

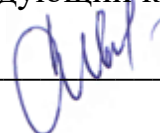
МИНОБРНАУКИ РОССИИ

Федеральное государственное бюджетное  
образовательное учреждение высшего образования  
«Тульский государственный университет»

Медицинский институт  
Кафедра «Психиатрия и наркология»

Утверждено на заседании кафедры  
«Психиатрия и наркология»  
«24» января 2023 г., протокол № 6

Заведующий кафедрой

 Д.М. Иващенко

**МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ**  
**по проведению практических (семинарских) занятий**  
**по дисциплине (модулю)**  
***«Основы организации индивидуальной и командной профессиональной***  
***деятельности»***  
**основной профессиональной образовательной программы**  
**высшего образования – программ ординатуры**  
**по специальности подготовки**  
**31.08.44 Профпатология**

Идентификационный номер образовательной программы: 310844-01-23

Тула 2023 год

## **Разработчик(и) методических указаний**

Иващенко Д.М., зав.кафедрой ПИН, к.м.н., доцент

---

*(ФИО, должность, ученая степень, ученое звание)*



*(подпись)*

## Содержание

1. Психология малых групп.
2. Группа, команда, коллектив. Стратегии в командной работе.
3. Организация команды и руководство работой команды.
4. Лидерские качества и их развитие.
5. Память. Мнемоника и мнемонические принципы.
6. Внимание. Методики концентрации внимания.
7. Конспектирование. Практические рекомендации.
8. Тайм-менеджмент. Планирование времени и целеполагание.
9. Психология общения. Невербальные коммуникации.
10. Знаки коммуникации. Жестикуляция в деловом разговоре.
11. Стратегии и тактики поведения в конфликте.
12. Правила эффективного общения в конфликте.
13. Трансактный анализ общения. Эго-состояния. Трансакции.
14. Понятие игры в транзакционном анализе Эрика Берна.
15. Самоорганизация и саморазвитие в течение жизни.
16. Синдром эмоционального выгорания.

### **1. Психология малых групп..**

#### **1. Актуальность темы**

Проблема группы – это ключевое понятие социальной психологии. Любая совокупность людей, рассматриваемая как общность, обозначается как социальная группа (семья, копания друзей, очередь в магазине, студенческая аудитория и т. п.). Группа может изучаться с позиции любой общности: социальной, производственной, бытовой, экономической, целевой и т. д.

#### **2. Цель занятия и его учебно-целевые задачи.**

**Цель:** на основании знаний основ социальной психологии, а так же психологии личности и группы, обучающийся должен изучить факты, закономерности и механизмы формирования групп

##### **Учебно-целевые задачи**

Студент должен:

- знать основные характеристики, методы и способы собственного профессионального и личностного развития, включая задачи изменения карьерной траектории коммуникации (код компетенции – УК-5);
- уметь организовывать процесс оказания медицинской помощи, руководить, мотивировать, разрешать конфликты внутри команды и контролировать работу младшего и среднего медицинского персонала (код компетенции – УК-3);
- навыками социального взаимодействия и организации командной работы (код компетенции – УК-3).

#### **3. Продолжительность занятия - 45 минут.**

#### **4. Этапы планирования занятия.**

*1 этап.* Проверка исходного уровня знаний студентов проводится с помощью тестов первого уровня или в форме устного ответа на конкретные вопросы по теме.

*2 этап.* Разбор вопросов, касающихся теоретической и практической психологии профессиональной деятельности. Устный опрос, ответы на вопросы самоконтроля (домашняя работа).

*3 этап.* Умение правильно применять профессиональные термины, касающиеся данной темы. Преподаватель проверяет корректное использование терминов.

*4 этап.* Студенты работают с учебно-методическим материалом. Преподаватель организует и контролирует работу студентов.

*5 этап.* «Мозговой штурм». Студенты работают в группах (по 5-7 чел.) по вопросу личностных особенностей в профессиональной деятельности. Преподаватель поочередно в группах проверяет результаты работы, оценивает и корректирует полученные данные.

*6 этап.* Контроль конечного уровня знаний студентов осуществляется с помощью тестов второго уровня или устного опроса. В заключении занятия выставляется оценка, дается домашнее задание с установкой основной цели и указывается литература, необходимая для подготовки.

#### **5. Учебные элементы.**

1. Психологические аспекты формирования малых групп.
2. Оценка факторов, влияющих на формирование малых групп.
3. Интерпретация полученных данных.

#### **6. Оснащение.**

1. Демонстрационные материалы, включенные в обучающую программу (слайды, таблицы, видеофильмы).
2. Ситуационные задачи и эталоны ответов к ним.
3. Тесты первого уровня для определения исходного уровня знаний студентов, тесты второго уровня и ситуационные задачи для оценки конечного уровня знаний.
4. Методические разработки для преподавателей и студентов.
5. Бланки тестовых методик, интерпретация к тестам

#### **7. Необходимые практические умения для усвоения.**

1. Уметь правильно применять знания о психологии малых групп на практике.
2. Патопсихологическое исследование.
3. Интерпретация полученных данных.

#### **2. Группа, команда, коллектив. Стратегии в командной работе.**

### **1. Актуальность темы.**

Группа – ограниченная в размерах общность людей, выделяемая из социального целого на основе определённых признаков.

Существование большого количества различных социальных групп обусловило разработку различных типологий групп.

### **2. Цель занятия и его учебно-целевые задачи.**

**Цель:** Изучить стратегии работы в команде на основе знаний о различиях в типологиях групп.

#### **Учебно-целевые задачи**

Студент должен:

- знать принципы организации процесса оказания медицинской помощи населению, основы конфликтологии и методы руководства работой младшего и среднего медицинского персонала (код компетенции – УК-3);
- уметь намечать ближайшие и стратегические цели собственного профессионального и личностного развития (код компетенции – УК-5);
- владеть навыками межличностного делового общения (код компетенции – УК-4).

### **3. Продолжительность занятий – 45 минут**

### **4. Этапы планирования занятий**

*1 этап.* Проверка исходного уровня знаний студентов проводится с помощью тестов первого уровня или в форме устного ответа на конкретные вопросы по теме.

*2 этап.* Разбор вопросов по теме занятия. Устный опрос, ответы на вопросы самоконтроля (домашняя работа).

*3 этап.* Работа студентов с кейсами по теме занятия. Преподаватель разъясняет принцип работы. Дает инструкцию к выполнению методики. Организует и контролирует работу студентов

*4 этап.* Преподаватель разъясняет принцип анализа полученных данных. Студенты анализируют полученные результаты и на их основе делают выводы о построении карьеры.

*5 этап.* Обсуждение вопросов карьерного роста.

*6 этап.* Контроль конечного уровня знаний студентов осуществляется с помощью тестов второго уровня или устного опроса. В заключении занятия выставляется оценка, дается домашнее задание с установкой основной цели и указывается литература, необходимая для подготовки.

### **5. Учебные элементы.**

1. Научно-методическое обоснование темы.
2. Современный представления о карьерном росте.
3. Сущность изучаемого явления
4. Основные стратегии построения карьеры.

## **6. Оснащение.**

1. Демонстрационные материалы, включенные в обучающую программу (слайды, таблицы, видеофильмы).
2. Ситуационные задачи и эталоны ответов к ним.
3. Тесты первого уровня для определения исходного уровня знаний студентов, тесты второго уровня и ситуационные задачи для оценки конечного уровня знаний.
4. Методические разработки для преподавателей и студентов.

## **7. Необходимые практические умения для усвоения.**

1. Анализ стратегий построения карьеры.
2. Учёт влияния личностных особенностей на построение карьеры.
3. Оценка факторов карьерного роста.
4. Интерпретация полученных данных.

### **3. Организация команды и руководство работой команды.**

#### **1. Актуальность темы.**

Одним из принципов командной работы выступает распределение обязанностей и ответственности за достижение поставленных целей, а не жесткое закрепление выполняемых функций.

Для эффективной организации работы команды необходимы:

- 1) четкое распределение ролей и обязанностей;
- 2) осознание всеми членами команды целей и текущих задач проекта;
- 3) учет и личностных, и профессиональных качеств специалистов при объединении их в команду;
- 4) внимание менеджеров и к достижению целей проекта, и к установлению дружеской рабочей атмосферы.

#### **2. Цель занятия и его учебно-целевые задачи.**

**Цель:** на основании знаний о командной работе студент должен научиться организовывать команду и руководит её работой.

##### **Учебно-целевые задачи**

Студент должен:

- знать принципы организации процесса оказания медицинской помощи населению, основы конфликтологии и методы руководства работой младшего и среднего медицинского персонала (код компетенции – УК-3);
- уметь организовывать процесс оказания медицинской помощи, руководить, мотивировать, разрешать конфликты внутри команды и контролировать работу младшего и среднего медицинского персонала. (код компетенции – УК-3);
- навыками навыками социального взаимодействия и организации командной работы (код компетенции – УК-3).

#### **3. Продолжительность занятия – 45 минут.**

#### **4. Этапы планирования занятия.**

*1 этап.* Проверка исходного уровня знаний студентов проводится с помощью тестов первого уровня или в форме устного ответа на конкретные вопросы по теме.

*2 этап.* Разбор вопросов по теме занятия. Устный опрос, ответы на вопросы самоконтроля (домашняя работа): Факторы, способствующие эффективной командной работе. Признаки эффективного и неэффективного управления командой.

*3 этап.* Преподаватель организует и контролирует работу студентов с ситуационными задачами.

*4 этап.* Студент выступает с определенным вопросом, остальные студенты при необходимости дополняют его, задают интересующие вопросы по теме.

*5 этап.* Обсуждение возникших вопросов.

*6 этап.* Контроль конечного уровня знаний студентов осуществляется с помощью тестов второго уровня или устного опроса. В заключении занятия выставляется оценка, дается домашнее задание с установкой основной цели и указывается литература, необходимая для подготовки.

#### **5. Учебные элементы.**

1. Научно-методическое обоснование темы. Актуальность вопроса – повышение эффективности командной работы и управления ею.
3. Современные представления об эффективном руководстве.

#### **6. Оснащение.**

1. Демонстрационные материалы, включенные в обучающую программу (слайды, таблицы, видеофильмы).
2. Задания по теме (выступить перед публикой, изобразить возможную схему для подготовки к публичному выступлению).
3. Тесты первого уровня для определения исходного уровня знаний студентов, тесты второго уровня и ситуационные задания (вопросы) для оценки конечного уровня знаний.
4. Методические разработки для преподавателей и студентов.

#### **7. Необходимые практические умения для усвоения.**

1. Диагностика состояния команды.
2. Профилактика распада команды.
3. Методы управления командой.

### **4. Лидерские качества и их развитие**

#### **1. Актуальность темы.**

Зарубежная и отечественная психология насчитывает множество теорий научного обоснования происхождения лидерства. Традиционно к наиболее распространенным теориям относят следующие теоретические концепции, включающие в свою очередь различные модели разных авторов: теории черт лидера, ситуативные теории, личностно-ситуационные теории, поведенческие теории.

#### **2. Цель занятия и его учебно-целевые задачи.**

**Цель:** на основе знаний о лидерских качествах руководителя научиться определять уровень их развития и возможности использования в профессиональной деятельности.

##### **Учебно-целевые задачи**

Студент должен:

- знать основные характеристики, методы и способы собственного профессионального и личностного развития, включая задачи изменения карьерной траектории коммуникации (код компетенции – УК-5);



- уметь организовывать процесс оказания медицинской помощи, руководить, мотивировать, разрешать конфликты внутри команды и контролировать работу младшего и среднего медицинского персонала (код компетенции – УК-3);

- владеть навыками межличностного делового общения (коды компетенций – УК-4).

### **3. Продолжительность занятий – 45 минут**

#### **4. Этапы планирования занятий**

*1 этап.* Проверка исходного уровня знаний студентов проводится с помощью тестов первого уровня или в форме устного ответа на конкретные вопросы по теме.

*2 этап.* Разбор вопросов по теме занятия. Устный опрос, ответы на вопросы самоконтроля (домашняя работа): Понятие памяти и внимания, их виды. Законы памяти и внимания. Необходимость активного использования ресурсов памяти и внимания для эффективного построения карьеры. Упражнения для тренировки памяти и внимания. Мнемоника и мнемонические принципы.

*3 этап.* Работа студентов с методиками, направленными на диагностику памяти и внимания. Студент сам выступает в роли испытуемого. Преподаватель разъясняет принцип работы с методикой. Дает инструкцию к выполнению методики. Организует и контролирует работу студентов

*4 этап.* Преподаватель разъясняет принцип интерпретации и анализа полученных данных. Студенты анализируют полученные результаты и на их основе делают выводы о своих психологических характеристиках.

*5 этап.* Обсуждение вопросов коррекции и профилактики.

*6 этап.* Контроль конечного уровня знаний студентов осуществляется с помощью тестов второго уровня или устного опроса. В заключении занятия выставляется оценка, дается домашнее задание с установкой основной цели и указывается литература, необходимая для подготовки.

### **5. Учебные элементы.**

1. Научно-методическое обоснование темы. Актуальность вопроса – необходимость активного использования ресурсов памяти и внимания для эффективного построения карьеры.

2. Современная классификация видов памяти и внимания.

3. Основные упражнения для тренировки памяти и внимания.

4. Методы и приемы запоминания и концентрации внимания.

### **6. Оснащение.**

1. Демонстрационные материалы, включенные в обучающую программу (слайды, таблицы, видеофильмы).

2. Ситуационные задания (вопросы) и эталоны ответов к ним.
3. Тесты первого уровня для определения исходного уровня знаний студентов, тесты второго уровня и ситуационные задания (вопросы) для оценки конечного уровня знаний.
4. Методические разработки для преподавателей и студентов.

## **7. Необходимые практические умения для усвоения.**

1. Тестирование по различным методикам
2. Интерпретация полученных данных.

## **5. Память. Мнемоника и мнемонические принципы.**

### **1. Актуальность темы.**

Актуальность изучения данной темы заключается в необходимости понимания студентом психологических процессов для лучшего усвоения, в первую очередь, учебного материала. Под познавательным процессом, обозначаемым память, понимается запечатление, сохранение, последующее узнавание и воспроизведение следов прошлого опыта. Различают память кратковременную и длительную, механическую и смысловую (ассоциативную).

### **2. Цель занятия и его учебно-целевые задачи.**

**Цель:** на основании классификации и законов памяти студент должен научиться диагностировать, оценить уровень развития памяти, использовать упражнения тренировки памяти в профессиональной деятельности.

#### **Учебно-целевые задачи**

Студент должен:

- знать принципы организации процесса оказания медицинской помощи населению, основы конфликтологии и методы руководства работой младшего и среднего медицинского персонала (код компетенции – УК-3);
- уметь организовывать процесс оказания медицинской помощи, руководить, мотивировать, разрешать конфликты внутри команды и контролировать работу младшего и среднего медицинского персонала. (код компетенции – УК-3);
- владеть навыками межличностного делового общения (коды компетенций – УК-4).

### **3. Продолжительность занятий – 45 минут**

### **4. Этапы планирования занятий**

*1 этап.* Проверка исходного уровня знаний студентов проводится с помощью тестов первого уровня или в форме устного ответа на конкретные вопросы по теме.

*2 этап.* Разбор вопросов по теме занятия. Устный опрос, ответы на вопросы самоконтроля (домашняя работа): Понятие памяти и внимания, их виды. Законы памяти и внимания. Необходимость активного использования ресурсов памяти и внимания для эффективного построения карьеры. Упражнения для тренировки памяти и внимания. Мнемоника и мнемонические принципы.

*3 этап.* Работа студентов с методиками, направленными на диагностику памяти и внимания. Студент сам выступает в роли испытуемого. Преподаватель разъясняет принцип работы с методикой. Дает инструкцию к выполнению методики. Организует и контролирует работу студентов

*4 этап.* Преподаватель разъясняет принцип интерпретации и анализа полученных данных. Студенты анализируют полученные результаты и на их основе делают выводы о своих психологических характеристиках.

*5 этап.* Обсуждение вопросов коррекции и профилактики.

*6 этап.* Контроль конечного уровня знаний студентов осуществляется с помощью тестов второго уровня или устного опроса. В заключении занятия выставляется оценка, дается домашнее задание с установкой основной цели и указывается литература, необходимая для подготовки.

## **5. Учебные элементы.**

1. Научно-методическое обоснование темы. Актуальность вопроса – необходимость активного использования ресурсов памяти для эффективного построения карьеры.

2. Современная классификация видов памяти.

3. Основные упражнения для тренировки памяти.

4. Методы и приемы запоминания.

## **6. Оснащение.**

1. Демонстрационные материалы, включенные в обучающую программу (слайды, таблицы, видеофильмы).

2. Ситуационные задания (вопросы) и эталоны ответов к ним.

3. Тесты первого уровня для определения исходного уровня знаний студентов, тесты второго уровня и ситуационные задания (вопросы) для оценки конечного уровня знаний.

4. Методические разработки для преподавателей и студентов.

## **7. Необходимые практические умения для усвоения.**

1. Диагностика памяти клиента: опрос, интервью.

2. Интерпретация полученных данных.

## **6. Внимание. Методики концентрации внимания.**

### **1. Актуальность темы.**

Внимание — это направленность и сосредоточенность сознания на каком-либо предмете, явлении, деятельности. Направленность означает выбор объекта, а сосредоточенность — отвлечение от других объектов.

В данном практическом занятии студенты знакомятся с упражнениями для тренировки памяти и развития концентрации внимания. Рассматриваются мнемонические принципы.

### **2. Цель занятия и его учебно-целевые задачи.**

**Цель:** на основании классификации и законов внимания студент должен научиться диагностировать и оценить уровень развития внимания, использовать упражнения тренировки внимания в профессиональной деятельности.

#### **Учебно-целевые задачи**

Студент должен:

- знать принципы организации процесса оказания медицинской помощи населению, основы конфликтологии и методы руководства работой младшего и среднего медицинского персонала (код компетенции – УК-3);
- уметь организовывать процесс оказания медицинской помощи, руководить, мотивировать, разрешать конфликты внутри команды и контролировать работу младшего и среднего медицинского персонала. (код компетенции – УК-3);
- владеть навыками межличностного делового общения (коды компетенций – УК-4).

### **3. Продолжительность занятий – 45 минут**

#### **4. Этапы планирования занятий**

*1 этап.* Проверка исходного уровня знаний студентов проводится с помощью тестов первого уровня или в форме устного ответа на конкретные вопросы по теме.

*2 этап.* Разбор вопросов по теме занятия. Устный опрос, ответы на вопросы самоконтроля (домашняя работа): Понятие памяти и внимания, их виды. Законы памяти и внимания. Необходимость активного использования ресурсов памяти и внимания для эффективного построения карьеры. Упражнения для тренировки памяти и внимания. Мнемоника и мнемонические принципы.

*3 этап.* Работа студентов с методиками, направленными на диагностику памяти и внимания. Студент сам выступает в роли испытуемого. Преподаватель разъясняет принцип работы с методикой. Дает инструкцию к выполнению методики. Организует и контролирует работу студентов

*4 этап.* Преподаватель разъясняет принцип интерпретации и анализа полученных данных. Студенты анализируют полученные результаты и на их основе делают выводы о своих психологических характеристиках.

*5 этап.* Обсуждение вопросов коррекции и профилактики.

*6 этап.* Контроль конечного уровня знаний студентов осуществляется с помощью тестов второго уровня или устного опроса. В заключении занятия выставляется оценка, дается домашнее задание с установкой основной цели и указывается литература, необходимая для подготовки.

#### **5. Учебные элементы.**

1. Научно-методическое обоснование темы. Актуальность вопроса – необходимость активного использования ресурсов внимания для эффективного построения карьеры.
2. Современная классификация видов внимания.
3. Основные упражнения для тренировки внимания.
4. Методы и приемы концентрации внимания.

#### **6. Оснащение.**

1. Демонстрационные материалы, включенные в обучающую программу (слайды, таблицы, видеофильмы).
2. Ситуационные задания (вопросы) и эталоны ответов к ним.
3. Тесты первого уровня для определения исходного уровня знаний студентов, тесты второго уровня и ситуационные задания (вопросы) для оценки конечного уровня знаний.
4. Методические разработки для преподавателей и студентов.

#### **7. Необходимые практические умения для усвоения.**

1. Диагностика памяти клиента: опрос, интервью.
2. Интерпретация полученных данных.

#### **7. Конспектирование. Практические рекомендации.**

##### **1. Актуальность темы.**

Актуальность изучения данной темы заключается в необходимости умения правильно конспектировать записи на лекционном занятии для последующего их применения на практических занятиях и подготовки к зачетам и экзаменам.

Конспектирование – это краткое письменное изложение содержания статьи, книги, лекции, включающее в себя основные положения и их обоснование фактами, примерами и т. д. В процессе конспектирования студенты учатся выделять главное, последовательно излагать материал, устанавливать связи между отдельными положениями. Конспектирование развивает логическое мышление, совершенствует культуру речи, закрепляет в памяти прочитанное и услышанное. Овладение навыками конспектирования необходимо для занятий самообразованием. Роль конспектирования значительно возрастает в связи с осуществлением непрерывного образования.

## **2. Цель занятия и его учебно-целевые задачи.**

**Цель:** на основании классификации и видов конспектирования студент должен научиться вести записи лекций, статей, книг и т.п. в соответствии с правилами рационального конспектирования; использовать «Карты памяти»

### **Учебно-целевые задачи**

#### **Студент должен:**

- знать основы, правила и закономерности устной и письменной деловой коммуникации (код компетенции – УК-4);
- уметь создавать высказывания различной жанровой специфики в соответствии с коммуникативным намерением в устной и письменной формах (код компетенции – УК-4);
- владеть навыками межличностного делового общения (коды компетенций – УК-4).

## **3. Продолжительность занятия - 45 минут.**

### **4. Этапы планирования занятия.**

*1 этап.* Проверка исходного уровня знаний студентов проводится с помощью тестов первого уровня или в форме устного ответа на конкретные вопросы по теме.

*2 этап.* Разбор вопросов по теме занятия. Устный опрос, ответы на вопросы самоконтроля (домашняя работа): Понятие конспекта. Конспектирование текста. Виды конспектов. Использование «Карт памяти». Рациональное конспектирование. Практические рекомендации.

*3 этап.* Работа студентов с текстами для конспектирования. Студент сам выступает в роли лектора, а его напарник в роли конспектирующего. Преподаватель разъясняет принципы работы с конспектированием. Организует и контролирует работу студентов.

*4 этап.* Преподаватель разъясняет принципы анализа записей, сделанных в конспекте.

*5 этап.* Обсуждение вопросов коррекции сделанных записей.

*6 этап.* Контроль конечного уровня знаний студентов осуществляется с помощью тестов второго уровня или устного опроса. В заключении занятия выставляется оценка, дается домашнее задание с установкой основной цели и указывается литература, необходимая для подготовки.

### **5. Учебные элементы.**

1. Научно-методическое обоснование темы. Актуальность вопроса – необходимость активного использования конспектирования для эффективного обучения в вузе.

2. Современная классификация видов конспектирования.

3. Основные принципы конспектирования.

4. Методы и приемы конспектирования.

## **6. Оснащение.**

1. Демонстрационные материалы, включенные в обучающую программу (слайды, таблицы, видеофильмы).
2. Задания по теме (текст для конспектирования).
3. Тесты первого уровня для определения исходного уровня знаний студентов, тесты второго уровня и ситуационные задания (вопросы) для оценки конечного уровня знаний.
4. Методические разработки для преподавателей и студентов.

## **7. Необходимые практические умения для усвоения.**

1. Работа с текстом.
2. Конспектирование теста.

## **8. Тайм-менеджмент. Планирование времени и целеполагание.**

### **1. Актуальность темы.**

Актуальность изучения данной темы заключается в необходимости планирования времени для эффективного обучения в вузе.

Тайм-менеджмент - это технология организации времени и повышения эффективности его использования. Организация пространства в целом имеет очень большое значение в развитии дисциплинированности каждого человека.

Лень - отсутствие у человека (или же недостаток) трудолюбия и активности для достижения цели, нежелание повышения результативности трудовой деятельности, а также предпочтения свободного времени и отдыха. Лениью также называют стремления людей к отказу от преодоления возникающих перед ними трудностей и стойкое отсутствие желания прилагать волевые усилия для совершения активных действий. Главной причиной человеческой лени в психологии считают отсутствие значимой цели и мотивации.

### **2. Цель занятия и его учебно-целевые задачи.**

**Цель:** на основании принципов тайм-менеджмента и видов лени студент должен научиться планировать свое время для эффективного обучения в вузе, а также для успешности в повседневной жизни.

#### **Учебно-целевые задачи**

##### **Студент должен:**

- знать основные характеристики, методы и способы собственного профессионального и личностного развития, включая задачи изменения карьерной траектории коммуникации (код компетенции – УК-5);
- уметь намечать ближайшие и стратегические цели собственного профессионального и личностного развития (код компетенции – УК-5);
- владеть навыками межличностного делового общения (коды компетенций – УК-4).

### **3. Продолжительность занятия - 45 минут.**

#### **4. Этапы планирования занятия.**

*1 этап.* Проверка исходного уровня знаний студентов проводится с помощью тестов первого уровня или в форме устного ответа на конкретные вопросы по теме.

*2 этап.* Разбор вопросов по теме занятия. Устный опрос, ответы на вопросы самоконтроля (домашняя работа): Планирование времени и целеполагание. Понятие тайм-менеджмента. Понятие «Поглотители времени». Основные принципы планирования. Расстановка приоритетов.

*3 этап.* Решение ситуационных задач по теме.

*4 этап.* Студент выступает с определенным вопросом, остальные студенты при необходимости дополняют его, задают интересующие вопросы по теме.

*5 этап.* Обсуждение возникших вопросов.

*6 этап.* Контроль конечного уровня знаний студентов осуществляется с помощью тестов второго уровня или устного опроса. В заключении занятия выставляется оценка, дается домашнее задание с установкой основной цели и указывается литература, необходимая для подготовки.

#### **5. Учебные элементы.**

1. Научно-методическое обоснование темы. Актуальность вопроса – необходимость тайм-менеджмента для эффективного обучения в вузе.
2. Современная классификация методов планирования времени.
3. Основные принципы тайм-менеджмента.
4. Современная классификация лени.

#### **6. Оснащение.**

1. Демонстрационные материалы, включенные в обучающую программу (слайды, таблицы, видеофильмы).
2. Ситуационные задания (вопросы) и эталоны ответов к ним.
3. Тесты первого уровня для определения исходного уровня знаний студентов, тесты второго уровня и ситуационные задания (вопросы) для оценки конечного уровня знаний.
4. Методические разработки для преподавателей и студентов.

#### **7. Необходимые практические умения для усвоения.**

1. Планирование времени.
2. Расстановка приоритетов.
3. Принципы борьбы с ленью.

### **9. Психология общения. Невербальные коммуникации.**



## **1. Актуальность темы**

Актуальность темы невербального общения обусловлена нарастающим интересом к невербальному (внеязыковому) общению; а также временем, когда общество стремится развиваться и самосовершенствоваться, в том числе, и в общении друг с другом.

## **2. Цель занятия и его учебно-целевые задачи.**

**Цель:** Познакомить студентов с основными механизмами и закономерностями коммуникации, а также понятием и сущности невербального общения.

### **Учебно-целевые задачи**

Студент должен:

- знать основы, правила и закономерности устной и письменной деловой коммуникации (код компетенции – УК-4);
- уметь создавать высказывания различной жанровой специфики в соответствии с коммуникативным намерением в устной и письменной формах. (код компетенции – УК-4);
- владеть приемами самореализации в профессиональной и других сферах деятельности (код компетенции – УК-5).

## **3. Продолжительность занятия – 45 минут.**

## **4. Этапы планирования занятия.**

*1 этап.* Проверка исходного уровня знаний студентов проводится с помощью тестов первого уровня или в форме устного ответа на конкретные вопросы по теме.

*2 этап.* Разбор вопросов, касающихся теоретической и практической части данной тематики. Устный опрос, ответы на вопросы самоконтроля (домашняя работа).

*3 этап.* Умение правильно применять профессиональные термины, касающиеся темы психологии общения. Преподаватель проверяет корректное использование терминов.

*4 этап.* Студенты работают с учебно-методическим материалом. Преподаватель организует и контролирует работу студентов.

*5 этап.* Студенты работают в малых группах (по 2-3 чел.), отрабатывая умения применять теоретические знания на практике. Преподаватель поочередно в группах проверяет практические навыки, оценивает и корректирует полученные данные.

*6 этап.* Контроль конечного уровня знаний студентов осуществляется с помощью тестов второго уровня или устного опроса. В заключение занятия выставляется оценка, дается домашнее задание с установкой основной цели и указывается литература, необходимая для подготовки.

## **5. Учебные элементы.**

1. Научно-методическое обоснование темы. Актуальность проблемы исследования невербального общения личности вытекает из практических требований к использованию психологических средств оптимизации невербального взаимодействия.

2. Основные понятия и структура психологии общения, межличностного общения, невербального общения.

3. Основная классификация методов и средств невербальной коммуникации.

4. Основные поведенческие проявления при конкретных психологических особенностях.

5. Решение типовых и нетиповых задач по теме.

## **6. Оснащение.**

1. Демонстрационные материалы, включенные в обучающую программу (слайды, таблицы, видеофильмы).

2. Ситуационные задачи и эталоны ответов к ним.

3. Тесты первого уровня для определения исходного уровня знаний студентов, тесты второго уровня и ситуационные задачи для оценки конечного уровня знаний.

4. Методические разработки для преподавателей и студентов.

5. Бланки тестовых методик, интерпретация к тестам

## **7. Необходимые практические умения для усвоения.**

1. Использование невербальных средств общения.

2. Умение практически применять знания о невербальной коммуникации.

3. Интерпретация полученных данных.

## **10. Знаки коммуникации. Жестикуляция в деловом разговоре.**

### **1. Актуальность темы.**

Эффективность делового взаимодействия определяется не только тем, как поняты слова собеседника, но и умением правильно интерпретировать визуальную информацию, то есть взгляд партнера, его мимику и жесты, телодвижения, позу, дистанцию и угол общения, а также тембр и тембр речи. Именно «прочтение» невербального, экспрессивного репертуара собеседника способствует достижению взаимопонимания. Отслеживание такой информации в ходе любого делового разговора может вооружить вас сведениями о морально-личностном потенциале партнера, о его внутреннем

мире, настроении, чувствах и переживаниях, намерениях и ожиданиях, степени решительности или отсутствии таковой.

## **2. Цель занятия и его учебно-целевые задачи.**

**Цель.** Познакомить студентов с основными жестами делового общения, а так же умением их интерпретировать.

### **Учебно-целевые задачи**

Студент должен:

- знать основы, правила и закономерности устной и письменной деловой коммуникации (код компетенции – УК-4);
- уметь создавать высказывания различной жанровой специфики в соответствии с коммуникативным намерением в устной и письменной формах. (код компетенции – УК-4);
- владеть навыками социального взаимодействия и организации командной работы (код компетенции – УК-3).

## **3. Продолжительность занятия - 45 минут.**

### **4. Этапы планирования занятия.**

*1 этап.* Проверка исходного уровня знаний студентов проводится с помощью тестов первого уровня или в форме устного ответа на конкретные вопросы по теме.

*2 этап.* Разбор вопросов, касающихся теоретической и практической части данной тематики. Устный опрос, ответы на вопросы самоконтроля (домашняя работа).

*3 этап.* Умение правильно применять жесты и позы, касающихся темы жестикуляция в деловом разговоре. Преподаватель проверяет умения правильно применять полученные знания.

*4 этап.* Студенты работают с учебно-методическим материалом. Преподаватель организует и контролирует работу студентов.

*5 этап.* Студенты работают в малых группах (по 2-3 чел.), отрабатывая умения применять теоретические знания на практике. Преподаватель поочередно в группах проверяет практические навыки, оценивает и корректирует полученные данные.

*6 этап.* Контроль конечного уровня знаний студентов осуществляется с помощью тестов второго уровня или устного опроса. В заключении занятия выставляется оценка, дается домашнее задание с установкой основной цели и указывается литература, необходимая для подготовки.

## **5. Учебные элементы.**

1. Научно-методическое обоснование темы. Актуальность темы – умелое использование жестикуляции в деловом общении и их интерпретация.
2. Основные понятия и структура жестикуляции в деловом общении.

3. Основная классификация жестов, поз в деловом общении.
4. Основные поведенческие проявления при конкретных психологических особенностях.
5. Решение типовых и нетиповых задач по теме.

## **6. Оснащение.**

1. Демонстрационные материалы, включенные в обучающую программу (слайды, таблицы, видеофильмы).
2. Ситуационные задачи и эталоны ответов к ним.
3. Тесты первого уровня для определения исходного уровня знаний студентов, тесты второго уровня и ситуационные задачи для оценки конечного уровня знаний.
4. Методические разработки для преподавателей и студентов.
5. Бланки тестовых методик, интерпретация к тестам

## **7.Необходимые практические умения для усвоения.**

1. Опрос, клиническое интервью, осмотр пациентов личности.
2. Патопсихологическое исследование.
3. Умение правильно применять жестикуляцию в деловом разговоре.
4. Интерпретация полученных данных.

## **11. Стратегии и тактики поведения в конфликте.**

### **1. Актуальность темы.**

Проблема изучения и возможности управления собственной судьбой волновала человечество с незапамятных времен. Судьбе придавалось то демоническое, то божественное начало. Судьбу в лице Рока или Фатума боялись, ее пытались умиловить или избежать.

В XXI веке этот вопрос не потерял своей актуальности. Ответ на него, в основном, пытаются дать представители различных эзотерических учений, к которым относительно недавно прибавились многочисленные тренинги личностного роста и персональной эффективности.

### **2. Цель занятия и его учебно-целевые задачи.**

**Цель:** формирование у студента конфликтологической компетентности, как важнейшей составляющей его профессиональной деятельности.

### **Учебно-целевые задачи**

Студент должен:

- знать принципы организации процесса оказания медицинской помощи населению, основы конфликтологии и методы руководства работой младшего и среднего медицинского персонала (код компетенции – УК-3);
- уметь организовывать процесс оказания медицинской помощи, руководить, мотивировать, разрешать конфликты внутри команды и

контролировать работу младшего и среднего медицинского персонала. (код компетенции – УК-3);

- владеть навыками социального взаимодействия и организации командной работы (код компетенции – УК-3).

### **3. Продолжительность занятия – 45 минут.**

#### **4. Этапы планирования занятия.**

*1 этап.* Проверка исходного уровня знаний студентов проводится с помощью тестов первого уровня или в форме устного ответа на конкретные вопросы по теме.

*2 этап.* Разбор вопросов, касающихся теоретической и практической части данной тематики. Устный опрос, ответы на вопросы самоконтроля (домашняя работа).

*3 этап.* Умение правильно применять полученные знания, касающихся данной темы. Преподаватель проверяет умения правильно применять полученные знания.

*4 этап.* Студенты работают с учебно-методическим материалом. Преподаватель организует и контролирует работу студентов.

*5 этап.* Студенты работают в малых группах (по 2-3 чел.), отрабатывая умения применять теоретические знания на практике. Преподаватель поочередно в группах проверяет практические навыки, оценивает и корректирует полученные данные.

*6 этап.* Контроль конечного уровня знаний студентов осуществляется с помощью тестов второго уровня или устного опроса. В заключении занятия выставляется оценка, дается домашнее задание с установкой основной цели и указывается литература, необходимая для подготовки.

#### **5. Учебные элементы.**

1. Научно-методическое обоснование темы. Актуальность темы – тактики и стратегии конфликтных ситуаций.

2. Методы исследования личности (психодиагностические процедуры).

3. Основная классификация тактик и стратегий.

4. Основные поведенческие проявления при конкретных психологических особенностях.

5. Решение типовых и нетиповых задач по теме.

#### **6. Оснащение.**

1. Демонстрационные материалы, включенные в обучающую программу (слайды, таблицы, видеофильмы).

2. Ситуационные задачи и эталоны ответов к ним.

3. Тесты первого уровня для определения исходного уровня знаний студентов, тесты второго уровня и ситуационные задачи для оценки конечного уровня знаний.

4. Методические разработки для преподавателей и студентов.
5. Бланки тестовых методик, интерпретация к тестам

### **7.Необходимые практические умения для усвоения.**

1. Опрос, клиническое интервью, осмотр пациентов личности.
2. Патопсихологическое исследование.
3. Беседа с родственниками пациента для получения объективной информации о состоянии пациента накануне госпитализации.
4. Интерпретация полученных данных.

## **12. Правила эффективного общения в конфликте**

### **1. Актуальность темы.**

Актуальность данной темы заключается в знании определенных правил общения в конфликтной ситуации и умело их применять на практике.

### **2. Цель занятия и его учебно-целевые задачи.**

**Цель:** формирование у студента конфликтологической компетентности, как важнейшей составляющей его профессиональной деятельности.

#### **Учебно-целевые задачи**

Студент должен:

- знать принципы организации процесса оказания медицинской помощи населению, основы конфликтологии и методы руководства работой младшего и среднего медицинского персонала (код компетенции – УК-3);
- уметь организовывать процесс оказания медицинской помощи, руководить, мотивировать, разрешать конфликты внутри команды и контролировать работу младшего и среднего медицинского персонала. (код компетенции – УК-3);
- владеть навыками социального взаимодействия и организации командной работы (код компетенции – УК-3).

### **3. Продолжительность занятий – 45 минут**

### **4. Этапы планирования занятий**

*1 этап.* Проверка исходного уровня знаний студентов проводится с помощью тестов первого уровня или в форме устного ответа на конкретные вопросы по теме.

*2 этап.* Разбор вопросов, касающихся теоретической и практической части данной тематики. Устный опрос, ответы на вопросы самоконтроля (домашняя работа).

*3 этап.* Умение правильно применять полученные знания, касающихся данной темы. Преподаватель проверяет умения правильно применять полученные знания.

*4 этап.* Студенты работают с учебно-методическим материалом. Преподаватель организует и контролирует работу студентов.

*5 этап.* Студенты работают в малых группах (по 2-3 чел.), отрабатывая умения применять теоретические знания на практике. Преподаватель поочередно в группах проверяет практические навыки, оценивает и корректирует полученные данные.

*6 этап.* Контроль конечного уровня знаний студентов осуществляется с помощью тестов второго уровня или устного опроса. В заключении занятия выставляется оценка, дается домашнее задание с установкой основной цели и указывается литература, необходимая для подготовки.

## **5. Учебные элементы.**

1. Научно-методическое обоснование темы. Актуальность темы – тактики и стратегии конфликтных ситуаций.
2. Методы исследования личности (психодиагностические процедуры).
3. Основная классификация тактик и стратегий.
4. Основные поведенческие проявления при конкретных психологических особенностях.
5. Решение типовых и нетиповых задач по теме.

## **6. Оснащение.**

1. Демонстрационные материалы, включенные в обучающую программу (слайды, таблицы, видеофильмы).
2. Ситуационные задачи и эталоны ответов к ним.
3. Тесты первого уровня для определения исходного уровня знаний студентов, тесты второго уровня и ситуационные задачи для оценки конечного уровня знаний.
4. Методические разработки для преподавателей и студентов.
5. Бланки тестовых методик, интерпретация к тестам

## **7. Необходимые практические умения для усвоения.**

1. Опрос, клиническое интервью, осмотр пациентов личности.
2. Патопсихологическое исследование.
3. Беседа с родственниками пациента для получения объективной информации о состоянии пациента накануне госпитализации.
4. Интерпретация полученных данных.

## **13. Трансактный анализ общения. Эго-состояния. Трансакции.**

### **1. Актуальность темы.**

Трансакционный анализ – оригинальное направление как в теоретической психологии, так и в психотерапевтической практике, разработанное американским психологом и психиатром Эриком Берном.

Развивая идеи психоанализа, Берн сосредоточил внимание на межличностных отношениях, лежащих в основе типов человеческих «транзакций».

## **2. Цель занятия и его учебно-целевые задачи.**

**Цель.** Познакомить студентов с транзактным анализом, выделить транзакции в общении. Выявление наиболее эффективных способов общения.

### **Учебно-целевые задачи**

Студент должен:

- знать принципы организации процесса оказания медицинской помощи населению, основы конфликтологии и методы руководства работой младшего и среднего медицинского персонала (код компетенции – УК-3);
- уметь организовывать процесс оказания медицинской помощи, руководить, мотивировать, разрешать конфликты внутри команды и контролировать работу младшего и среднего медицинского персонала. (код компетенции – УК-3);
- владеть навыками социального взаимодействия и организации командной работы (код компетенции – УК-3).

## **3. Продолжительность занятий – 45 минут**

## **4. Этапы планирования занятий**

*1 этап.* Проверка исходного уровня знаний студентов проводится с помощью тестов первого уровня или в форме устного ответа на конкретные вопросы по теме.

*2 этап.* Разбор вопросов, касающихся теоретической и практической части данной тематики. Устный опрос, ответы на вопросы самоконтроля (домашняя работа).

*3 этап.* Умение правильно применять полученные знания, касающихся данной темы. Преподаватель проверяет умения правильно применять полученные знания.

*4 этап.* Студенты работают с учебно-методическим материалом. Преподаватель организует и контролирует работу студентов.

*5 этап.* Студенты работают в малых группах (по 2-3 чел.), отрабатывая умения применять теоретические знания на практике. Преподаватель поочередно в группах проверяет практические навыки, оценивает и корректирует полученные данные.

*6 этап.* Контроль конечного уровня знаний студентов осуществляется с помощью тестов второго уровня или устного опроса. В заключении занятия выставляется оценка, дается домашнее задание с установкой основной цели и указывается литература, необходимая для подготовки.

## **5. Учебные элементы.**

1. Научно-методическое обоснование темы. Актуальность темы – транзактный анализ в современном обществе.



2. Основные понятия в транзактном анализе.
3. Основная структура эго-состояний и транзакций.
4. Основные поведенческие проявления при конкретных психологических особенностях.
5. Решение типовых и нетиповых задач по теме.

#### **6. Оснащение.**

1. Демонстрационные материалы, включенные в обучающую программу (слайды, таблицы, видеофильмы).
2. Ситуационные задачи и эталоны ответов к ним.
3. Тесты первого уровня для определения исходного уровня знаний студентов, тесты второго уровня и ситуационные задачи для оценки конечного уровня знаний.
4. Методические разработки для преподавателей и студентов.
5. Бланки тестовых методик, интерпретация к тестам

#### **7. Необходимые практические умения для усвоения.**

1. Анализ транзакций при общении.
2. Выявление скрытых транзакций.
3. Определение Эго-состояния собеседника.
4. Интерпретация полученных данных.

### **14. Понятие игры в транзакционном анализе Эрика Берна.**

#### **1. Актуальность темы.**

Транзакционный анализ - оригинальное направление как в теоретической психологии, так и в психотерапевтической практике, разработанное американским психологом и психиатром Эриком Берном. Определенное место Берн отводит понятию «игра», используемому для обозначения всех видов лицемерия, неискренности, других негативных приемов, имеющих место в отношениях между людьми.

#### **2. Цель занятия и его учебно-целевые задачи.**

**Цель:** формирование у студента умения выявлять «игры» в общении.

#### **Учебно-целевые задачи**

Студент должен:

- знать принципы организации процесса оказания медицинской помощи населению, основы конфликтологии и методы руководства работой младшего и среднего медицинского персонала (код компетенции – УК-3);
- уметь организовывать процесс оказания медицинской помощи, руководить, мотивировать, разрешать конфликты внутри команды и контролировать работу младшего и среднего медицинского персонала. (код компетенции – УК-3);

- владеть навыками социального взаимодействия и организации командной работы (код компетенции – УК-3).

### **3. Продолжительность занятий – 45 минут**

#### **4. Этапы планирования занятий**

*1 этап.* Проверка исходного уровня знаний студентов проводится с помощью тестов первого уровня или в форме устного ответа на конкретные вопросы по теме.

*2 этап.* Разбор вопросов, касающихся теоретической и практической части данной тематики. Устный опрос, ответы на вопросы самоконтроля (домашняя работа).

*3 этап.* Умение правильно применять полученные знания, касающихся данной темы. Преподаватель проверяет умения правильно применять полученные знания.

*4 этап.* Студенты работают с учебно-методическим материалом. Преподаватель организует и контролирует работу студентов.

*5 этап.* Студенты работают в малых группах (по 2-3 чел.), отрабатывая умения применять теоретические знания на практике. Преподаватель поочередно в группах проверяет практические навыки, оценивает и корректирует полученные данные.

*6 этап.* Контроль конечного уровня знаний студентов осуществляется с помощью тестов второго уровня или устного опроса. В заключении занятия выставляется оценка, дается домашнее задание с установкой основной цели и указывается литература, необходимая для подготовки.

#### **5. Учебные элементы.**

1. Научно-методическое обоснование темы. Актуальность темы – трансактный анализ в современном обществе.

2. Основные понятия в трансактном анализе.

3. Основная структура эго-состояний и трансакций.

4. Основные поведенческие проявления при конкретных психологических особенностях.

5. Решение типовых и нетиповых задач по теме.

#### **6. Оснащение.**

1. Демонстрационные материалы, включенные в обучающую программу (слайды, таблицы, видеофильмы).

2. Ситуационные задачи и эталоны ответов к ним.

3. Тесты первого уровня для определения исходного уровня знаний студентов, тесты второго уровня и ситуационные задачи для оценки конечного уровня знаний.

4. Методические разработки для преподавателей и студентов.

5. Бланки тестовых методик, интерпретация к тестам

## **7. Необходимые практические умения для усвоения.**

1. Анализ игр в общении.
2. Интерпретация полученных данных.

## **15. Самоорганизация и саморазвитие в течение жизни**

### **1. Актуальность темы.**

Самоорганизация — интегральная совокупность природных и социально приобретенных свойств, воплощенная в осознаваемых особенностях воли и интеллекта, мотивах поведения и реализуемая в упорядоченности деятельности и поведения. Это показатель личностной зрелости. Самоорганизация может быть выражена в разной степени, она не свойственна инфантильным субъектам, т. е. тем людям, которые в процессе индивидуального развития не имели условий для полноценного становления механизмов саморегуляции. Самоорганизация у них не приобрела четкую нацеленность, осознанность, контролируемость. Первым признаком высокой самоорганизации следует считать активное самосознание себя как личности. И если процесс самовоспитания преимущественно направлен в будущее, то самоорганизация предполагает, что этот процесс происходит в настоящее время. Одним из показателей развития самоорганизации является соответствие жизненных выборов (профессии, друзей и т. д.) индивидуальным особенностям личности, ее интересам и устремлениям.

### **2. Цель занятия и его учебно-целевые задачи.**

**Цель:** на основании знаний о собственной психической деятельности студент эффективно использовать принципы самоорганизации и саморазвития.

#### **Учебно-целевые задачи**

Студент должен:

- знать основные характеристики, методы и способы собственного профессионального и личностного развития, включая задачи изменения карьерной траектории коммуникации (код компетенции – УК-5);
- уметь намечать ближайшие и стратегические цели собственного профессионального и личностного развития (код компетенции – УК-5);
- владеть приемами самореализации в профессиональной и других сферах деятельности (коды компетенций – УК-5).

### **3. Продолжительность занятия – 45 минут.**

### **4. Этапы планирования занятия.**

*1 этап.* Проверка исходного уровня знаний студентов проводится с помощью тестов первого уровня или в форме устного ответа на конкретные вопросы по теме.

*2 этап.* Разбор вопросов по теме занятия. Устный опрос, ответы на вопросы самоконтроля (домашняя работа): Факторы, способствующие саморегуляции и саморазвитию. Диагностика собственных способностей. Стадии саморазвития. Социальная адаптация первокурсника в ВУЗе.

*3 этап.* Преподаватель организует и контролирует работу студентов с ситуационными задачами.

*4 этап.* Студент выступает с определенным вопросом, остальные студенты при необходимости дополняют его, задают интересующие вопросы по теме.

*5 этап.* Обсуждение возникших вопросов.

*6 этап.* Контроль конечного уровня знаний студентов осуществляется с помощью тестов второго уровня или устного опроса. В заключении занятия выставляется оценка, дается домашнее задание с установкой основной цели и указывается литература, необходимая для подготовки.

## **5. Учебные элементы.**

1. Научно-методическое обоснование темы. Актуальность вопроса – необходимость саморегуляции и саморазвития в течение жизни.
2. Современные методы саморазвития.
3. Современная классификация стадий развития личности.

## **6. Оснащение.**

1. Демонстрационные материалы, включенные в обучающую программу (слайды, таблицы, видеофильмы).
2. Задания по теме (выступить перед публикой, изобразить возможную схему для подготовки к публичному выступлению).
3. Тесты первого уровня для определения исходного уровня знаний студентов, тесты второго уровня и ситуационные задания (вопросы) для оценки конечного уровня знаний.
4. Методические разработки для преподавателей и студентов.

## **7. Необходимые практические умения для усвоения.**

1. Диагностика способностей.
2. Техники развития способностей

## **16. Синдром эмоционального выгорания.**

### **1. Актуальность темы.**

Актуальность изучения данной темы заключается в необходимости профилактики синдрома эмоционального выгорания для эффективного обучения в вузе.

Синдром эмоционального выгорания («эмоциональное сгорание») — специфический вид Профессиональной деформации лиц, вынужденных во время выполнения своих обязанностей тесно общаться с людьми.

Термин «burnout» («эмоциональное выгорание») был предложен американским психиатром Фрейденбергом в 1974 г. Иногда его переводят на

русский язык как: «эмоциональное сгорание» или «профессиональное выгорание».

## **2. Цель занятия и его учебно-целевые задачи.**

Цель: на основании знаний стадий и фаз синдрома эмоционального выгорания (СЭВ) студент должен научиться справляться со своим эмоциональным состоянием с помощью различных техник саморегуляции.

### **Учебно-целевые задачи**

Студент должен:

- знать основные характеристики, методы и способы собственного профессионального и личностного развития, включая задачи изменения карьерной траектории коммуникации (код компетенции – УК-5);
- уметь намечать ближайшие и стратегические цели собственного профессионального и личностного развития (код компетенции – УК-5);
- владеть приемами самореализации в профессиональной и других сферах деятельности (коды компетенций – УК-5).

## **3. Продолжительность занятий – 45 минут**

### **4. Этапы планирования занятия.**

*1 этап.* Проверка исходного уровня знаний студентов проводится с помощью тестов первого уровня или в форме устного ответа на конкретные вопросы по теме.

*2 этап.* Разбор вопросов по теме занятия. Устный опрос, ответы на вопросы самоконтроля (домашняя работа): Факторы, способствующие развитию СЭВ. Признаки СЭВ и их диагностика. Стадии развития, профилактика и лечение синдрома выгорания. Социальная адаптация первокурсника в ВУЗе.

*3 этап.* Преподаватель организует и контролирует работу студентов с ситуационными задачами.

*4 этап.* Студент выступает с определенным вопросом, остальные студенты при необходимости дополняют его, задают интересующие вопросы по теме.

*5 этап.* Обсуждение возникших вопросов.

*6 этап.* Контроль конечного уровня знаний студентов осуществляется с помощью тестов второго уровня или устного опроса. В заключении занятия выставляется оценка, дается домашнее задание с установкой основной цели и указывается литература, необходимая для подготовки.

## **5. Учебные элементы.**

1. Научно-методическое обоснование темы. Актуальность вопроса – необходимость профилактики синдрома эмоционального выгорания для эффективного обучения в вузе.

2. Современная классификация признаков СЭВ.

### 3. Современная классификация стадий развития СЭВ.

#### **6. Оснащение.**

1. Демонстрационные материалы, включенные в обучающую программу (слайды, таблицы, видеофильмы).

2. Задания по теме (выступить перед публикой, изобразить возможную схему для подготовки к публичному выступлению).

3. Тесты первого уровня для определения исходного уровня знаний студентов, тесты второго уровня и ситуационные задания (вопросы) для оценки конечного уровня знаний.

4. Методические разработки для преподавателей и студентов.

#### **7. Необходимые практические умения для усвоения.**

1. Диагностика СЭВ.

2. Профилактика СЭВ