

Кабинет психологической помощи в ПСПбГМУ им. академика И.П. Павлова

Работа психологической службы

В 2006 году была создана **Психологическая служба** Первого Санкт-Петербургского государственного медицинского университета им. академика И.П.Павлова. **Главная цель** деятельности Службы - оказание всесторонней квалифицированной психологической помощи студентам ПСПбГМУ им. академика И.П.Павлова, а также молодым специалистам и преподавателям на разных этапах обучения и профессионального становления. Формирование и практическое **применение психологических знаний** в учебной, внеучебной, семейной, досуговой, трудовой и других жизненных сферах. Направления деятельности Службы дифференцируются **на различных этапах учебно-воспитательного процесса:**

- 1) поступление в вуз и первый год (адаптационный период);
- 2) период обучения в вузе;
- 3) постдипломное образование;
- 4) адаптация к трудовой и преподавательской деятельности (адаптационный период на рабочем месте).

План работы Службы утверждается на каждый учебный год.

В настоящее время основными направлениями деятельности Психологической службы являются:

- ежегодный мониторинг эмоционального состояния студентов,
- психологическая диагностика,
- психологическое консультирование и тренинги, В рамках этого направления можно выделить консультирование «проблемных» студентов по различным вопросам межличностного и группового взаимодействия, трудностей обучения в вузе и семейным вопросам. и консультирование преподавателей с целью предупреждения синдрома профессионального выгорания, разрешения конфликтов и повышения эффективности общения со студентами.
- просветительская и методическая работа.

Было разработано **Положение** о Службе психологической поддержки студентов и сотрудников в ПСПбГМУ им. академика И.П. Павлова и были утверждены основные направления ее деятельности, перечисленные выше.

Основными нормативно-правовыми документами, регламентирующими психологическую помощь, являются:

- Закон РФ «Об образовании»;
- Положение о службе практической психологии в системе образования РФ (пр. № 636 от 22.10.99);

Нормативные документы ПСПбГМУ им. академика И.П. Павлова:

- Решение Ученого Совета (протокол №2 от 29.09.08г.) о создании Службы психологической поддержки для студентов Университета;
- Положение о службе психологической поддержки студентов и сотрудников ПСПбГМУ им. акад. И.П. Павлова;
- Концепция воспитательной работы ПСПбГМУ;
- План воспитательной работы ПСПбГМУ на текущий учебный год.

На сегодняшний день в условиях глобальных реформ российского высшего образования деятельность **общеуниверситетской Службы психологической поддержки** ПСПбГМУ им. академика И.П. Павлова как никогда актуальна, а разработка современных прикладных и научно-обоснованных программ психологического сопровождения студентов, способствующих повышению учебной мотивации, эффективности и гармонизации обучения, стало **требованием времени**.

Данные исследований психологических особенностей студентов позволили скорректировать работу Психологической службы и выявить ряд проблем, с которыми сталкиваются студенты в начале своего обучения в медицинском вузе. Психологи и психотерапевты ведут индивидуальную консультационную, психокоррекционную работу со студентами. Сотрудники психологической службы также проводят интернет-консультации студентов, целью которых является быстрая ориентация в проблеме и мониторинг состояния обратившегося за помощью.

Психологическое консультирование и психопрофилактика

Психологическая служба в Университете существует с сентября 2006 года. В 2007/2008 учебном году к психологам Службы обратилось 14% от всех студентов младших курсов. В 2009/2010 учебном году через тренинги и психологические консультации психологов Службы психологической поддержки прошло 25% студентов младших курсов, а в 2014-2015 учебном году только в осеннем семестре за индивидуальными консультациями обратилось 15% студентов младших курсов.

Совместно с отделением психотерапии, клиник ПСПбГМУ им. академика И.П. Павлова со студентами проводились групповые занятия по саморегуляции и повышению стрессоустойчивости, оказывалась психотерапевтическая помощь.

Совместно с кафедрой физвоспитания и факультетом спортивной медицины проводились семинары-тренинги «Я выбираю здоровье», направленные на формирование здорового образа жизни и профилактику вредных привычек в студенческой среде.

Просветительская работа

Для повышения эффективности обучения и обеспечения быстрой адаптации к формату обучения в Университете специально для первокурсников организован курс «**Введение в специальность**» (16 аудиторных часов), целью которого является знакомство с традициями, учебными требованиями и правилами в ПСПбГМУ им. академика И.П. Павлова. Психологи Университета на лекциях и семинарах рассматривают следующие важные и волнующие студентов темы: выбор профессии и карьера врача; личность и нравственный облик врача, основные трудности обучения в медицинском вузе и методы, способствующие эффективности усвоения получаемых знаний (приемы концентрации внимания, мнемотехники, ускоренного конспектирования, методы саморегуляции). Огромное значение уделяется обучению студентов методам организации и планирования времени, распределения нагрузок, саморегуляции и поддержанию психосоматического здоровья.

Была разработана программа курса «Введение в специальность», издано учебное пособие для студентов (см. приложение 5). На первой лекции

демонстрируется фильм, посвященный Университету, который ежегодно вызывает горячий интерес и положительные эмоции у первокурсников. На занятия приглашаются старшекурсники, активисты студенческого самоуправления и «капустного» движения, которые в непринужденной беседе знакомят первокурсников с различными сферами студенческой жизни и трудностями учебы в Университете.

В рамках элективного курса по психологии (электив «Психология личности», 48 час.) проводятся семинары по психогигиене личности, проблемам личностного самоопределения, выбора жизненного пути и карьеры, построению отношений с родителями, ровесниками и лицами противоположного пола (25 человек).

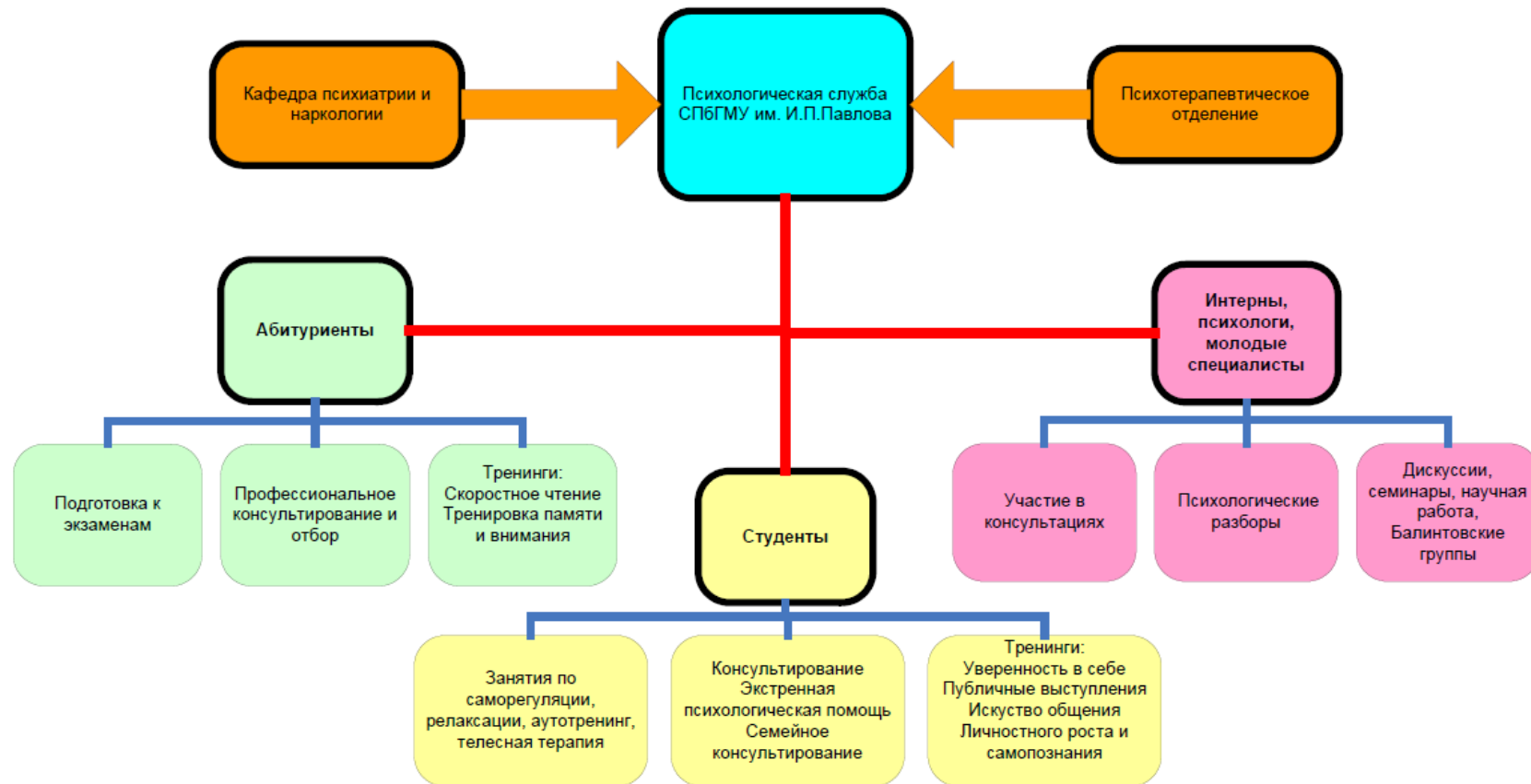
Методическая работа

В настоящее время проводится разработка новых профилактических программ, касающихся вопросов адаптации студентов первого года обучения: «Тренинг личностного роста» (24 часа), «Тренинг уверенности в себе» (24 часа), «Тренинг лидерства» (24 часа).

С 2010/2011 учебного года сотрудниками психологической службы реализуется цикл занятий для студентов медицинского училища при ПСПбГМУ, направленный на повышение эффективности обучения, повышение национальной толерантности и психологической грамотности (Лиознов Д.А., Лебедева Г.Г., Пахомова Ф.В.).

Также разработан цикл семинаров «Психология комплайенса» для молодых специалистов в период их адаптации к рабочему месту, который проходит апробацию на курсах повышения квалификации ФПО стоматологического факультета ПСПбГМУ (Исаева Е.Р.).

Структура Службы психологической поддержки



АЛГОРИТМ деятельности Психологической Службы

ПСПбГМУ им. академика И.П. Павлова

1 этап - диагностический:

1. Тестирование студентов 1 курсов с целью выявления «группы риска» - **сентябрь- ноябрь**
2. Направление на индивидуальные консультации и оказание психологической помощи к специалистам Службы (отд. Психотерапии, кафедра психиатрии, психологический центр, поликлиника №31) - **в течение года по записи.**

2 этап - профилактический:

1. Психологические тренинги и семинары, дискуссионные клубы и обучающие занятия со студентами - **1 раз в месяц, в течение года.**
 - 1.1. Проведение мероприятий по формированию здорового образа жизни, по профилактике аддиктивного поведения студентов (психологические тренинги, просветительские семинары).
 - 1.2. Проведение мероприятий направленных на повышение психологической грамотности, коммуникативной компетентности, лидерских качеств, гармоничное развитие личности и самореализацию студентов (психологические тренинги, элективные курсы).
 - 1.2. Проведение мероприятий, направленных на повышение национальной толерантности, психологическая помощь иногородним и иностранным студентам по адаптации в новой культурной среде.

3 этап - консультативный, психологическое сопровождение:

1. Психологическое сопровождение «проблемных» студентов, психологическое консультирование, индивидуальная психотерапия - **в течение года.**
2. Индивидуальная психотерапия нуждающимся в этом виде помощи - **в течение года.**

3. Консультирование преподавателей по вопросам улучшения взаимодействия со студентами, коллегами, предупреждения профвыгорания, возрастным и семейным кризисам - **в течение года.**

4 этап - методический:

1. Статистическая обработка и анализ данных, полученных в результате тестирования и социологических опросов студентов - **в течение года.**

1.1. Выявление «группы риска» среди студентов с точки зрения развития признаков дезадаптации и формирования аддиктивного поведения.

1.2. Оценка уровня учебной мотивации, удовлетворенности качеством обучения студентов и психологического климата в учебных группах.

2. Разработка на этой основе конкретных программ психологической работы со студентами с целью обеспечения гармоничного личностного развития, психопрофилактики различных нарушений и эмоционального выгорания.

3. Разработка практических рекомендаций по совершенствованию учебновоспитательной работы.

4. Составление отчетности - **весенний семестр, июнь.**

**ПЛАН
работы психолого-педагогического сопровождения студентов**

№ п.п.	Содержание направлений деятельности	Сроки проведения	Место проведения	Ответственные
1.	Профилактическая работа			
1.1.	<p>Участие в мероприятиях по формированию здорового образа жизни и профилактике вредных привычек в студенческой среде:</p> <p>1) Семинары-тренинги «Я выбираю здоровье» группы 15-20 чел. - продолжительность 3 дня (18 час.)</p> <p>2) Тренинги со студентами 1 -3 курсов, направленные на профилактику ВИЧ- инфекции, наркоманий и пр. группы 15-20 чел. - продолжительность 3 дня (18 час.)</p>	в течение года	Учебная комната	<p>Психологическая служба</p> <p>Совместно с факультетом спортивной медицины</p> <p>Совместно с кафедрой инфекционных болезней</p>
1.2.	<p>Обучение студентов методам психической саморегуляции и повышения стрессоустойчивости, методам управления временем.</p> <p>1) Занятия по саморегуляции и повышению стрессоустойчивости группы 8-10 чел. - продолжительность курса 8-10 занятий (16 час.)</p>	в течение года 1-2 раза в неделю по 1,5-2 часа	Учебная комната Отделение психотерапии	<p>Психологическая служба</p> <p>Совместно с отделением психотерапии</p>
1.3.	Проведение мероприятий по профилактической работе по запросу ректората, администрации факультетов, профессорско-преподавательского состава, сотрудников и студентов университета	в течение года		Совместно с деканатом и отв. За ОВР
1.4.	Взаимодействие с ответственными лицами	в течение года		Ответств

	по ОВР и факультетскими комиссиями по профилактике правонарушений			енные за ОВР Психологическая служба
2.	Информационно-просветительская работа			
2.1.	Профессиональная ориентация, помощь абитуриентам и студентам в профессиональном самоопределении, обеспечение адекватного выбора профессии 1) Психодиагностика (тестирование) студентов; 2) Курс «Введение в специальность» для студентов 1 курса (16 час.)	в течение года осенний семестр	Кабинет психологической службы Учебные аудитории	Психологическая служба Совместно с кафедрой психиатрии
2.2.	Проведение семинаров по формированию системных представлений о психологических закономерностях общения, повышению эффективности межличностных коммуникаций и профессионального общения медицинского персонала, формирование навыков психологического взаимодействия с пациентами: 1) Элективный курс для студентов «Психология общения» (36 час., группа 10-15 чел.); 2) Семинар-тренинг для студентов старших курсов «Взаимоотношения врача и больного» (36 час., группа -15чел.) 3) Цикл лекций для молодых специалистов с элементами тренинга «Искусство психологического влияния» (24час., группа 20-25 чел.)	1 раз в квартал	Учебная комната	Психологическая служба Совместно с отделением психотерапии
2.3.	Лекции и семинары по психогигиене личности, проблемам личностного самоопределения, выбора жизненного пути и карьеры, построению отношений с родителями, ровесниками и лицами		Учебная комната	Психологическая служба

	противоположного пола: 1) Элективный курс «Психология личности» - 48 час., группа 25 чел.	Апрель-май		
2.4.	Выявление наиболее активной части студенческой молодежи, развитие в них лидерских черт, обучение коммуникативным навыкам, навыкам управления, разрешения конфликтов. 1) Тренинг лидерства - 24 час., группа 10-12 чел. 2) Выездные семинары, зимняя школа тренингов, соревнования и пр.	в течение года 1 раз в семестр Зимние, летние каникулы	Кабинет психологической службы Учебная комната Турбаза СПбГМУ	Психологическая служба совместно с ответственными за ОВР
3.	Психологическое консультирование			
3.1.	Консультирование «проблемных» студентов по различным вопросам межличностного и группового взаимодействия, трудностей обучения в вузе и семейным отношениям.	в течение года	Кабинет психологической службы Отделение психотерапии	Психологическая служба Совместно с кафедрой психиатрии и отделением психотерапии
3.2.	Проведение социально-психологических тренингов со студентами (тренинги уверенного общения, личностного развития и роста, подготовки к экзаменам и др.) и молодыми преподавателями (тренинги публичных выступлений, повышения мотивации и др.) 1) Тренинг личностного роста - 24 час., группа 10-12 чел. 2) Тренинг уверенности в себе - 24	в течение года 1 раз в месяц	Учебная комната Отделение психотерапии	Психологическая служба Совместно с отделением психотерапии

	час., группа 12-15 чел.			
3.3.	Консультации по вопросам адаптации к условиям проживания в общежитии, приобретения навыков коммуникации, бесконфликтного межличностного общения и разрешения конфликтов	в течение года	Кабинет психологической службы Отделение психотерапии	Психологическая служба
3.4.	Психологическая помощь иногородним и иностранным студентам, помощь в преодолении так называемого «культурного шока» - психологического симптомокомплекса, возникающего при смене культуры и пр. 1) Семинары-тренинги, направленные на повышение толерантности и взаимопонимания - 15 час., группы по 12-15 чел.	в течение года	Кабинет психологической службы Учебная комната	Психологическая служба
3.5.	Консультирование преподавателей с целью предупреждения синдрома профессионального выгорания, разрешения конфликтов и повышения эффективности общения со студентами.	в течение года	Кабинет психологической службы	Психологическая служба
4.	Психодиагностическая работа			
4.1.	Проведение психологического тестирования и оценка способностей, интеллектуального развития, личностных особенностей учащихся, диагностика актуальных психологических проблем и выявление «группы риска» социальнопсихологической дезадаптации: 1) Анкетирование, психологическое тестирование групп	осенний семестр	Учебные аудитории	Психологическая служба
4.2.	Психологическое обследование студентов младших курсов с целью оценки адаптационных ресурсов, учебной мотивации и выявления ранних признаков	ноябрь	Учебные аудитории	Психологическая служба

	дезадаптации Анкетирование, психологическое тестирование групп			
4.3.	Ежегодный мониторинг психологического состояния студентов, уровня их учебной и профессиональной мотивации, качества образования и удовлетворенности обучением, качеством учебновоспитательной работы в университете Анкетирование, психологическое тестирование групп, социологические опросы.	Весенний семестр	Учебные аудитории	Психологическая служба
5.	Методическая работа			
5.1.	Разработка профилактических программ, касающихся вопросов адаптации студентов первого года обучения, а также молодых специалистов в период их адаптации к рабочему месту.	в течение года		Психологическая служба совместно с ответственными за ОВР
5.2.	Изучение зарубежного опыта и разработка современных эффективных программ воспитательной и психологопедагогической работы со студентами по формированию здоровой гармонично развитой личности, развитию у студентов гражданской позиции, сохранению и приумножению нравственных и культурных ценностей в условиях современной жизни.	в течение года		Психологическая служба совместно с ответственными за ОВР
5.3.	Подготовка отчёта	1 раз в квартал		Психологическая служба
5.4.	Статистический отчёт	июнь		Психологическая

				служба
--	--	--	--	--------