, произошедшие за неделю в стенах Департамента психологии, поблагодарить друг друга и поделиться эмоциями. Мы уже скучаем

Полезные контакты

Директор школы: Лавневич Лилия
Тел: +7-960-989-24-24
Почта: lavnevich.lil@gmail.com

Департамент психологии НИУ ВШЭ
Тел: +7(495)709-6570
Факс: +7(499)178-0392
E-mail: dekpsy@hse.ru
Адрес: 109316, г. Москва, Армянский переулок, 4к2

Приемная комиссия НИУ ВШЭ
Тел: +7(495)771-3242
E-mail: abitur@hse.ru
Адрес: 101000 г. Москва, ул. Мясницкая, д. 20

Мы в интернете:
http://psy.hse.ru
http://vk.com/psehse
http://ba.hse.ru
http://vk.com/ba_hse
http://t.me/hsepsyspring

ВЫСШАЯ ШКОЛА ЭКОНОМИКИ

НАЦИОНАЛЬНЫЙ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ