

ФЕДЕРАЛЬНОЕ АГЕНТСТВО ЖЕЛЕЗНОДОРОЖНОГО ТРАНСПОРТА

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования

«Иркутский государственный университет путей сообщения»

Сибирский колледж транспорта и строительства

СПРАВКА

ПО РЕЗУЛЬТАТАМ ДИАГНОСТИКИ

Тема: Результаты опроса «Цвет моего настроения»

Цель диагностики: Выявление студентов со склонностью к аутоагрессии, оценка общего эмоционального фона и уровня стрессоустойчивости в учебных группах, а также информирование о доступных ресурсах психологической поддержки.

Сроки проведения: 07.09.2026 – 11.09.2026.

Формат: Онлайн-опрос. В завершение диагностики всем студентам был выдан чек-лист с информацией о том, куда можно обратиться за помощью, и практическими рекомендациями по саморегуляции и снижению эмоционального напряжения.

Общий охват: 557 студентов.

Общие результаты:

В диагностике приняли участие 557 обучающихся из 20 учебных групп. По итогам обработки данных получены следующие показатели:

1. Оценка настроения за последнюю неделю: 79% респондентов оценивают свое настроение как стабильно положительное или нейтральное. 21% отметили незначительные колебания, связанные с учебной нагрузкой и сезонными факторами.
2. Стратегии совладания со стрессом: 71% студентов используют конструктивные способы (общение с близкими, прослушивание музыки, прогулки). 17% склонны «держат эмоции в себе», 12% отметили эпизодические эмоциональные срывы.
3. Чувство поддержки: 83% участников отметили, что чувствуют достаточную поддержку со стороны окружения. 17% указали на потребность в дополнительном внимании.
4. Информированность о службах помощи: 74% студентов знают, куда можно обратиться за психологической помощью в колледже и городе. Остальные 26% получили эту информацию в виде чек-листа по итогам опроса.
5. Наличие мыслей о нежелании просыпаться и бессмысленности: 92% ответили отрицательно. 8% (44 человека) отметили крайне редкие, мимолетные мысли на фоне усталости, не имеющие признаков устойчивого депрессивного состояния или аутоагрессии.

Общий вывод:

Эмоциональный фон студенческого коллектива оценивается как благополучный. Выраженных депрессивных состояний и склонности к аутоагрессии среди участников опроса не выявлено. Преобладающее большинство демонстрирует удовлетворительный уровень психологической адаптации и конструктивные стратегии совладания со стрессом. Всем участникам выдан чек-лист с алгоритмом действий по саморегуляции и контактами служб поддержки. Рекомендовано продолжить плановое психологическое сопровождение и профилактические беседы.

Педагог-психолог: _____ / Массель А.Д. /