

Министерство здравоохранения Удмуртской Республики  
автономное профессиональное образовательное учреждение Удмуртской Республики  
«Республиканский медицинский колледж имени героя Советского Союза Ф.А. Пушиной  
Министерства здравоохранения Удмуртской Республики»  
(АПОУ УР «РМК МЗ УР»)

## **МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ**

**по выполнению самостоятельной работы студентами  
по адаптационной дисциплине**

### **ОП.09 ПСИХОЛОГИЯ ЛИЧНОСТИ И ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ САМООПРЕДЕЛЕНИЕ**

программы подготовки специалистов среднего звена  
по специальности 31.02.03 Лабораторная диагностика  
форма обучения: очная

**Утверждено**

на заседании МС

Протокол № 7от « 14 » 02 20 23 г.

Зам. директора по учебной работе

 Мясникова С.Л.**Рассмотрено**

на заседании ЦМК преподавателей

общеобразовательных дисциплин

Протокол № 5 от 06.02 20 23 г.

Председатель

 Никитина О.В.

Методические рекомендации по выполнению самостоятельной работы студентами по адаптационной дисциплине ОП.09 «Психология личности и профессиональное самоопределение» составлены на основе требований федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования (далее – ФГОС СПО) по специальности 31.02.03 Лабораторная диагностика с учетом рабочей программы адаптационной дисциплины ОП.09 «Психология личности и профессиональное самоопределение».

Методические рекомендации подготовлены с целью повышения эффективности профессионального самообразования в ходе самостоятельной работы студентов.

Методические рекомендации предназначены для студентов.

Организация-разработчик: АПОУ УР «РМК МЗ УР»

Разработчик: Паздерина Наталия Ивановна, преподаватель ВФ АПОУ УР «РМК МЗ УР»

## СОДЕРЖАНИЕ

№	Наименование	Стр.
	Пояснительная записка	4
	Перечень самостоятельных работ	6
1	Самостоятельная работа № 1	7
2	Самостоятельная работа № 2	8
3	Самостоятельная работа № 3	9
4	Самостоятельная работа № 4	10
	Библиографический список	11
	Лист контроля качества выполнения самостоятельной работы	12
	Приложения	13



## Пояснительная записка

Методические рекомендации по выполнению самостоятельной работы призваны помочь студентам организовать самостоятельную работу при изучении адаптационной дисциплины ОП.09 «Психология личности и профессиональное самоопределение».

Структура методических рекомендаций содержит подробное описание рациональных приёмов выполнения видов деятельности, критериев оценки выполненных работ, приёмов самоконтроля.

Самостоятельная работа студентов - это планируемая учебная, учебно-исследовательская работа, выполняемая во внеаудиторное время по заданию и при методическом руководстве преподавателя, при этом носящая сугубо индивидуальный характер.

Количество часов на самостоятельную работу по рабочему учебному плану – 8 часов.

Целью самостоятельной работы является овладение знаниями, профессиональными умениями и навыками практической деятельности по специальности, опытом творческой, исследовательской деятельности. Самостоятельная работа студентов способствует развитию самостоятельности, ответственности и организованности, творческого подхода к решению профессиональных задач.

Самостоятельная работа студентов по освоению адаптационной дисциплины ОП.09 «Психология личности и профессиональное самоопределение» проводится с целью:

### **формирования умений:**

- У1. использовать средства общения в психотерапевтических целях;
- У2. давать психологическую оценку личности;
- У3. Применять приемы психологической саморегуляции.

### **формирования знаний:**

- 31. Основные задачи и методы психологии;
- 32. Психические процессы и состояния;
- 33. Структуру личности;
- 34. Основы психосоматики (соматический больной, внутренняя картина болезни, пограничные расстройства);
- 35. Психологию медицинского работника;
- 36. Этапы профессиональной адаптации;
- 37. Принципы профилактики эмоционального "выгорания" специалиста;
- 38. Аспекты семейной психологии;
- 39. Психологические основы ухода за умирающим;
- 310. Определение понятий "психогигиена", "психопрофилактика" и "психотерапия";
- 311. Особенности психических процессов у здорового и больного человека;
- 312. Функции и средства общения;
- 313. Закономерности общения;
- 314. Основы делового общения;
- 315. Пути социальной адаптации и мотивации личности.

Умения и знания адаптационной дисциплины ОП.09 «Психология личности и профессиональное самоопределение» формируются в контексте освоения общих (ОК) и профессиональных (ПК) компетенций:

ОК 01. Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности, применительно к различным контекстам;

ОК 02. Использовать современные средства поиска, анализа и интерпретации информации, и информационные технологии для выполнения задач профессиональной деятельности;

ОК 03. Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие, предпринимательскую деятельность в профессиональной сфере, использовать



знания по финансовой грамотности в различных жизненных ситуациях;

ОК 04. Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде.

ПК 1.4. Вести медицинскую документацию при выполнении лабораторных исследований с учетом профиля лаборатории.

Формы самостоятельной работы студентов определяются содержанием адаптационной дисциплины, степенью подготовленности студентов.

Эта работа включает в себя:

1. Подготовку презентации;
2. Подготовку сообщения.

Обязательным условием организации самостоятельной работы является отчетность студентов перед преподавателем о ее результатах.

Контроль результата самостоятельной работы студентов осуществляется преподавателем адаптационной дисциплины систематически, в том числе в процессе проведения аудиторных занятий (лекционных, практических). Результаты самостоятельной работы студентов оцениваются в ходе текущего контроля и учитываются в ходе промежуточной аттестации студентов по изучаемой адаптационной дисциплине.

К видам контроля самостоятельной работы студентов относятся: устный опрос, письменный опрос, тестирование, защита презентаций.

Критериями оценки результатов самостоятельной работы являются:

- объем проработанного материала в соответствии с заданным объемом;
- уровень освоения студентом учебного материала;
- умения студента использовать теоретические знания при выполнении практических задач;
- умения студента активно использовать электронные образовательные ресурсы, находить требующуюся информацию, изучать ее и применять на практике;
- обоснованность и четкость изложения ответа;
- оформление материала в соответствии с требованиями, нормативами;
- умение ориентироваться в потоке информации, выделять главное;
- умение четко сформулировать проблему, предложив ее решение, критически оценить решение и его последствия;
- умение сформировать свою позицию, оценку и аргументировать ее;
- степень исполнительности (проработанность всех аспектов задания, оформление материала в соответствии с требованиями, соблюдение установленных сроков представления работы на проверку и т.п.);
- степень самостоятельности, творческой активности, инициативности студентов, наличие элементов новизны в процессе выполнения заданий;
- качество освоения учебного материала (умение студента использовать теоретические знания при выполнении практических задач, обоснованность и четкость изложения изученного материала и т.д.).

### ПЕРЕЧЕНЬ САМОСТОЯТЕЛЬНЫХ РАБОТ

Кол-во часов по теме теория/практика	Тема занятия	Содержание самостоятельной работы	Кол-во часов СР	Формы контроля самостоятельной работы
2/0	Тема 1.5 Эмоционально-волевые процессы психики. Психические состояния	Подготовить сообщение на тему. «Эмоциональные состояния»	2	Представление на ближайшем уроке
2/4	Тема 1.8 Профессиональное становления медицинского работника	Подготовить презентацию на тему «Профессиональное становление»	2	Демонстрация и защита на практическом занятии № 3
2/4	Тема 1.12 Внутренняя картина болезни.	Подготовить презентацию на тему. «Отношение пациента к болезни»	2	Демонстрация и защита на практическом занятии № 7
2/2	Тема 1.13 Основы психогигиены, психопрофилактики, психотерапии.	Подготовить сообщение на тему. «Особенности психотерапевтического контакта»	2	Заслушивание сообщения на практическом занятии № 9
<b>Итого:</b>			<b>8</b>	



**САМОСТОЯТЕЛЬНАЯ РАБОТА № 1 к теме 1.5.**  
**Эмоционально-волевые процессы психики. Психические состояния**

**Цель работы:** Развитие у студентов способностей выделять главные понятия темы и формулировать их;

**развитие ПК:** ПК 1.4

**развитие ОК:** 01, 02, 03

**закрепление знаний:** 31, 32, 33

**Количество часов на выполнение самостоятельной работы:** 2 часа.

**Содержание работы:**

Подготовить сообщение на тему «Эмоциональные состояния».

**Методические советы и рекомендации по выполнению:**

**План выполнения работы:**

1. Изучить учебную литературу по теме.
2. Выделить основные теоретические аспекты, касающиеся содержания самостоятельной работы.
3. Определить главную мысль каждой части.
4. Составить сообщение согласно методическим рекомендациям и проверить правильность выполненной работы (Приложение 1).
5. Оформить работу и представить в установленный срок.

**Результат деятельности (продукт деятельности):** сообщение.

**Сроки и форма отчетности:** сообщение заслушивается на ближайшем уроке.

**Источники информации:** основная литература, конспект, Интернет.

**Критерии оценки качества выполнения данной самостоятельной работы**

«5» - студент изложил всю информацию, понял суть проблемы или темы, и соблюдал все правила оформления.

«4» - студент изложил всю информацию, понял суть проблемы, но есть недочеты в оформлении.

«3» - студент изложил не всю информацию, недочеты в оформлении.

«2» - студент изложил не всю информацию, не понял суть проблемы и не соблюдал правила оформления.

**САМОСТОЯТЕЛЬНАЯ РАБОТА № 2 к теме 1.8.**  
**Профессиональное становление медицинского работника**

Цель работы: умение самостоятельно осуществлять поиск информации и применять ИКТ в учебной деятельности.

**развитие ПК:** ПК 1.4  
**развитие ОК:** 01, 02, 03

**формирование умений:** У1, У3  
**закрепление знаний:** З3, З5, З6, З7

**Количество часов на выполнение самостоятельной работы:** 2 часа.

**Содержание работы:**

Подготовить презентацию на тему «Профессиональное становление».

**Методические советы и рекомендации по выполнению:**

**План выполнения работы:**

1. Определите основную идею, содержание презентации.
2. Определите целевую аудиторию - для кого создается презентация.
3. Подберите информационный и иллюстрационный материал для содержательной части презентации.
4. Продумайте оформление презентации.
5. Разместите информационный и иллюстративный материал (текстовые блоки, иллюстрации).
6. Выполните редактирование презентации, скорректируйте информационный материал (Приложение 1).
7. Оформите работу и представьте преподавателю в установленный срок.

**Результат деятельности (продукт деятельности):** презентация.

**Сроки и форма отчетности:** защита работ на практическом занятии № 3.

**Источники информации:** основная литература, конспект, Интернет.

**Критерии оценки качества выполнения данной самостоятельной работы**

**Оценка «5» (отлично)** выставляется, если составленная презентация соответствует изучаемому материалу, соблюдены требования к составлению;

**Оценка «4» (хорошо)** выставляется, если основные требования к оформлению презентации соблюдены, но при этом допущены недочеты, например: имеются неточности в формулировке тезисов, пропущены некоторые действия, имеются незначительные упущения в оформлении;

**Оценка «3» (удовлетворительно)** выставляется, если содержание презентации не соответствует изучаемой теме, обнаруживается непонимание проблемы и упущения в оформлении;

**Оценка «2» (неудовлетворительно)** выставляется, если презентация обучающимся не представлена.



## САМОСТОЯТЕЛЬНАЯ РАБОТА № 3 к теме 1.12. Внутренняя картина болезни

**Цель работы:** Развитие у студентов способностей выделять главные понятия темы и формулировать их; развитие критического мышления.

**развитие ПК:** ПК 1.4  
**развитие ОК:** 01, 02, 03

**формирование умений:** У1, У3  
**закрепление знаний:** 32, 34, 38, 39, 311

**Количество часов на выполнение самостоятельной работы:** 2 часа.

**Содержание работы:**

Подготовить презентацию на тему «Отношение пациента к болезни».

**Методические советы и рекомендации по выполнению:**

**План выполнения работы:**

1. Определите основную идею, содержание презентации.
2. Определите целевую аудиторию - для кого создается презентация.
3. Подберите информационный и иллюстрационный материал для содержательной части презентации.
4. Продумайте оформление презентации.
5. Разместите информационный и иллюстративный материал (текстовые блоки, иллюстрации).
6. Выполните редактирование презентации, скорректируйте информационный материал (Приложение 1).
7. Оформите работу и представьте преподавателю в установленный срок.

**Результат деятельности (продукт деятельности):** презентация.

**Сроки и форма отчетности:** защита работ на практическом занятии № 7.

**Источники информации:** основная литература, конспект, Интернет.

**Критерии оценки качества выполнения данной самостоятельной работы**

**Оценка «5» (отлично)** выставляется, если составленная презентация соответствует изучаемому материалу, соблюдены требования к составлению;

**Оценка «4» (хорошо)** выставляется, если основные требования к оформлению презентации соблюдены, но при этом допущены недочеты, например: имеются неточности в формулировке тезисов, пропущены некоторые действия, имеются незначительные упущения в оформлении;

**Оценка «3» (удовлетворительно)** выставляется, если содержание презентации не соответствует изучаемой теме, обнаруживается непонимание проблемы и упущения в оформлении;

**Оценка «2» (неудовлетворительно)** выставляется, если презентация обучающимся не представлена.

**САМОСТОЯТЕЛЬНАЯ РАБОТА № 4 к теме 1.13.**  
**Основы психогигиены, психопрофилактики, психотерапии**

**Цель работы:** Развитие у студентов способностей выделять главные понятия темы и формулировать их.

**Развитие ПК:** ПК 1.4  
**развитие ОК:** 01, 02, 03

**формирование умений:** У1, У2  
**закрепление знаний:** З2, З4, З10

**Количество часов на выполнение самостоятельной работы:** 2 часа.

**Содержание работы:**

Подготовить сообщение на тему «Особенности психотерапевтического контакта».

**Методические советы и рекомендации по выполнению:**

**План выполнения работы:**

1. Изучить учебную литературу по теме.
2. Выделить основные теоретические аспекты, касающиеся содержания самостоятельной работы.
3. Определить главную мысль каждой части.
4. Составить сообщение согласно методическим рекомендациям и проверить правильность выполненной работы (Приложение 1).
5. Оформить работу и представить в установленный срок.

**Результат деятельности (продукт деятельности):** сообщение.

**Сроки и форма отчетности:** защита работ на практическом занятии № 9.

**Источники информации:** основная литература, конспект, Интернет.

**Критерии оценки качества выполнения данной самостоятельной работы**

«5» - студент изложил всю информацию, понял суть проблемы или темы, и соблюдал все правила оформления.

«4» - студент изложил всю информацию, понял суть проблемы, но есть недочеты в оформлении.

«3» - студент изложил не всю информацию, недочеты в оформлении.

«2» - студент изложил не всю информацию, не понял суть проблемы и не соблюдал правила оформления.



## БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК

### Основная литература

1. Островская, И.В. Психология / Островская И. В. 2-е изд., испр. - Москва: ГЭОТАР-Медиа, 2021. - 480 с. - ISBN 978-5-9704-6331-4. - Текст: электронный // ЭБС "Консультант студента": [сайт]. - URL: <https://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785970463314.html>
2. Якуничева, О.Н. Медицинская психология. Курс лекций: учебное пособие для СПО / О.Н. Якуничева. — 3-е изд., испр. — Санкт-Петербург: Лань, 2021. — 176 с. — ISBN 978-5-8114-8427-0. — Текст: электронный // Лань: электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/176685>

### Дополнительные источники

1. Жарова, М.Н. Психология: учебник / М. Н. Жарова. - Москва: ГЭОТАР-Медиа, 2020. - 368 с.: ил. - ISBN 978-5-9704-5746-7. - Текст: электронный // ЭБС "Консультант студента": [сайт]. - URL: <https://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785970457467.html>

### Интернет – ресурсы

1. <http://rudocs.exdat.com/docs/index-65009.html?page=2#2944503> Курс лекций. Клиническая психология.
2. [http://www.koob.ru/medical\\_psychology/](http://www.koob.ru/medical_psychology/) Книги по медицинской психологии.
3. [http://www.persev.ru/psychological\\_dictionary](http://www.persev.ru/psychological_dictionary) Психологический словарь.
4. [http://bookap.info/sociopsy/melnikova\\_sotsialnaya\\_psihologiya\\_konspekt\\_lectsiy/gl23.shtm](http://bookap.info/sociopsy/melnikova_sotsialnaya_psihologiya_konspekt_lectsiy/gl23.shtm) Социальная психология личности и профессиональное самоопределение. Конспект лекций.



### ЛИСТ КОНТРОЛЯ КАЧЕСТВА ВЫПОЛНЕНИЯ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ

Кол-во часов СР по теме	Тема занятия	Продукт самостоятельной работы	Дата выполнения	Результат выполнения работы	Подпись преподавателя	Примечание
1	2	3	4	5	6	7
2	Тема 1.5. Эмоционально-волевые процессы психики. Психические процессы.	Сообщение				
2	Тема 1.8. Профессиональное становление медицинского работника.	Презентация				
2	Тема 1.12. Внутренняя картина болезни.	Презентация				
2	Тема 1.13. Основы психогигиены, психопрофилактики, психотерапии.	Сообщение				
Итого по выполнению самостоятельной работы по Д — 8 часов						

## Методические рекомендации по самостоятельной работе студентов

### 1. МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ПОДГОТОВКЕ СООБЩЕНИЯ

#### Общие сведения

Сообщение – это краткое изложение в письменной или устной форме содержания книги, статьи, научной работы.

Сообщение – это краткое изложение информации, взятой из одного или нескольких источников, в письменном виде или в форме публичного доклада. Как правило, сообщение основан на нескольких текстах, таких как научная работа, книга, диссертация, подшивка статей, периодики и др.

Цель создания сообщения – углубить, систематизировать и закрепить теоретические знания, получить навыки самостоятельной обработки, обобщения и краткого, систематизированного изложения материала, развить исследовательские умения. В дальнейшем эти умения и навыки помогают приступить к написанию более сложных текстов, например, курсовых работ или дипломной работы.

При написании сообщения по заданной теме студент составляет план, подбирает основные источники.

В процессе работы с источниками систематизирует полученные сведения, делает выводы и обобщения.

К сообщению по крупной теме могут привлекать несколько студентов, между которыми распределяются вопросы выступления.

#### Структура сообщения:

- титульный лист
- оглавление (в нем последовательно излагаются названия пунктов сообщения, указываются страницы, с которых начинается каждый пункт);
- введение (формулирует суть исследуемой проблемы);
- основная часть (раскрывается суть сообщения);
- заключение (подводятся итоги или дается обобщенный вывод по теме сообщения, предлагаются рекомендации);
- список использованных источников.

#### Требования к оформлению сообщения

- ✓ Объем сообщения может колебаться в пределах 3-8 печатных страниц; все приложения к работе не входят в ее объем.
- ✓ Сообщение должен быть выполнен грамотно, с соблюдением культуры изложения.
- ✓ Обязательно должны иметься ссылки на использованные источники.
- ✓ Шрифт: размер 14, вид Times New Roman
- ✓ Выравнивание текста по ширине
- ✓ Заголовки в тексте центрировать, использовать 14 шрифт, TimesNewRoman, шрифт жирный.

Рекомендации выступающему:

- начните свое выступление с приветствия аудитории;
- огласите название вашего реферата, сформулируйте его основную идею и причину выбора темы;
- не забывайте об уважении к слушателям в течение всего выступления (не поворачивайтесь к аудитории спиной, говорите внятно);
- поблагодарите слушателей за внимание,
- старайтесь ответить на все вопросы аудитории.

#### Критерии оценивания информационного сообщения



При оценивании информационного сообщения учитывается:

- соответствие содержания теме сообщения;
- глубина проработки материала;
- грамотность и полнота изложения;
- культура выступления;
- соблюдение временного регламента;
- ответы на дополнительные вопросы.

Оценка «отлично» ставится, если содержание сообщения соответствует теме; сообщение последовательное, логичное, структурированное; выступающий излагает тему без обращения к тексту; соблюден временной регламент (не более 5 минут); даны правильные ответы на дополнительные вопросы.

Оценка «хорошо» ставится, если содержание сообщения соответствует теме, но при этом выступлении допущены недочёты. В частности, имеются неточности в изложении материала; на дополнительные вопросы при защите даны неполные ответы. Выступающий излагает тему обращаясь к тексту и соблюден временной регламент.

Оценка «удовлетворительно» ставится, если содержание сообщения соответствует теме, но допущены фактические ошибки в содержании реферата или при ответе на дополнительные вопросы; во время защиты отсутствует вывод. Выступающий читает текст с листа или не соблюден временной регламент.

Оценка «неудовлетворительно» ставится, если тема сообщения не раскрыта, обнаруживается существенное непонимание изучаемой темы.

## 2. МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО СОСТАВЛЕНИЮ ПРЕЗЕНТАЦИИ

В качестве **рекомендаций по применению мультимедийных презентаций** можно использовать методические рекомендации Д.В. Гудова, включающие следующие положения:

1. Слайды презентации должны содержать только основные моменты лекции (основные определения, схемы, анимационные и видеофрагменты, отражающие сущность изучаемых явлений),
2. Общее количество слайдов не должно превышать 20 – 25,
3. Не стоит перегружать слайды различными спецэффектами, иначе внимание обучаемых будет сосредоточено именно на них, а не на информационном наполнении слайда,
4. На уровень восприятия материала большое влияние оказывает цветовая гамма слайда, поэтому необходимо позаботиться о правильной расцветке презентации, чтобы слайд хорошо «читался», нужно чётко рассчитать время на показ того или иного слайда, чтобы презентация была дополнением к уроку, а не наоборот. Это гарантирует должное восприятие информации слушателями.

### **Основные правила подготовки учебной презентации:**

При создании мультимедийного пособия **не следует увлекаться и злоупотреблять внешней стороной презентации**, так как это может снизить эффективность презентации в целом. Необходимо было найти правильный баланс между подаваемым материалом и сопровождающими его мультимедийными элементами, чтобы не снизить результативность преподаваемого материала. Также было решено, что при создании мультимедийных презентаций необходимо будет учитывать особенности восприятия учебной информации с экрана. Одним из важных моментов является сохранение **единого стиля**, унифицированной структуры и формы представления учебного материала на всем уроке. Для правильного выбора стиля потребуется знать принципы эргономики, заключающие в себя наилучшие, проверенные на практике учителями методы использования тех или иных компонентов мультимедийной презентации. При создании мультимедийного пособия предполагается ограничиться использованием *двух или трех*



*шрифтов*. Вся презентация должна выполняться в одной цветовой палитре, например, на базе одного шаблона, также важно проверить презентацию на удобство её чтения с экрана.

**Тексты презентации не должны быть большими.** Выгоднее использовать сжатый, информационный стиль изложения материала. Нужно будет суметь вместить максимум информации в минимум слов, привлечь и удержать внимание обучаемых. Просто скопировать информацию с других носителей и разместить её в презентации уже недостаточно. После того как будет найдена «изюминка», можно приступать к разработке структуры презентации, строить навигационную схему, подбирать инструменты, которые в большей степени соответствуют замыслам и уровню урока.

При подготовке мультимедийных презентации возможно использование ресурсов сети Интернет, современных мультимедийных энциклопедий и электронных учебников. Удобным является тот факт, что мультимедийную презентацию можно будет дополнять новыми материалами, для её совершенствования, тем более что современные программные и технические средства позволяют легко изменять содержание презентации и хранить большие объемы информации.

#### **Критерии оценки качества выполнения данной самостоятельной работы**

**Оценка «5» (отлично)** выставляется, если составленная презентация соответствует изучаемому материалу, соблюдены требования к составлению;

**Оценка «4» (хорошо)** выставляется, если основные требования к оформлению презентации соблюдены, но при этом допущены недочеты, например: имеются неточности в формулировке тезисов, пропущены некоторые действия, имеются незначительные упущения в оформлении;

**Оценка «3» (удовлетворительно)** выставляется, если содержание презентации не соответствует изучаемой теме, обнаруживается непонимание проблемы и упущения в оформлении;

**Оценка «2» (неудовлетворительно)** выставляется, если презентация обучающимся не представлена.