

УДК 37

Городские университеты и их роль в улучшении психологического благополучия горожан

Касаткина Дарья Алексеевна

Кандидат психологических наук,
Московский городской педагогический университет,
129226, Российская Федерация, Москва,
2-й Сельскохозяйственный проезд, 4;
e-mail: KasatkinaDA@mgpu.ru

Алексейчева Елена Юрьевна

Доктор экономических наук,
Московский городской педагогический университет,
129226, Российская Федерация, Москва,
2-й Сельскохозяйственный проезд, 4;
e-mail: AlekseichevaEU@mgpu.ru

Нехорошева Елена Владимировна

Кандидат педагогических наук,
Московский городской педагогический университет,
129226, Российская Федерация, Москва,
2-й Сельскохозяйственный проезд, 4;
e-mail: NehoroshevaEV@mgpu.ru

Аннотация

В статье описаны факторы, снижающие психологическое благополучие студентов (стресс, социальная изоляция, выгорание, проблемы самоидентификации, отсутствие профессиональной ориентации и финансовое давление, связанное с оплатой обучения, наймом жилья и совмещением работы с учебой), а также представлены принципы модели Urban Health, применение которой способствует повышению психологического благополучия за счет приоритизации здоровья, изменение городской среды, комплексной экономической оценки. Представлен опыт Московского городского педагогического университета, реализующего формы поддержки психологического благополучия, такие как консультативная и материальная помощь студентам, разработка курсов и мероприятий по формированию эмоционального интеллекта и волонтерских навыков, создание возможностей для дополнительного образования и стажировок и др. Даны практические рекомендации по обеспечению комфортных условий жизни и учебы, повышению доступности качественных рабочих мест, поддержка уязвимых групп населения, развитие эмоционального интеллекта и навыков коммуникации.

Для цитирования в научных исследованиях

Касаткина Д.А., Алексейчева Е.Ю., Нехорошева Е.В. Городские университеты и их роль в улучшении психологического благополучия горожан // Педагогический журнал. 2025. Т. 15. № 6А. С. 23-35.

Ключевые слова

Психологическое благополучие, Urban Health, городской университет, ГАОУ ВО МГПУ.

Введение

Студенты организаций высшего и среднего профессионального образования сталкиваются с рядом психологических и социальных трудностей, влияющих на качество их жизни и академические успехи. Основные проблемы включают стресс от учебы, тревожность перед экзаменами, одиночество и отсутствие социальной поддержки, трудности адаптации к новой среде, усталость и выгорание, неуверенность в будущем и выбранной при поступлении профессии [Алексейчева, Ананишнев, Ермоленко, Жукоцкая, Казенина и др., 2021]. Эти факторы могут привести к снижению успеваемости, ухудшению здоровья и даже к серьезным психическим расстройствам. И если у вузов уже есть практический опыт решения проблем современных студентов, они уже применяют его в городской среде в целом, то организации СПО пока в достаточной степени его не наработали. В этой связи возникают задачи выявления лучших практик улучшения психологического благополучия горожан и их трансляции.

Основная часть

Урбанисты постоянно изучают, как городская среда влияет на благополучие человека. Норвежский урбанист Костас Моуратидис в журнале *Cities* опубликовал статью «Urban planning and quality of life: A review of pathways linking the built environment to subjective well-being» (Городское планирование и качество жизни: обзор путей, связывающих архитектурную среду с субъективным благополучием), в которой собрал в единую концептуальную модель всё, что нам известно по этому вопросу.

Итак, модель Моуратидиса такова — на входе мы имеем *built environment*, что можно перевести как «городская среда». Городская среда состоит из регламентов землепользования, транспортных систем, городского дизайна и застройки. На выходе получаем удовлетворённость жизнью, эмоциональное благополучие и эвдемонию. Последнее — термин для описания состояния счастья, самореализации и ощущения, что жизнь наполнена смыслом. Соответственно, каким-то образом городская среда влияет на то, насколько горожане довольны жизнью, эмоционально благополучны и обрели смысл жизни.

Моуратидис выделяет семь путей этого влияния:

1. **Передвижение.** Мобильность в широком смысле этого слова. Это и то насколько горожанам благодаря организации городской среды удобно добираться до различных важных активностей, и как население ходит пешком, ездит на велосипеде и водит машину, и как удаётся всё успевать за один день и насколько это радует.

2. **Досуг.** Самый разный — от физического до умственного. Как городская среда помогает людям находить время для досуга и радующие именно нас активности. Насколько эти

активности разнообразны, насколько легко или наоборот сложно к ним подключиться, есть ли значимый порог входа для занятия досугом, или же он доступен для каждого.

3. Работа и всё что с ней связано. Может ли человек найти работу или снять в аренду помещение для своего бизнеса неподалёку от дома, или же для этого нужно далеко ехать. Позволяют ли регламенты землепользования развиваться широкому спектру бизнеса и находить занятость на любой вкус или нет.

4. Социальные отношения. Как локальные, так и вообще. Есть ли где проводить собрания собственников жилья, могут ли соседи встретиться во дворе и поздороваться. Насколько легко встретиться друзьям или родственникам из разных районов, или они могут выкроить на это время только по праздникам [Алексейчева, Ермоленко, Жукоцкая, Гаврикова, Григорьева и др., 2023]. Стимулирует ли среда совместную активность или только индивидуальную.

5. Резидентное благополучие. Насколько житель доволен своим домом, своим районом, своим городом. Чувствует ли он положительную обратную связь от того, что выбрал для жизни именно этот дом или район, насколько он чувствует его своим, освоенным, обжитым. Чувствует ли житель себя в безопасности в своём районе, может ли гордиться своим районом.

6. Эмоциональные переживания. Опять же, в самом широком смысле - депрессия от однообразной застройки, раздражение от шумового загрязнения, тоска по зелёным пространствам. Или наоборот - радость от комфортного парка, благодарность за тишину по окончании рабочего дня, счастье от возможности заниматься любимым занятием [Алексейчева, Бирич, Джерелиевская, Ермоленко, Жукоцкая и др., 2024]. Радость встречи со знакомыми людьми или наоборот стресс от постоянного контакта с незнакомцами.

7. Здоровье. Как ментальное, так и физическое. Насколько городская среда способствует развитию диабета, ожирения, сердечно-сосудистых, респираторных заболеваний и заболеваний опорно-двигательного аппарата. Насколько прост и сложен доступ к здравоохранению и здоровому отдыху [Нехорошева, Авраменко, Денисов, 2018]. Насколько просто или сложно вести в городе здоровый образ жизни и насколько это осмысленно в сложившейся городской среде.

Концепция Urban Health представляет собой новый взгляд и философию современного урбанизма, сосредоточенную на создании благоприятной городской среды, поддерживающей здоровый образ жизни и общее благополучие её обитателей. Идеология Urban Health изучает связь между здоровьем и условиями проживания в городе, предлагая ответ на важнейший вопрос дальнейшего планирования городских территорий: каким образом создать городскую среду, стимулирующую активную и здоровую жизнедеятельность?

Основная цель концепции заключается в первостепенном внимании к состоянию здоровья и качеству жизни населения при формировании политики городского пространства. Несмотря на очевидные достижения последних десятилетий — повышение средней продолжительности жизни, особенно заметное в крупных городах, этот прогресс привёл к новым вызовам. Возникновение хронических заболеваний, обусловленных неблагоприятными экологическими факторами, гиподинамией, нездоровым рационом питания, хроническим переутомлением и стрессом, представляют главную проблему современного этапа развития мегаполисов.

Основополагающими принципами подхода Urban Health являются:

Во-первых, интеграция вопросов здоровья в каждую сферу муниципального управления, что обеспечит систематический подход к повышению качества жизни и укреплению здоровья горожан.

Во-вторых, ведущим фактором охраны общественного здоровья должна стать политика

изменений городской среды и пространственной структуры. Градостроительные проекты и стратегическое планирование обязаны учитывать риски для здоровья, социальноэкономические показатели и характеристики экологической обстановки.

Третий важный аспект концепции — проведение комплексной экономической оценки, устанавливающей прямую зависимость текущих вложений в реализацию здоровых подходов от будущих преимуществ, вытекающих из внедрения новых управленческих практик.

Москва активно внедряет инициативы, положительно сказывающиеся на состоянии здоровья её жителей. Одним из ярких примеров служит программа Московского стандарта реновации, начатая в 2017 г. Её ключевая задача — обновить жильё для сотен тысяч семей, живущих в устаревшем фонде, и модернизировать инфраструктуру района, формируя привлекательные общественные зоны. Данная инициатива затрагивает не только качество жилья миллионов горожан, но и стимулирует развитие инфраструктуры города в целом.

Известно, что условия жизни оказывают решающее воздействие на здоровье и самочувствие человека, составляя примерно 80 процентов комплексного воздействия городской среды. Реализация программы реновации предполагает не только замену старых домов новыми современными жилыми зданиями, но и создание комфортной городской среды, соответствующей новейшим стандартам развития больших городов. Улучшение жилищного фонда существенно повлияет на здоровье горожан путём снижения различных видов загрязнений (шума, света, загрязнённости воздуха), стимулирования активности и участия людей в общественной жизни. Исследования уже утверждённых планов реконструкции районов показали значительный прирост показателей, влияющих на здоровье жителей, почти вдвое улучшив общие условия среды обитания.

В основу подхода Urban Health заложены три ключевых принципа, обеспечивающих комплексное и эффективное управление развитием городов с целью укрепления здоровья и благополучия жителей:

1. Приоритизация здоровья во всех аспектах городского управления

Городская политика и инфраструктура должны проектироваться таким образом, чтобы прямо способствовать укреплению физического и психического здоровья жителей [Степанов, Соболевская, Рябова, Нежкина, Нехорошева, Чистякова, 2018]. Здоровье ставится во главу угла при принятии решений в сферах транспорта, архитектуры, благоустройства и прочих направлений городского развития.

2. Роль городской среды как драйвера общественного здравоохранения

Важнейшая роль отводится изменению физической и пространственной среды города. Планировка улиц, зелёных зон, доступность качественного жилья и транспортных сетей должны разрабатываться с учётом положительных эффектов на здоровье и социальное благополучие жителей. Оценка возможных последствий принимаемых решений для здоровья становится неотъемлемой частью принятия любых стратегических и тактических мер.

3. Комплексная экономическая оценка эффективности инвестиций

Необходимо оценивать долгосрочные выгоды от вложения финансовых средств в меры, улучшающие здоровье населения. Инвестиции в качественные дороги, удобные пешеходные маршруты, доступные парки и качественное жильё рассматриваются не просто как расходы, а как инструменты профилактики болезней и повышения производительности труда, приводящие к значительному положительному эффекту в будущем.

Эти принципы помогают городам перейти от простого устранения негативных воздействий к созданию устойчивых, гармоничных сред, благоприятствующих активной и полноценной

жизни их жителей.

Запросы горожан в области психологического благополучия могут варьироваться в зависимости от конкретных условий жизни, социальной среды и индивидуальных потребностей каждого человека. Однако можно выделить несколько общих направлений:

Создание комфортной городской среды

Зеленые зоны и парки: наличие мест для отдыха и прогулок на свежем воздухе, способствующих снижению стресса и улучшению настроения.

Спортивные площадки и фитнес-центры: доступ к спортивным объектам, где горожане могли бы заниматься физической активностью, что положительно влияет на психическое состояние.

Социальные пространства: создание площадок для общения и взаимодействия между людьми, таких как клубы по интересам, культурные центры и другие общественные места.

Транспортная доступность: в столице осуществляется реализация нескольких инициатив, направленных на совершенствование транспортного комплекса [Алексейчева, Нехорошева, 2020].

Улучшение качества рабочих условий

Борьба с выгоранием: внедрение программ по предотвращению профессионального выгорания среди работников различных сфер, включая образовательные учреждения, медицинские организации и бизнес-сектор.

Баланс работы и личной жизни: гибкий график работы, возможность удаленной занятости и адекватный уровень нагрузки помогают снизить уровень стресса у сотрудников.

Программы корпоративной поддержки: введение корпоративных программ психологической помощи, включающих консультации, тренинги и мероприятия по развитию эмоциональной устойчивости.

Поддержка уязвимых групп населения

Помощь детям и подросткам: развитие школьных служб психологической поддержки, организация клубов и кружков для детей, работа с семьями в трудных жизненных ситуациях.

Работа с пожилыми людьми: обеспечение доступа к программам поддержки пожилых людей, которые часто сталкиваются с одиночеством, депрессией и другими проблемами, связанными с возрастом.

Помощь людям с инвалидностью: адаптация городских пространств и учреждений под нужды людей с ограниченными возможностями, а также оказание специализированной психологической помощи.

По данным Российского Красного Креста, в 2023 г. на общую горячую линию поступило 17 404 обращения от граждан, нуждающихся в психологической поддержке вследствие переживаний и трудностей адаптации к стрессу. Это значительно больше, чем в предыдущем году, когда с аналогичными проблемами обратилось всего 5987 человек (учитывая период с момента запуска линии в марте 2022 г.).

Так, в 2022 г. запросы относительно оказания психологической поддержки занимали второе место среди наиболее популярных запросов российских граждан в РКК. Чаще россияне запрашивали исключительно информацию о получении гуманитарной помощи (почти половина звонков была связана именно с этим вопросом).

Однако ситуация изменилась в 2023 г. — количество заявок, связанных с необходимостью психологической помощи в связи со стрессовыми ситуациями и адаптацией, резко возросло и составило теперь абсолютное большинство — около 88% от общего числа поступивших

сообщений (всего 17 404 звонка). Дополнительно зафиксировано ещё 247 случаев обращений по другим причинам, связанным с психоэмоциональным состоянием граждан. Наряду с этим, также поступили следующие виды запросов: восстановление утраченных семейных контактов — 930 обращений, адреса пунктов распределения гуманитарной помощи интересовали 641 звонящего, а консультации касательно вопросов мобилизации понадобились 232 гражданам.

Увеличение количества обращений на горячую линию отражает не только рост потребностей в психологической помощи, но и изменения в обществе, направленные на повышение внимания к своему психическому здоровью.

Итак, перечислим факторы, определяющие рост популярности горячей линии:

1. Повышение уровня стресса. Современная жизнь становится всё более напряжённой и сложной. Люди сталкиваются с большим количеством проблем, начиная от экономических сложностей и заканчивая эмоциональными переживаниями, вызванными изменениями в личной жизни, социальной среде или даже глобальными событиями. Стрессовые ситуации часто требуют профессиональной психологической поддержки, которую граждане могут оперативно получить благодаря работе горячей линии.

2. Доступность и удобство услуги. Возможность быстро связаться с квалифицированными специалистами позволяет людям своевременно получать необходимую поддержку. Телефонные звонки позволяют обратиться анонимно и конфиденциально, что особенно важно для тех, кому сложно открыто обсуждать личные проблемы.

3. Осведомлённость населения. Информационные кампании и публикации СМИ способствуют росту осведомленности о существовании подобной службы. Чем больше людей знают о возможности позвонить и получить консультацию, тем активнее они пользуются ею.

4. Изменение отношения общества к психологии. Постепенно меняется отношение к психологической помощи. Если раньше многие стеснялись обращаться за поддержкой, считая это проявлением слабости, то сейчас такое поведение воспринимается скорее как ответственное решение, способствующее улучшению качества собственной жизни.

Городские университеты являются факторами повышения психологического благополучия горожан [Нехорошева, Авраменко, Алексейчева, Афанасьева, Гильяно и др., 2024], решая такие проблемы, как:

- стресс, который особенно активно проявляется у студентов, так как учеба связана с высокими требованиями, необходимостью подготовки к контрольным работам и экзаменам, большим объемом материала, ожиданием высоких результатов и такая постоянная нагрузка ведет к хроническому стрессу.
- социальная изоляция, ведь многие студенты испытывают чувство одиночества, особенно в первые годы обучения, сталкиваясь с трудностью построения новых отношений и поддержания старых связей;
- эмоциональное выгорание, так как чрезмерная учебная нагрузка и недостаток отдыха приводят к усталости, раздражительности, апатии и чувству бессмысленности усилий;
- отсутствие профессиональной ориентации, студентам бывает сложно выбрать специальность, подходящую именно им, вследствие чего возникают сомнения относительно своего будущего;
- финансовое давление, так как для многих молодых людей учеба сопряжена с материальными проблемами — платой за обучение, поиском жилья, работой параллельно с учебной.

– проблемы самоидентификации, ведь студенты переживают период взросления, формирование своей личности, самооценки и идентичности, что также создает дополнительную нагрузку.

Интересно сравнить московский опыт с зарубежными примерами. Так, в Лондоне действует программа *Healthy Streets* («Здоровые улицы»), нацеленная на повышение двигательной активности горожан путем создания качественной уличной среды. Эта программа выглядит похоже на обычные городские благоустроительные мероприятия, но ее особенность в том, что главным критерием оценки выступает польза для здоровья жителей. Специальная методика оценки улиц учитывает десятки критериев, включая степень шума, чистоту воздуха, наличие зелени, удобство перехода через проезжую часть и другие важные параметры, определяющие привлекательность городской среды для пеших прогулок и занятий спортом.

В Нью-Йорке разработали концепцию «Активного дизайна среды» (*Active Design*), согласно которой окружающая среда способна влиять на привычки и поведение человека. Изменяя элементы среды обитания, можно создавать условия, в которых люди будут естественным образом выбирать более полезные варианты поведения, способствующие сохранению здоровья и повышению качества жизни. Авторы метода называют такими полезными действиями любые повседневные ситуации, когда жители города предпочитают более здоровые альтернативы привычным действиям. К примеру, выбирая полезную пищу, предпочитая активный вид перемещения пешком или на велосипеде, принимая активное участие в жизни местного сообщества и стремясь к большему контакту с природной средой.

Концепция *Active Design* стремится формировать пространство таким образом, чтобы архитектура и устройство местности сами вели человека к здоровым предпочтениям, что в итоге существенно снижает угрозы для здоровья.

Основные идеи *Active Design* включают следующее:

Увеличение физической активности, что помогает уменьшить распространённость сердечных и сосудистых заболеваний, патологий костно-мышечной системы, ожирения и диабета.

Популяризацию здорового образа жизни и рационального питания, достигаемые через расширение велосети, создание удобных общественных пространств, маркирование продуктов питания, популяризацию местных рынков сельхозпродукции и ярмарок выходного дня. Всё это ведёт к снижению числа жителей, страдающих избыточным весом и связанными болезнями, увеличивая среднюю продолжительность жизни.

Предоставление быстрого и равного доступа ко всем видам зелёных зон (паркам, лесам, водоёмам), а также обеспечение доступности высококачественных медицинских услуг, что способствует общему оздоровлению населения и сокращению уровней заболеваемости и смертности [Нехорошева, Афанасьева, Касаткина, Цаплина, Алексейчева и др., 2025].

Городские университеты представляют собой значимый ресурс, способствующий улучшению качества жизни населения мегаполисов посредством оказания образовательной, психологической поддержки и развития социальной инфраструктуры города. Важность данной функции определяется тем, что вузы осуществляют образовательную деятельность, психологическую поддержку студентов и сотрудников, ведется научно-исследовательская работа преподавателей и аспирантов, в университетах традиционно развиты социальное партнерство и волонтерское движение, проводятся массовые мероприятия культурного и просветительского характера (лекции, выставки, концерты).

Предоставление образовательных услуг расширяет возможности профессионального роста

жителей, способствует повышению уровня компетенций и знаний, что снижает уровень тревожности и стресса среди трудоспособного населения, улучшает перспективы трудоустройства и карьерного продвижения [Алексейчева, 2020].

Наличие центров психолого-педагогической помощи, консультативных служб оказывает непосредственное влияние на формирование позитивной атмосферы внутри учебного заведения, повышает устойчивость к стрессовым ситуациям, предотвращает развитие депрессивных состояний.

Проведение исследований в области психологии труда, городской среды, социальных процессов позволяет выявлять проблемы, препятствующие комфортному проживанию и продуктивной деятельности людей, предлагать эффективные пути их решения.

Совместные проекты университетов с городскими учреждениями культуры, здравоохранения, органами власти способствуют развитию активной гражданской позиции среди молодежи, формируют чувство сопричастности к судьбе родного города, снижают проявления социального отчуждения и одиночества.

Организация досуга студентов и горожан положительно влияет на общее самочувствие, формирует благоприятную среду для общения и взаимодействия между различными категориями населения, развивает межкультурный диалог и взаимопонимание.

С учетом всего перечисленного нами была поставлена и реализована цель выявления лучших практик улучшения психологического благополучия горожан на примере ГАОУ ВО МГПУ [Алексейчева, Зверев, Леван, Михайлова, Нехорошева и др., 2018].

Московский городской педагогический университет основан в 1995 г. по решению Правительства Москвы. На 2024 г. входит в топ-15% глобального агрегированного рейтинга, на 55 месте рейтинга лучших вузов России (RAEX-100), с наибольшими оценками востребованности выпускников на рынке труда, и достаточно высоким уровнем научно-исследовательской деятельности. Хотя МГПУ не входит в перечень вузов, вносящих вклад в устойчивое развитие, в силу того что он сформирован как городской вуз, данный кейс будет ценен для анализа вклада в поддержку горожан.

Университет предлагает обучение по нескольким уровням – среднее профессиональное образование и высшее – бакалавриат, магистратура и аспирантура. Профиль обучения – смешанный с преобладанием педагогических, социальных и гуманитарных специальностей.

Миссия университета согласуется со стратегией его развития как городского вуза и заключается в создании актуальных социо-гуманитарных практик для города и мира, путем экспертизы в области формирования социального капитала, разработки практических инструментов, вклада в развитие города для горожан и сообществ.

Роль ГАОУ ВО МГПУ в улучшении психологического благополучия горожан

Московский городской педагогический университет, являясь одним из ведущих педагогических вузов страны, активно участвует в реализации социально значимых проектов, направленных на поддержание психологического здоровья и комфорта жителей Москвы. Университет успешно сочетает образование, научную деятельность и социальную активность, делая значительный вклад в создание благоприятной психологической среды столицы.

Психологические службы университета оказывают консультации учащимся, сотрудникам и широкому кругу москвичей. Профессиональные психологи проводят профилактические беседы, тренинги и семинары, направленные на снижение уровня тревоги и предотвращение эмоционального выгорания. Особое внимание уделяется работе с детьми и подростками, испытывающими трудности адаптации в школьном коллективе.

Также университет реализует программы профессиональной переподготовки педагогов-психологов, помогающие специалистам своевременно реагировать на изменения условий жизни школьников и адаптироваться к новым требованиям профессии.

МГПУ проводит многочисленные научные исследования, изучающие различные аспекты взаимодействия человека с городской средой. Ученые кафедры психологии занимаются разработкой методов диагностики и коррекции нарушений поведения, изучения факторов риска развития психосоматических заболеваний и расстройств нервной системы.

Некоторые исследовательские группы сосредоточены на изучении специфики восприятия жителями современных архитектурных решений и благоустройстве территорий, стремясь создать комфортную среду проживания и минимизировать негативные последствия плотного ритма столичной жизни.

Под руководством опытных педагогов и ученых МГПУ проводятся разнообразные тематические встречи, конференции и выставки, посвященные вопросам воспитания здорового образа жизни, развитию позитивного отношения к окружающей среде и воспитанию культуры межличностных отношений.

Одним из ярких примеров является проведение ежегодных научно-практических конференций, объединяющих представителей образования, здравоохранения и общественности, направленное на обмен опытом и выработку эффективных стратегий улучшения психологического состояния учащихся и взрослых.

Инновационным направлением деятельности МГПУ является работа над созданием условий доступности образования и услуг для всех категорий граждан независимо от особенностей физического или ментального состояния. Учебные заведения сети имеют специальные помещения и оборудование для занятий спортом, искусства и творчества, доступное для лиц с ограниченными возможностями.

Такие меры повышают чувство защищенности и уверенности в себе, укрепляют самооценку и снижают риск возникновения депрессивных состояний и агрессивного поведения.

Благодаря своей активной позиции в вопросах охраны психического здоровья, Московский городской педагогический университет заслуженно считается важным фактором укрепления социального оптимизма и формирования гармоничной личностной структуры молодого поколения.

Постоянное совершенствование учебных процессов, широкое использование новейших технологий и сотрудничество с органами власти делают МГПУ надежным партнером в обеспечении устойчивого роста общественного благосостояния, что в конечном итоге ведет к росту удовлетворённости жизнью и улучшению общего психологического климата в городе Москве.

В университете можно выделить два направления поддержки психологического благополучия – поддержка благополучия студентов и сотрудников вуза и в итоге воспитание высококлассных специалистов, готовых работать на благо города. И городские проекты, формирующие комфортную и безопасную среду, нацеленные на взаимодействие со школами, родительским сообществом и просвещение широкого круга граждан.

Для студентов существует раздел сайта и личный кабинет, где представлена основная информация по учебе, включая возможности обращения за помощью и студенческую науку. В МГПУ нет общежитий, но студенты и преподаватели могут заселиться в 2 корпуса гостиниц, расположенных в разных районах города.

МГПУ предоставляет студентам материальную поддержку в виде единовременных выплат

в связи с тяжелыми жизненными обстоятельствами, для поддержки научных, творческих, волонтерских инициатив, или по социальным основаниям. Студенты могут подать заявки на снижение стоимости обучения или получение стипендий. МГПУ предоставляет много вариантов стипендиальной поддержки для поступивших студентов, студентов бакалавриата за академические и иные достижения. Студенты могут обратиться за помощью напрямую, в учебные отделы институтов или в студенческий МФЦ.

В рамках поддержки благополучия в академическом процессе студенты выбирают элективные курсы, часть из которых по психологической тематике, студенты могут выбрать и спортивные элективы по интересам. Если студенты планируют бизнес-проекты, то они могут защитить диплом по своим инициативам в формате бизнес-плана. Существует возможность обучения по обмену в других образовательных или научных организациях.

В МГПУ поддерживают научную деятельность студентов, например, в сотрудничестве с международным проектом Science Slam, в конкурсах научных работ, общеуниверситетских и студенческих конференциях. Студентам доступны возможности обратиться в отдел практики по вопросам трудоустройства, получения консультаций по рынку труда и прохождению практики.

В рамках социальных и инициативных активностей студенты могут формировать организации для продвижения своих проектов, и могут обучиться разным социальным и профессиональным навыкам, в том числе по развитию эмоционального интеллекта и разные курсы по получению навыков тренеров и волонтеров. Каждый учебный институт имеет свой студенческий совет, который информирует студентов о мероприятиях, возможностях и при необходимости защищает их интересы.

В МГПУ существуют различные студенческие организации, цель которых – развитие потенциала самих студентов и повышение их благополучия, в частности психологического, и волонтерские и вожатские проекты. Студенты занимаются волонтерством по нескольким направлениям: социальному, педагогическому, просветительскому, культурному, экологическому и зооволонтерству. Часть студенческих организаций работает с несовершеннолетними студентами, желающими развиваться в качестве вожатых. В рамках вожатской деятельности студенты выезжают в летние детские лагеря, работают проводниками в поездах, в центрах социальной помощи семье и детям и обучают других вожатых.

Для сотрудников есть корпоративная система, начиная от материальной поддержки и профсоюзной организации, заканчивая скидками на обучение, льготными занятиями в спортзале и бассейне.

В качестве прямой психологической помощи студентам и сотрудникам доступна линия поддержки, где можно оставить заявку на психологическую консультацию. На линии работают четыре психолога – сотрудники института психологии и комплексной реабилитации.

Что касается работы по поддержанию благополучия горожан, то можно выделить несколько направлений. МГПУ ориентирован на поддержку родительского сообщества и детей в рамках родительского университета и консорциума «Семейное образование», школ и обучающихся, например в рамках работы преуниверсария и Университетской школы МГПУ, педагогов в рамках различных научно-практических проектов, широкого круга граждан. Основные направления – непрерывное образование, в том числе для москвичей старшего поколения, научно-практические работы и просвещение.

Из целевых программ по поддержке психологического благополучия можно выделить проект «Госпитальная педагогика» по обучению пациентов центра детской гематологии,

онкологии и иммунологии имени Рогачева и проект центра для взрослых с дислексией, который будет проводить очные бесплатные консультации, семинары и тренинги. Центр «Благо» на базе института непрерывного образования предлагает занятия для детей по развитию, в том числе на бюджетной основе. На научно-просветительском портале Prizma открыты для всеобщего доступа материалы по теме благополучия, образования, городскому развитию. Там же доступны научно-популярные видео-подкасты из цикла «Психолог в городе» и цикл видео-лекций «Негативные чувства».

Заключение

Характеризуя модель поддержки университетом психологического благополучия жителей города, МГПУ ориентирован в первую очередь на воспитание и подготовку социально активных, ответственных и высококлассных специалистов, готовых работать в социальной и городской сферах. Для этого в университете создаются академические условия, поддерживаются студенческие группы и инициативы. Следующее направление – развитие в качестве городского университета, образование горожан, повышение их грамотности и расширение кругозора не только в психологическом направлении, что косвенно способствует благополучию жителей за счет повышения устойчивости. И третье направление – прямая помощь в виде партнерства научно-практических подразделений и студенческих групп с социально-значимыми проектами, волонтерской деятельности.

Библиография

1. Алексейчева, Е.Ю. (2020). Актуальные подходы к формированию компетентностей будущего // Вестник МГПУ. Серия: Философские науки. № 1 (33). С. 44-50.
2. Алексейчева, Е.Ю., Ананишнев, В.М., Ермоленко, Г.А., Жукоцкая, А.В., Казенина, А.А., Кожевников, С.Б., Нехорошева, Е.В., Осмоловская, С.М., Сахарова, М.В., Скородумова, О.Б., Хасянов, А.Ж., Хилханов, Д.Л., Хилханова, Э.В., Черненко, С.В. (2021). Цифровая гуманитаристика: человек в «прозрачном» обществе. Коллективная монография / Москва. 144 с.
3. Алексейчева, Е.Ю., Бирич, И.А., Джерелиевская, И.К., Ермоленко, Г.А., Жукоцкая, А.В., Джуад, Ю.Ю. и другие (2024). Модусы социального и концепт человека (философские размышления). Коллективная монография. Москва. 190 с.
4. Алексейчева, Е.Ю., Ермоленко, Г.А., Жукоцкая, А.В., Гаврикова, Д.С., Григорьева, Е.И., Джуад, Ю.Ю., Казенина, А.А., Кириллов, В.В., Кожевников, С.Б., Кораблин, Д.А., Лакаев, П.В., Мапельман, В.М., Миркушина, Л.Р., Савченко, И.А., Сахарова, М.В., Сухорукова, О.А., Ткаченко, А.В., Трубина, Н.А., Чёрненко, С.В., Хилханов, Д.Л. и др. (2023). Культурные коды. Учебно-методическое пособие / Москва. 296 с.
5. Алексейчева, Е.Ю., Нехорошева, Е.В. (2020). Большие данные и экономика образования: управленческая дилемма повседневной образовательной миграции московской агломерации // Вестник МГПУ. Серия: Экономика. № 1 (23). С. 89-101. URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=42810136>
6. Алексейчева, Е.Ю., Зверев, О.М., Леван Т.Н., Михайлова, И.Д., Нехорошева, Е.В. Феклин, С.И. (2018). МГПУ как субъект управления развитием городской образовательной среды в условиях цифровизации экономики // Вестник МГПУ. Серия: Экономика. № 2 (16). С. 98-108.
7. Степанов, С.Ю., Соболевская, Т.А., Рябова, И.В., Нежкина, Н.Н., Нехорошева, Е.В., Чистякова, Ю.В. (2018) К разработке системы психолого-педагогических технологий повышения успеваемости школьников с проблемами здоровья // Современное образование. № 3. С. 51-60. DOI 10.25136/2409-8736.2018.3.25585. EDN VRLDFQ.
8. Нехорошева, Е.В., Авраменко, В.Г., Денисов, Л.А. (2018) Оценка готовности педагогического сообщества к командному взаимодействию в сохранении и укреплении здоровья обучающихся // Здоровьеформирующая среда в современной школе : Сборник научных статей по итогам межрегиональной научно-практической конференции, Москва, 31 октября 2017 года / Составитель и ответственный редактор И.В. Рябова. Москва: Московский городской педагогический университет. С. 34-42. EDN UYTVDO.
9. Нехорошева, Е.В., Авраменко, В.Г., Алексейчева, Е.Ю., Афанасьева, Ю.В., Гильяно, А.С., Касаткина, Д.А.,

- Комарова, О.Н., Морозова, Т.Ю., Овчаренко, Л.Ю., Рассказова, А.Л., Страмнова, Е.В., Цаплина, О.В., Енчикова, Е.С. (2024) *Университеты мира в решении проблем психологического благополучия горожан: анализ успешных практик*. Учебно-методическое пособие. Москва. 40 с.
10. Нехорошева, Е.В., Афанасьева, Ю.В., Касаткина, Д.А., Цаплина, О.В., Алексейчева, Е.Ю., Овчаренко, Л.Ю., Рассказова, А.Л., Гильяно, А.С., Комарова, О.Н., Морозова, Т.Ю. *Модели и практики участия университетов мира в решении проблем психологического благополучия жителей городов*. Свидетельство о регистрации базы данных RU 2025621149, 13.03.2025. Заявка № 2025620660 от 28.02.2025. URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=80525025>

Urban Universities and Their Role in Improving the Psychological Well-being of Citizens

Dar'ya A. Kasatkina

PhD in Psychological Sciences,
Moscow City Pedagogical University,
129226, 4 2nd Selskokhozyaystvenny Proezd, Moscow, Russian Federation;
e-mail: KasatkinaDA@mgpu.ru

Elena Yu. Alekseicheva

Doctor of Economic Sciences,
Moscow City Pedagogical University,
129226, 4 2nd Selskokhozyaystvenny Proezd, Moscow, Russian Federation;
e-mail: AlekseichevaEU@mgpu.ru

Elena V. Nekhorosheva

PhD in Pedagogical Sciences,
Moscow City Pedagogical University,
129226, 4 2nd Selskokhozyaystvenny Proezd, Moscow, Russian Federation;
e-mail: NekhoroshevaEV@mgpu.ru

Abstract

The article describes factors that reduce the psychological well-being of students (stress, social isolation, burnout, identity problems, lack of career guidance, and financial pressure related to tuition fees, housing costs, and balancing work and studies), as well as presents the principles of the Urban Health model, the application of which contributes to improved psychological well-being through health prioritization, urban environment changes, and comprehensive economic assessment. The experience of the Moscow City Pedagogical University is presented, which implements forms of psychological well-being support such as advisory and material assistance to students, development of courses and activities for building emotional intelligence and volunteer skills, creation of opportunities for additional education and internships, etc. Practical recommendations are provided for ensuring comfortable living and studying conditions, improving access to quality jobs, supporting vulnerable groups, and developing emotional intelligence and communication skills.

For citation

Kasatkina D.A., Alekseicheva E.Yu., Nekhorosheva E.V. (2025) Gorodskiye universitety i ikh rol' v uluchshenii psikhologicheskogo blagopoluchiya gorozhan [Urban Universities and Their Role in Improving the Psychological Well-being of Citizens]. *Pedagogicheskii zhurnal* [Pedagogical Journal], 15 (6A), pp. 23-35.

Keywords

Psychological well-being, Urban Health, urban university, Moscow City Pedagogical University.

References

1. Alekseicheva, E.Y. (2020). Current approaches to the formation of future competencies // Bulletin of the Moscow State Pedagogical University. Series: Philosophical sciences. No. 1 (33). pp. 44-50.
2. Alekseicheva, E.Yu., Ananishnev, V.M., Ermolenko, G.A., Zhukotskaya, A.V., Kazenina, A.A., Kozhevnikov, S.B., Nekhorosheva, E.V., Osmolovskaya, S.M., Sakharova, M.V., Skorodumova, O.B., Khasyanov, A.J., Khilkhanov, D.L., Khilkhanova, E.V., Chernenkaya, S.V. (2021). Digital humanities: a person in a "transparent" society. Collective monograph / Moscow. 144 pages .
3. Alekseicheva, E.Yu., Birich, I.A., Jerelievskaya, I.K., Ermolenko, G.A., Zhukotskaya, A.V., Juad, Yu.Yu. and others (2024). The modes of the social and the concept of man (philosophical reflections). A collective monograph. Moscow. 190 pages .
4. Alekseicheva, E.Yu., Ermolenko, G.A., Zhukotskaya, A.V., Gavrikova, D.S., Grigorieva, E.I., Juad, Yu.Yu., Kazenina, A.A., Kirillov, V.V., Kozhevnikov, S.B., Korablin, D.A., Lakaev, P.V., Mapelman, V.M., Mirkushina, L.R., Savchenko, I.A., Sakharova, M.V., Sukhorukova, O.A., Tkachenko, A.V., Trubina, N.A., Chernenkaya, S.V., Khilkhanov, D.L. and others (2023). Cultural codes. Educational and methodical manual / Moscow. 296 p .
5. Alekseicheva, E.Yu., Nekhorosheva, E.V. (2020). Big Data and the economics of education: the managerial dilemma of everyday educational migration in the Moscow agglomeration // Bulletin of the Moscow State Pedagogical University. Series: Economics. No. 1 (23). pp. 89-101. URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=42810136>
6. Alekseicheva, E.Yu., Zverev, O.M., Levan, T.N., Mikhailova, I.D., Nekhorosheva, E.V. Feklin, S.I. (2018). MGPU as a subject of management of urban educational environment development in the context of digitalization of the economy// Bulletin of the Moscow State Pedagogical University. Series: Economics. No. 2 (16). pp. 98-108.
7. Stepanov, S.Yu., Sobolevskaya, T.A., Ryabova, I.V., Nezhkina, N.N., Nekhorosheva, E.V., Chistyakova, Yu.V. (2018) Towards the development of a system of psychological and pedagogical technologies for improving the academic performance of schoolchildren with health problems // Modern education. No. 3. pp. 51-60. DOI 10.25136/2409-8736.2018.3.25585. EDN VRLDFQ.
8. Nekhorosheva, E.V., Avramenko, V.G., Denisov, L.A. (2018) Assessment of the readiness of the pedagogical community for teamwork in maintaining and strengthening the health of students// Health-forming environment in modern schools : A collection of scientific articles based on the results of the interregional scientific and practical conference, Moscow, October 31, 2017 / Compiled and edited by I.V. Ryabova. Moscow: Moscow City Pedagogical University. Pp. 34-42. EDN UYTVDO.
9. Nekhorosheva, E.V., Avramenko, V.G., Alekseicheva, E.Yu., Afanasyeva, Yu.V., Guiliano, A.S., Kasatkina, D.A., Komarova, O.N., Morozova, T.Yu., Ovcharenko, L.Yu., Rasskazova, A.L., Stramnova, E.V., Tsaplina, O.V., Enchikova, E.S. (2024) Universities of the world in solving problems of psychological well-being of citizens: an analysis of successful practices. Educational and methodical manual. Moscow. 40 pages .
10. Nekhorosheva, E.V., Afanasyeva, Yu.V., Kasatkina, D.A., Tsaplina, O.V., Alekseicheva, E.Yu., Ovcharenko, L.Yu., Rasskazova, A.L., Guiliano, A.S., Komarova, O.N., Morozova, T.Yu. Models and practices of participation of world universities in solving problems of psychological well-being of urban residents. Certificate of registration of the database RU 2025621149, 03/13/2025. Application No. 2025620660 dated 02/28/2025. URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=80525025>