

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное
учреждение высшего образования
«ДАГЕСТАНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

Тренинг общения

Кафедра общей и социальной психологии
Факультет психологии и философии

Образовательная программа бакалавриата

37.03.01 – Психология

Направленность (профиль) программы:

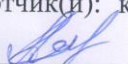
Психологическое консультирование

Форма обучения – очная;очно-заочная


Статус дисциплины: входит в часть,
формируемую участниками образовательных отношений

Махачкала -2022 год


Рабочая программа дисциплины «Тренинг общения» составлена в 2022 году в соответствии с требованиями ФГОС ВО - бакалавриат по направлению подготовки 37.03.01 «Психология» от «29» 07. 2020г. № 839.

Разработчик(и): кафедра общей и социальной психологии, к.пс.н., Акаева Н.Ш. 

Рабочая программа дисциплины одобрена:
на заседании кафедры ОиСП от «27» 01. 2022г., протокол № 5

Зав. кафедрой  Казиева Н.Н.
(подпись)

на заседании Методической комиссии факультета психологии и философии
от, « 17 » 02. 2022г. протокол №2

Председатель  Билалов М.И.
(подпись)

Рабочая программа дисциплины согласована с учебно-методическим управлением « 31 » 03. 2022 г.

Начальник УМУ  Гасангаджиева А.Г.
(подпись)

Рабочая программа дисциплины «Тренинг общения» составлена в 2022 году в соответствии с требованиями ФГОС ВО - бакалавриат по направлению подготовки 37.03.01 «Психология» от «29» 07. 2020г. № 839.

Разработчик(и): кафедра общей и социальной психологии, к.пс.н., Акаева Н.Ш. _____

Рабочая программа дисциплины одобрена:
на заседании кафедры ОиСП от «27» 01. 2022г., протокол № 5

Зав. кафедрой _____ Казиева Н.Н.
(подпись)

на заседании Методической комиссии факультета психологии и философии
от, « 17 » 02. 2022г.протокол №2

Председатель _____ Билалов М.И.
(подпись)

Рабочая программа дисциплины согласована с учебно-методическим управлением « 31 » 03. 2022 г.

Начальник УМУ _____ Гасангаджиева А.Г.
(подпись)

Аннотация рабочей программы дисциплины

Дисциплина «Тренинг общения» входит в часть, формируемую участниками образовательных отношений ОПОП бакалавриата по направлению 37.03.01 Психология.

Дисциплина реализуется на факультете психологии и философии кафедрой общей и социальной психологии.

Содержание дисциплины охватывает круг вопросов, связанных с адаптацией к студенческой жизни, понять и принять особенности учебы и культуры отделения психологии. Данный курс проводится в первую неделю учебных занятий студентов-первокурсников и занимает 54 часа аудиторных занятий. Итоговая аттестация: зачет проводится в конце 1-го семестра по результатам работы на практических занятиях и тренинге.

Дисциплина нацелена на формирование следующих компетенций выпускника: универсальных – УК – 4; общепрофессиональных – ОПК 6; профессиональных - ПК-11, ПК-12.

Преподавание дисциплины предусматривает проведение следующих видов учебных занятий: *практические занятия*.

Рабочая программа дисциплины предусматривает проведение следующих видов контроля успеваемости в форме – Зачёта.

Объем дисциплины 3 зачетных единиц, в том числе 108 академических часов по видам учебных занятий:

Очная форма обучения

Се- местр	Учебные занятия						Форма промежу- точной аттестации
	в том числе						
	Контактная работа обучающихся с преподавателем					СРС	
	Всего	из них					
Лекции		Практиче- ские занятия					
1	108		68			40	Зачет

Очно-заочной форма обучения

Семестр	Учебные занятия							Форма промежу- точной аттеста- ции (зачет, диф- ференцированный зачет, экзамен)
	в том числе:							
	всего	Контактная работа обучающихся с преподавателем					СРС, в том числе экза- мен	
		всего	из них					
Лек- ции			Лабора- торные занятия	Практи- ческие занятия				
1	108				32		76	Зачет

1. Цели освоения дисциплины

Основная цель программы тренинга — психологическая и социальная адаптация к вузовскому обучению, в результате которой студент начнет самостоятельно выстраивать перспективу собственного будущего, формулировать личностные, в том числе профессиональные планы.

Целями освоения дисциплины «Тренинг общения» являются: формирование у студентов целостного представления о современной теории и практике эффективной коммуникации, ознакомление с основами конструктивного общения и помощь в установлении контактов с сокурсниками; знакомство и обучение в игровой форме основным методическим приемам и техникам эффективного общения; выработка навыков профессионального поведения и общения в конфликтных ситуациях; формирование и совершенствование социально-психологической культуры студентов посредством групповых методов психологического воздействия, содействие личностному росту студентов.

Задачи:

1. Знакомство студентов-первокурсников с базовыми основами конструктивного общения.
2. Развитие способности в установлении и поддержании психологического контакта в общении.
3. Познание своих возможностей и ограничений во взаимодействии с другими людьми.
4. Осознание и снятие внутренних барьеров и зажимов, мешающих эффективной коммуникации.
5. Формирование у студентов-первокурсников основных навыков конструктивного общения (подача развернутой обратной связи, знания правил диалога, развитие рефлексии и осознанное использование невербальных средств общения).
6. Помощь студентам-первокурсникам в знакомстве со своими сокурсниками, сплочении группы и успешной адаптации к учебе на факультете.
7. Помощь в формировании профессионально-личностные компетенции студента как будущего специалиста-психолога.

Начало студенческой жизни — серьезное испытание для большинства студентов. Им необходимо принять новую социальную роль студента, привыкнуть к новому коллективу, к новым требованиям к повседневным обязанностям, приобщиться к профессии. В процессе адаптации происходят изменения во внутреннем мире личности, изменяются, прежде всего, привычные представления об особенностях новой социальной микросреды и т. д. Возникает, таким образом, новая, отражающая реалии изменившихся условий, информационная основа адекватности психической и предметно-практической деятельности. Программа адаптационных занятий включает в себя несколько взаимосвязанных блоков: подготовительный, информационно-мотивационный, диагностический. Тренинг рассчитан на восемь занятий и организован по типу «погружения». Продолжительность каждого дня занятий — 2-3 часа. Занятия построены в соответствии с основными требованиями, предъявляемыми к социально-психологическому тренингу, с применением различных психотехнических упражнений. В конце каждого дня и по итогам тренинга в целом тренеру необходимо организовывать «обратную связь».

Основные формы и методы работы: разогревающие упражнения; моделирование ситуаций в ролевых играх; упражнения в парах, группах; групповые дискуссии.

Принципы работы тренинга:

1. Принцип экологичности. Все, что происходит на тренинге не должно нанести вред или стать помехой в свободном развитии участников группы и ведущих.
2. Принцип целесообразности. Все упражнения, игры, задания служат реализации единой цели.
3. Принцип последовательности. Каждое последующее задание базируется на опыте и переживаниях, полученных при выполнении предыдущих, новые ресурсы внедряются в процесс обучения.
4. Принцип открытости. Быть искренним перед группой, декларировать цели и задачи тренинга, отвечать, по возможности, честно на поставленные вопросы, создавать условия для раскрытия потенциала каждого из участников.
5. Принцип достоверности. Упражнения адаптированы к той действительности, в которой живут и взаимодействуют участники.

В результате освоения курса студент должен знать базовые понятия психологии общения; основы конструктивного общения; правила ведения диалога, виды и приемы слушания; понимать важность умения конструктивно общаться; уметь использовать полученные знания на практике.

2. Место дисциплины в структуре ОПОП бакалавриата

«Тренинг общения» является дисциплиной по выбору вариативной части ОПОП бакалавриата по направлению 37.03.01. Психология.

«Тренинг общения» логически и содержательно-методически взаимосвязан с общей психологией, социальной психологией, психологией общения, психологией конфликта.

Знания, полученные студентом в ходе освоения дисциплины «Тренинг общения», необходимы при прохождении учебной и производственной практик.

Практическая реализация полученных знаний и навыков эффективного общения может быть осуществлена в процессе обучения "Основам психологического консультирования", "Основам психотерапии", а также в индивидуальной работе с клиентами.

3. Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения дисциплины (перечень планируемых результатов обучения и процедура освоения).

Код и наименование компетенции из ОПОП	Код и наименование индикатора достижения компетенций (в соответствии с ОПОП)	Планируемые результаты обучения	Процедура освоения
УК-4. Способен осуществлять деловую коммуникацию в устной и письменной формах на государственном языке Российской Федерации и иностранном языке	<p>ИУК – 4.1. Выбирает стиль общения на русском языке в зависимости от целей и условий партнерства, адаптирует речь, стиль общения к ситуациям взаимодействия</p> <p>ИУК – 4.2. Ведет деловую переписку на русском языке с учетом особенностей стилистики официальных и неофициальных писем.</p> <p>ИУК – 4.3. Ведет деловую переписку на иностранном языке с учетом особенностей стилистики официальных писем и социокультурных различий</p> <p>ИУК – 4.4. Выполняет перевод профессиональных текстов с иностранного языка на русский, с русского языка на иностранный.</p> <p>ИУК – 4.5. Публично выступает на русском языке, строит свое выступление с учетом аудитории и цели коммуникации</p> <p>ИУК – 4.6. Устно представляет результаты своей деятельности на иностранном.</p>	<p>Знает: принципы построения устного и письменного высказывания на русском и иностранном языках; правила и закономерности деловой устной и письменной коммуникации</p> <p>Умеет: Применять на практике деловую коммуникацию в устной и письменной формах, методы и навыки делового общения на русском и иностранном языках;</p> <p>Владеет: навыками чтения и перевода текстов на иностранном языке в профессиональном общении; навыками деловых коммуникаций в устной и письменной формах на русском и иностранном языках; методикой составления суждения в межличностном деловом общении на русском и иностранном языках.</p>	Устный опрос, круглый стол.

<p>ОПК – 6 Способен оценивать и удовлетворять потребности изапросы целевой аудитории для стимулирования интереса к психологическим знаниям, практике и услугам</p>	<p>ИОПК – 6.1. Знает основные задачи и принципы психологического просвещения. ИОПК – 6.2. Умеет оценивать потребности и запросы целевой аудитории в психологических знаниях и услугах ИОПК – 6.3. Владеет приемами стимулирования интереса аудитории к психологическим знаниям, практике и услугам</p>	<p>Знает:основные задачи и принципы психологического просвещения Умеет: Умеет оценивать потребности изапросы целевой аудитории в психологических знаниях и услугах Владеет: приемами стимулирования интереса аудитории к психологическим знаниям, практике и услугам</p>	<p>Устный опрос, круглый стол.</p>
<p>ПК-11 Способность к проведению работ с персоналом организации с целью отбора кадров создания психологического климата, способствующего оптимизации производственного процесса.</p>	<p>ИПК-11.1 Способен проводить беседы с персоналом с целью создания психологического климата и оптимизации производственного процесса. ИПК-11.2 Создает психологический климат в организации, проводит отбор кадров способствующий оптимизации производственного процесса. ИПК-11.3 Способен к проведению работ с персоналом организации с целью отбора кадров создания психологического климата, способствующего оптимизации производственного процесса.</p>	<p>Знает: Создает психологический климат в организации, проводит отбор кадров способствующий оптимизации производственного процесса Умеет: Способен проводить беседы с персоналом с целью создания психологического климата и оптимизации производственного процесса. Владеет: Способен к проведению работ с персоналом организации с целью отбора кадров создания психологического климата, способствующего оптимизации производственного процесса.</p>	<p>Устный опрос, круглый стол.</p>
<p>ПК-12 Способность к реализации психологических технологий, ориентированных на личностный рост сотрудников организации и охрану здоровья индивидов и групп.</p>	<p>ИПК-12.1 Способен к реализации психологических технологий, ориентированных на личностный рост. ИПК-12.2 Реализует психологические технологии, ориентированных на личностный рост сотрудников организации. ИПК-12.3 Способен реализовать психологические технологии, ориентированных на личностный рост сотрудников организации и охрану здоровья индивидов и групп.</p>	<p>Знает: Способен к реализации психологических технологий, ориентированных на личностный рост. Умеет: Реализовывать психологические технологии, ориентированных на личностный рост сотрудников организации. Владеет: Способностью реализовывать психологические технологии, ориентированных на личностный рост сотрудников организации и охрану здоровья индивидов и групп.</p>	<p>Устный опрос, круглый стол.</p>

4. Объем, структура и содержание дисциплины.

4.1. Объем дисциплины составляет 3 зачетных единиц, 108 академических часов.

4.2. Структура дисциплины.

4.2.1. Структура дисциплины в очной форме

№ п/п	Разделы и темы дисциплины по модулям	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов (в часах)					Формы текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации
			Лекции	Практические занятия	Лабораторные занятия	...	Самостоятельная работа в т.ч. экзамен	
Модуль 1. Введение в пространство тренинга								
1	Занятие 1. Знакомство. Правила групповой работы			10			8	Устный опрос, круглый стол.
2	Занятие 2. Работа по групповой сплоченности студенческого коллектива			10			8	Устный опрос, круглый стол.
3	Итого по модулю 1: 36			20			16	
	Занятие 3. Развитие коммуникативных навыков вербального и невербального общения. Техники аргументации и убеждающего воздействия			10			2	Устный опрос, круглый стол.
4.	Занятие 4. Развитие эмпатии			8			4	Устный опрос, круглый стол.
5.	Занятие 5. Развитие навыков слушания. Техники активного слушания			10			2	Устный опрос, круглый стол.
	Итого по модулю 2: 36			28			8	
Модуль 3. Самопознание и развитие коммуникативной компетентности в эмоционально-напряженных ситуациях								
6.	Занятие 6. Развитие навыков поведения в эмоционально-напряженных ситуациях. Техники психической саморегуляции.			10			10	Устный опрос, круглый стол.
7.	Занятие 7. Работа с личными психологическими границами личности. Подведение итогов тренинга.			10			8	Устный опрос, круглый стол.
	Итого по модулю 3: 36			20			16	Зачет
	Итого: 108 ч.			68			40	Зачет

4.2.2. Структура дисциплины в очно-заочной форме

№ п/п	Разделы и темы дисциплины по модулям	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов (в часах)					Формы текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации
			Лекции	Практические занятия	Лабораторные занятия	...	Самостоятельная работа в т.ч. экзамен	
Модуль 1. Введение в пространство тренинга								
1	Занятие 1. Знакомство. Правила групповой работы			6			12	Устный опрос, круглый стол.
2	Занятие 2. Работа по групповой сплоченности студенческого коллектива			6			12	Устный опрос, круглый стол.
3	Итого по модулю 1: 36			12			24	
	Занятие 3. Развитие коммуникативных навыков вербального и невербального общения. Техники аргументации и убеждающего воздействия			6			12	Устный опрос, круглый стол.
4.	Занятие 4. Развитие эмпатии			4			14	Устный опрос, круглый стол.
5.	Занятие 5. Развитие навыков слушания. Техники активного слушания			6				Устный опрос, круглый стол.
	Итого по модулю 2: 36			10			26	
Модуль 3. Самопознание и развитие коммуникативной компетентности в эмоционально-напряженных ситуациях								
6.	Занятие 6. Развитие навыков поведения в эмоционально-напряженных ситуациях. Техники психической саморегуляции.			6			14	Устный опрос, круглый стол.
7.	Занятие 7. Работа с личными психологическими границами личности. Подведение итогов тренинга.			4			12	Устный опрос, круглый стол.
	Итого по модулю 3: 36			10			26	Зачет
	Итого: 108 ч.			32			76	Зачет

Темы практических занятий Модуль 1. Введение в пространство тренинга

Занятие 1. Знакомство. Правила групповой работы

Цель. Знакомство с участниками, изучение ожиданий, проведение первичной диагностики.

Знакомство. Сбор ожиданий участников, объяснение норм и правил работы в тренинговой группе. Принцип активности каждого участника. Знакомство с понятием и основными видами коммуникации (вербальное и невербальное общение). Психогимнастические

упражнения, направленные на развитие способности понимания эмоционального состояния партнера по общению. Получение обратной связи от участников группы.

План занятия

1. Знакомство «Самопрезентация»
2. Упражнение «Твое имя»
3. Упражнение «Правила группы»
4. Разминка. Упражнение «Поменяйтесь местами...»
5. Приветствие «Запоминание имен»
6. Упражнение «Построение»
7. Разминка. Упражнение «Дракон, самурай и девочка»
8. Упражнение «Два лагеря»
9. Упражнение «Письмо самому себе»
10. «Рефлексия» - обратная связь.
11. Прощание «А теперь я хочу сказать...»

Занятие 2. Работа по групповой сплоченности студенческого коллектива

Цель: знание основ психологии группы, сплочение коллектива, выявление лидеров и выработки совместной стратегии поведения общей студенческой группы. Психогимнастические упражнения на создание работоспособности в группе.

Групповая дискуссия «Что такое дружба». Анализ дискуссии.

План занятия

1. Приветствие. Упражнение «Активный Александр, Бодрый Борис, Веселая Вероника».
2. Упражнение «Квадрат-треугольник-круг»
3. Дискуссия «Что такое дружба»
4. Разминка. Упражнение «Кенгуру»
5. Упражнение «Вы еще не знаете обо мне, что я...»
6. Упражнение «Я и группа»
7. Ролевая игра «Катастрофа в пустыне»
8. Разминка. Упражнение «Сантики-фантики-лимпопо»
9. Упражнение «Ладочки»
10. Упражнение «Молекула»
11. «Рефлексия» - обратная связь
12. Прощание «Аплодисменты по кругу».

Модуль 2. Основы конструктивного общения

Занятие 3. Развитие коммуникативных навыков вербального и невербального общения. Техники аргументации и убеждающего воздействия.

Цель: развить навыки вербального и невербального общения, групповой дискуссии, логического мышления.

Блиц-опрос по материалам предыдущего дня. Анализ основных ошибок, допущенных участниками в ходе ролевой игры. Типичные ошибки, совершаемые при общении с другими людьми. Установление контакта, основные правила. Факторы, способствующие и препятствующие убеждающему воздействию на партнера. Техники аргументации и контраргументации. Разбор конкретных ситуаций, анализ индивидуальных случаев неудачного решения проблемы, предлагаемых участниками группы. Отработка всех полученных навыков аргументации в парах. Групповое обсуждение дня тренинга.

План занятия

1. Приветствие. Упражнение «Хорошего дня»
2. Упражнение «Семь богатырей»
3. Упражнение «Завтрак с героем»
4. Упражнение «А я счастлив»
5. Разминка. Упражнение «Леопольд»
6. Упражнение «Передать одним словом»

7. Упражнение «Всеобщее внимание»
8. Упражнение «Попроси шоколадку»
9. Ролевая игра. Упражнение «Три закона общения»
10. Разминка. Игра «Салки – обнималки»
11. Упражнение «Моя проблема в общении»
12. «Рефлексия» - обратная связь
13. Прощание «Передай сигнал»

Занятие 4. Развитие эмпатии

Цель: развить навык эмпатии, способность чувствовать невербальные проявления общения.

Знакомство со структурой деловой беседы. Ориентация в проблеме. Прием и передача информации. Открытые и закрытые вопросы. Упражнения и работа в парах, направленные на овладение приемами профессионального общения. Групповое обсуждение.

План занятия

1. Приветствие. Упражнение «Вырази себя в жесте»
2. Рефлексия состояний «здесь и теперь» Ассоциация состояния с цветом
3. Упражнение «Моя любимая игрушка»
4. Упражнение «Считаем до двадцати»
5. Разминка. Упражнение «Выглядим комично»
6. Упражнение «Я тебя понимаю»
7. Ролевая игра. «Школа эмпатии»
8. Разминка. Игра «Замороженный»
9. Упражнение «Цветок достижений»
10. «Рефлексия» - обратная связь
11. Прощание «Передай сигнал»

Занятие 5. Развитие навыков слушания. Техники активного слушания

Цель: Развитие умения слушать и слышать.

Блиц-опрос по материалам предыдущего дня. Техники активного слушания. Техники слушания – закрепление полученных навыков. Ролевые игры, тема: «Активное слушание». Знакомство с профессиональными навыками поведения в эмоционально-напряженных ситуациях. Упражнение «Дерево конфликтов». Групповое обсуждение дня тренинга.

План занятия

1. Приветствие Упражнение «Пожатие руки»
2. Разминка. Упражнение «Скульптура».
3. Упражнение «Как правильно слушать другого»
4. Разминка. Упражнение «Горец сказал. ...»
5. Отработка техники повторения (активное слушание). Упражнение «Детектив»
6. Разминка. Подвижная игра. Упражнение «Удержи партнера».
7. Отработка техники перефразирования «Пересказ четверостишья»
8. Ролевая игра «В чем дело?»
12. «Рефлексия» - обратная связь
13. Прощание «Ты сегодня удивил меня»

Модуль 3. Самопознание и развитие коммуникативной компетентности в эмоционально-напряженных ситуациях

Занятие 6. Развитие навыков поведения в эмоционально-напряженных ситуациях. Техники психической саморегуляции

Цель: Ознакомится с техниками снятия напряжения, психической саморегуляции, отработать навыки эффективного поведения в конфликте.

Блиц-опрос по материалам предыдущего дня. Знакомство с профессиональными навыками поведения в эмоционально-напряженных ситуациях. Ролевые игры, направленные на закрепление техник снятия эмоционального напряжения в партнерском общении. Виды и техники психологического влияния на людей: варварские, манипулятивные, цивилизованные. Основные понятия. Отработка навыков цивилизованного влияния. Техники «психологической самообороны». Техники психической саморегуляции. Основные характеристики уверенного поведения.

План занятия

1. Приветствие Упражнение «Хорошего дня!»
2. Разминка. Упражнение «Броуновское движения».
3. Упражнение. Как правильно слушать другого
4. Разминка. Упражнение «Взаимопонимание»
5. Упражнение «Чемодан»
6. Упражнение «Дерево конфликтов»
7. Разминка. Подвижная игра. Упражнение «Удержи партнера».
8. Упражнение «Как быть толерантным в общении»
9. Ролевая игра ««Я-высказывание / Ты-высказывание»
10. «Рефлексия» - обратная связь
11. Прощание «Улыбка и слово»

Занятие 7. Работа с личными психологическими границами личности. Подведение итогов тренинга

Цель: 1.самопознание,осознание собственных границ,получение представления о том, почему мы позволяем нарушать границы. 2.присвоение опыта тренинга.

Блиц-опрос по материалам предыдущего дня. Получение представления о психологических границах личности. Знакомство с личными границами. Проведение дискуссии на тему нарушения границ.

Обсуждение впечатлений дня тренинга. Домашнее задание: «Подготовка мини-самопрезентации». Подведение итогов тренинга, обмен мнениями участников группы. Прощание.

План занятия

1. Приветствие Упражнение «Хорошего дня!»
2. Разминка. Упражнение «Настрой на совместную работу».
3. Упражнение «Рука дающая и принимающая»
4. Мини-лекция «Личные границы и их нарушение в общении»
5. Разминка. Упражнение «Взаимопонимание»
6. Упражнение «Карта моей жизни»
7. Упражнение «Без маски»
8. Разминка. Подвижная игра. Упражнение «Удержи партнера».
9. Упражнение «Таможня»
10. Дискуссия «Кого и куда впускать. Личные границы и их нарушение в общении»
11. Упражнение «Волшебная рука»
12. Упражнение «Письмо самому себе»
13. Визуализация «Мой следующий шаг»
14. «Рефлексия» - обратная связь
15. Ритуал прощания. Упражнение "Узорный круг".

Присвоение опыта

Возможные вопросы, направленные на присвоение опыта:

- Соотнесите с поставленными в начале целями - что вам удалось осуществить, что не удалось?
- Чему вы научились за эти 8занятий?

- Что нового узнали о себе?
- Что было для вас особенно полезным?
- Что вы будете делать иначе в своей профессиональной деятельности?
- Каков будет ваш следующий шаг?
- Что и кто может вам помочь его сделать?
- Что и кто может помешать?
- Какие временные рамки вы себе можете поставить для осуществления этого шага?
- Как вы себя наградите?

Способы организации процесса

- Предложить участникам ряд вопросов для самостоятельного обдумывания
- Поделиться в малых группах
- Высказаться в общем кругу

Прощание с группой

Участники уносят с тренинга не только интеллектуальный, но и эмоциональный багаж. Жизнь группы заканчивается, даже если отдельные участники будут продолжать общаться друг с другом. Поэтому на заключительном этапе можно использовать процедуры, позволяющие участникам осознать на эмоциональном уровне свой "выход" из пространства тренинга, попрощаться друг с другом.

5. Образовательные технологии

В соответствии с требованиями ФГОС ВО по направлению подготовки реализация компетентностного подхода предусматривает использование в учебном процессе активных и интерактивных форм проведения занятий (деловые и ролевые игры, психологические тренинги, анализ конкретных ситуаций) в сочетании с внеаудиторной работой с целью формирования и развития профессиональных навыков студентов. Удельный вес занятий, проводимых в интерактивной форме, определяется главной целью программы, и в целом учебном процессе они составляют 30 %. Учебный процесс, для освоения дисциплины предполагает использование следующих технических средств обучения:

- компьютерное оборудование;
- видео- аудиовизуальные средства обучения;
- электронную библиотеку;
- интернет-ресурсы
- деловые и ролевые игры
- психологический тренинг

6. Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы студентов.

Разделы и темы для самостоятельного изучения	Содержание самостоятельной работы	Вид самостоятельной работы
Раздел 1. Введение в пространство тренинга		
Занятие 1. Знакомство. Правила групповой работы.	Межгрупповые взаимодействия. Ролевое поведение личности.	Доклад
Занятие 2. Работа по групповой сплоченности студенческого коллектива	Структура и функции общения. Виды манипуляций, правила диалога. Игра	Доклад, реферат
Раздел №2. Основы конструктивного общения		
Занятие 3. Развитие коммуникативных навыков вербального и невербального общения. Техники аргу-	Соотношение вербальной и невербальной информации в процессе общения. Культурная де-	Доклад, реферат

ментации и убеждающего воздействия.	терминация невербального поведения.	
Занятие 4. Развитие эмпатии	Механизмы социальной перцепции (идентификация, эмпатия, аттракция). Типовые схемы формирования первого впечатления	Доклад, реферат
Занятие 5. Развитие навыков слушания. Техники активного слушания	Установки в общении. Говорение и слушание как психологические составляющие коммуникации	Доклад
Раздел №3 Самопознание и развитие коммуникативной компетентности в эмоционально-напряженных ситуациях		
Занятие 6. Развитие навыков поведения в эмоционально-напряженных ситуациях. Техники психической саморегуляции.	Мотивация агрессивного и асоциального поведения. Конфликты и конфликтные отношения.	Доклад, реферат
Занятие 7. Работа с личностными психологическими границами личности. Подведение итогов тренинга.	Содержание, цели и средства общения у людей на разных уровнях интеллектуального и личностного общения.	Доклад, реферат

7. Фонд оценочных средств для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации по итогам освоения дисциплины.

7.1. Типовые контрольные задания

Примерный перечень тестовых заданий для текущего, промежуточного и итогового контроля.

1. Общение – это:
 - а) обмен информацией между людьми
 - б) совместная деятельность людей.
 - в) воздействие людей друг на друга.
 - г) сложный, многоплановый процесс, включающий в себя совместную деятельность, обмен информацией, восприятие и понимание другого человека.

2. Ролевое общение – это:
 - а) общение, участниками которого являются конкретные личности, обладающие уникальными индивидуальными качествами.
 - б) общение, участники которого являются носителями определенных социальных ролей.
3. Массовое общение – это:
 - а) множественные, непосредственные контакты незнакомых людей на футболе, на концерте и т.д.
 - б) общение одного человека со многими людьми.
4. Наиболее приемлемым видом общения между друзьями является: а) императивное общение б) диалог в) манипуляция
5. Манипулятивное общение наиболее эффективно:
 - а) в дружеских отношениях.
 - б) в деловых, официальных отношениях.
6. Императивное общение эффективно:
 - а) в соотношениях начальник – подчиненный.
 - б) в дружеских отношениях.
7. Адекватность обратной связи это:
 - а) соответствие образа реципиента в обратной связи ее объекту.
 - б) понятность обратной связи коммуникатору.
8. Формы и содержание зависит от:
 - а) индивидуально-психологических особенностей коммуникатора.
 - б) от интуиции общения
 - в) от отношения коммуникатора и реципиента
 - г) от всех трех составляющих.

9. Обратная связь – это:
- информация, содержащая реакцию реципиента на слова и поведение коммуникатора.
 - информация, содержащая реакцию коммуникатора на слова и поведение партнера.
10. Косвенная обратная связь- это:
- прямая форма передачи партнеру психологической информации.
 - завуалированная форма передачи партнеру психологической информации
11. Механизмы социальной рефлексии:
- мешает индивиду в общении, так как делает его «закомплексованным»
 - помогает индивиду в общении, так как делает, обогащает полноту его представлений о себе.
12. Социальная перцепция – это:
- понимание партнера по общению и предсказание его поведения
 - восприятие внешних признаков человека и соотнесение их с его личностными характеристиками, интерпретация и прогнозирование на этой основе его поступков.
13. Каузальная атрибуция – это:
- причинная интерпретация поведения партнеров по общению б) не-правильное понимание причин поведения других людей.
14. К фундаментальной ошибке атрибуции относиться:
- недооценка влияния ситуации и переоценки степени влияния личностных черт и установок при объяснении поведения другого человека.
 - непринятие в расчет возможных причин поведения человека, если уже известны другие правдоподобные причины.
15. К оптика- кинестетической системе относиться:
- внешний вид и выразительные движения (жесты, походка, позы)
 - тембр, высота голоса, паузы.
 - организация пространства общения
16. Соотношение между вербальными и невербальными уровнем передачи информации может быть:
- двух типов: согласование и несогласование информации.
 - трех типов: согласуется, противоречит и неречевое касается совершенно другого предмета, чем речевое.
- Подтекст это:
- явный смысл речевого сообщения
 - неявный смысл речевого сообщения
17. Наиболее эффективной психологической установкой в общении является: а) сверху вниз б) снизу-вверх в) на равныхг) все три установки, в зависимости от ситуации общения
18. Рефлексивное слушание – это: а) молчание
- сложный волевой акт, требующий постоянного внимания.
19. Межличностное общение:
- не подразумевает некую психологическую близость партнеров, знание индивидуально-психологических особенностей друг друга, понимание и сопереживание.
 - подразумевает некую психологическую близость партнеров, знание индивидуально-психологических особенностей друг друга, сопереживание и взаимопонимание.
20. Наиболее приемлемым видом общения между друзьями являются: а) императивное общение б) диалог в) манипуляция.

Примерная тематика рефератов

- Виды и функции речи.
- Феномен эгоцентрической речи.
- Соотношение речи и мышления и их развитие.
- Мотивация агрессивного и асоциального поведения.
- Виды общения у человека.
- Психологические механизмы восприятия людьми друг друга.
- Общение и развитие личности.
- Барьеры общения. Конфликты.

9. «Мы» и «Они». Особенности их функционирования.
10. Малые группы и особенности взаимодействия в них.
11. Конфликты и конфликтные отношения.
12. Лидерство и руководство.
13. Компетентность в общении.
14. Искусство общения.
15. Конфликты в нашей жизни и их разрешение.
16. Психологический анализ общения.
17. Межгрупповые взаимодействия.
18. Ролевое поведение личности.
19. Влияние установок и стереотипов на конфликтное поведение.

Контрольные вопросы к зачету

1. Понятия «общение» и «коммуникация». Функции общения.
2. Виды общения.
3. Средства общения.
4. Проблема пространственно-временной организации общения.
5. Этапы общения.
6. Общение и межличностные отношения. Социальная дистанция. Эмоциональная основа межличностных отношений.
7. Перцептивная сторона общения. Социально-психологические механизмы восприятия.
8. Феномены межличностного и межгруппового восприятия.
9. Ошибки восприятия в общении.
10. Коммуникативная сторона общения. Коммуникативные барьеры.
11. Интерактивная сторона общения.
12. Виды и приемы слушания. Я-высказывания.
13. Общение как взаимодействие. Виды взаимодействий.
14. Защитные механизмы личности.
15. Социальные установки. Я-концепция.
16. Понятие роли. Виды ролей в организации.
17. Виды делового общения.
18. Деловая беседа.
19. Основные этапы и психологические сложности этапов деловой беседы.
20. Конфликт, его структура,
21. Классификация и динамика конфликта.
22. Стратегии поведения в конфликте.
23. Формула конфликта. Конфликтогены.
24. Типы конфликтов и их функции. Управление конфликтами.

7.2. Методические материалы, определяющие процедуру оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций.

Методические рекомендации, определяющие процедуры оценивания индивидуальных сообщений студентов по вопросам согласно плану семинарских занятий

Критерии оценки:

оценка «отлично»: глубокие исчерпывающие знания излагаемого вопроса, логически последовательный, полный, грамматически правильный и конкретный ответ на излагаемый вопрос, уверенные правильные ответы на вопросы аудитории (не менее 3 вопросов), заданные аудитории вопросы по теме сообщения (не менее 3 вопросов);

оценка «хорошо»: твёрдые и достаточно полные знания излагаемого материала, последовательные, правильные, конкретные ответы на заданные вопросы (не менее 2 правильных полных ответов); свободное реагирование на замечания преподавателя в процессе изложения материалов вопроса, готовность к корректировке ответа;

оценка «удовлетворительно»: неуверенные знания излагаемого вопроса; ответ неполный, выстроен недостаточно логически и грамматически; неуверенное реагирование на заданные вопросы (неверные ответы); неуверенное реагирование на замечания преподавателя, неготовность к корректировке излагаемого материала;

оценка «неудовлетворительно»: отказ от ответа; непонимание сущности излагаемого вопроса, грубые ошибки в ответе, неуверенные и неточные ответы на дополнительные вопросы экзаменаторов.

Методические рекомендации, определяющие процедуры оценивания при проведении контрольной работы

Компонентом текущего контроля по дисциплине являются письменные контрольные работы. На контрольной работе каждому студенту даются 2 вопроса/задания.

Критерии оценки:

Оценка «отлично» выставляется студенту, обнаружившему всестороннее, систематическое и глубокое знание по обоим заданным вопросам/заданиям, четко, логично, последовательно и грамотно изложившему свой ответ в письменном виде.

Оценка «хорошо» выставляется студенту, обнаружившему полное знание материала по заданным вопросам/заданиям, представившему в целом правильный ответ, однако, изложенный недостаточно логично и грамотно в письменном виде.

Оценки «удовлетворительно» заслуживает студент, представивший частично правильные ответы на оба заданных вопроса/задания, изложивший их нелогично, и недостаточно грамотно в письменном виде.

Оценка "неудовлетворительно" выставляется студенту при отсутствии ответа на заданные вопросы/задания; в случае полностью неверного ответа на заданные вопросы/задания.

Методические рекомендации, определяющие процедуры оценивания рефератов студентов

Реферат должен удовлетворять следующим требованиям:

- отражать основное содержание выбранной темы;
- отражать степень разработанности данной темы в литературе;
- должен содержать собственные размышления по выбранной теме и собственные выводы;
- текст должен иметь четкую структуру, быть построен логично, последовательно, в соответствии с планом;
- текст должен быть написан грамотно.

Критерии оценки:

оценка «отлично»: текст в полном объеме отражает основное содержание выбранной темы; автор демонстрирует отличное понимание степени разработанности данной темы в литературе; текст содержит собственные размышления по выбранной теме и собственные выводы; текст имеет четкую структуру, построен логично, последовательно, в соответствии с планом; текст написан грамотно

оценка «хорошо»: текст в целом отражает основное содержание выбранной темы; автор демонстрирует достаточное понимание степени разработанности данной темы в литературе; текст содержит отдельные размышления автора по выбранной теме, но не содержит обобщающих выводов; текст имеет определенную структуру, но построен недостаточно логично, последовательно, в тексте встречаются ошибки (небольшое количество)

оценка «удовлетворительно»: текст недостаточно отражает основное содержание выбранной темы; автор демонстрирует недостаточное понимание степени разработанности данной темы в литературе; текст не содержит собственных размышлений автора по выбранной теме и обобщающих выводов; текст имеет определенную структуру, но построен нелогично, непоследовательно, в тексте встречаются ошибки (большое количество)

оценка «неудовлетворительно»: текст не отражает основное содержание выбранной темы; автор демонстрирует непонимание степени разработанности данной темы в литературе; текст не содержит собственных размышлений автора по выбранной теме и обобщающих выводов; текст имеет определенную структуру, но построен нелогично, непоследовательно, в тексте встречаются ошибки (большое количество).

Общий результат выводится как интегральная оценка, складывающаяся из текущего контроля - 70% и промежуточного контроля - 30%.

Текущий контроль по дисциплине включает:

- посещение занятий - 10 баллов,
- участие на практических занятиях - 15 баллов,
- выполнение домашних (аудиторных) контрольных работ – 20-25 баллов.

Промежуточный контроль по дисциплине включает:

- устный опрос – 15-20 баллов,
- письменная контрольная работа - 50 баллов,
- тестирование - 50 баллов.

8. Учебно-методическое обеспечение дисциплины.

а) адрес сайта курса

<http://eor.dgu.ru/default/LeftMenu?name=cath>

б) основная литература:

1. Ахмедханов А.М. Общая психология: курс лекций. - Махачкала: Изд-во ДГУ, 2013. - 130 с.
2. Баданина Л.П. Основы общей психологии: учебное пособие / Л.П.Баданина. - 3-е изд., стер. - Москва: Издательство «Флинта», 2017. - 448с.: табл. - (Библиотека психолога). - ISBN 978-5-9765-0705-0; Тоже [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=103315> (08.09.2018).
3. Караванова Л. Ж. Психология: учебное пособие - Москва: Издательско-торговая корпорация «Дашков и К», 2017- 264 с.: табл., ил. [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=452573> (15.07.2018).
4. Крысько В.Г. Общая психология в схемах и комментариях. СПб., 2009.
5. Маклаков А.Г. Общая психология. [учеб. для вузов] - СПб., 2009. – 582 с.
6. Марцинковская Т.Д. Общая психология: [учебник для студ. учреждений высш. образ-я] - 3-е изд. - М., 2017. – 400 с.
7. Столяренко Л. Д. Психология: учеб. для вузов. / - СПб., 2008. - 591 с.

в) дополнительная литература:

1. Ананьев, Б. Г. Избранные психологические труды. В 2-х томах [Электронный ресурс]: /Б.Г. Ананьев. – М: Педагогика, 1980. – 232 с. – URL: http://elibr.gnpbu.ru/text/ananyev_izbrannyye-trudy_t1_1980/ (дата обращения: 01.08.2018).
2. Волкова, Т.Г. Психология самосознания: учебное пособие / Т.Г.Волкова. - Москва: Директ-Медиа, 2013. - 296 с. [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=137239> (07.08.2018)
3. Выготский, Л.С. Собрание сочинений / Л.С.Выготский. - Москва: Директ-Медиа, 2008. - Т. 2. - 953 с. [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=81393> (02.09.2018).
4. Гиппенрейтер Ю. Б. Введение в общую психологию: (курс лекций) - М., 2006. – 332 с.
5. Годфруа Ж. Что такое психология: В 2 т. Т.2; Перевод с фр. Н.Н.Алипова, В.В.Свечникова; Под ред. Г.Г.Аракелова. - М., 1992. - 370 с.
6. Дубровина И. В. Психология: учебник - 6-е изд., - М., 2007. - 461 с.
7. Козьяков, Р.В. Психология и педагогика: учебник / Р.В.Козьяков. - Москва: Директ-Медиа, 2013. - Ч. 1. Психология. - 358 с. [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=214208> (14.09.2018).
8. Макогон, И.К. Психология. Краткий курс / И.К. Макогон. - Москва: Проспект, 2015. - 112 с. - Библиогр. в кн. [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=276967> (12.09.2018).
9. Мандель, Б.Р. Психология общения: история и проблематика : учебное пособие для обучающихся в системе среднего профессионального образования / Б.Р.Мандель. - Москва; Берлин: Директ-Медиа, 2018. - 422с. [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=494799> (15.08.2018).
10. Немов Р. С. Психология: учебник для вузов. - М., 2011, 2010. - 639 с.
11. Петровский А. В. Психология: учебник / Петровский, Артур Владимирович, М. Г. Ярошевский. - 7-е изд., стер. - М, 2007, 2005. - 501 с. - (Высшее образование). - ISBN 978-5-7695-4515-3: 249-70.
12. Психология: учеб. для бакалавров / под ред. Б.А.Сосновского. - 2-е изд., перераб. и доп. - М., 2012. – 439с.
13. Психология учебник / [В.М.Аллахвердов, С.П.Безносков, В.А.Богданов и др.]; отв. ред. А.А.Крылов. - 2-е изд., перераб. и доп. - М., 2011, 2008, 2005, 2004. - 743 с.
14. Чиж, И.Д. Темперамент человека / И.Д.Чиж. - Москва: Лаборатория книги, 2011. - 95 с. - [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=142523> (18.08.2018).

9. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины.

1) eLIBRARY.RU [Электронный ресурс]: электронная библиотека / Науч. электрон. б-ка. — Москва, 1999 – Режим доступа: <http://elibrary.ru/defaultx.asp> (дата обращения: 01.04.2017). – Яз. рус., англ.

2) Moodle [Электронный ресурс]: система виртуального обучения: [база данных] / Даг. гос. ун-т. – Махачкала, г. – Доступ из сети ДГУ или, после регистрации из сети ун-та, из любой точки, имеющей доступ в интернет. – URL: <http://moodle.dgu.ru/> (дата обращения: 22.03.2018).

3) Электронный каталог НБ ДГУ [Электронный ресурс]: база данных содержит сведения о всех видах лит, поступающих в фонд НБ ДГУ/Дагестанский гос. ун-т. – Махачкала, 2010 – Режим доступа: <http://elib.dgu.ru>, свободный (дата обращения: 21.03.2018).

10. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины.

1. Организация самостоятельной работы в процессе подготовки к практическим и семинарским занятиям предполагает анализ материалов лекционных занятий. Лекционный материал создает основу для подготовки студентов к семинарским занятиям, проработки учебных пособий, монографий и периодических изданий.

2. Самостоятельная работа студентов на занятии предполагает конспектирование наиболее существенных идей темы. Опорный конспект состоит из основных теоретических положений, фактов, сущности экспериментов и т.д.

3. При чтении литературы, при прослушивании лекций студенту следует постоянно мысленно соотносить полученные знания с реальным поведением людей, собственными мыслями, чувствами, переживаниями, критически их анализируя и оценивая с новых, уже не житейский, а научных позиций.

4. При подготовке к семинарскому занятию при прочтении дополнительной литературы необходимо обращать внимание не на общую тематику источника, но выделять информацию, связанную с темой занятия. Анализировать информацию об одном вопросе, полученную из нескольких источников.

5. Для лучшего восприятия пройденной темы студенту необходимо при чтении конспекта лекций, вспомнить, о чем говорилось на лекции дополнить, конспект некоторыми мыслями, примерами из жизни. Прочитать по учебнику то, в краткой лекции не могло быть раскрыто. Но в то же время подчеркивались некоторые нюансы, на которые необходимо обратить внимание.

Правила самостоятельной работы:

1. При ознакомлении с каким-либо разделом рекомендуется прочитать его целиком, стараясь уловить логику и основную мысль автора. При вторичном чтении лучше акцентировать внимание на основных, ключевых вопросах темы. Можно составить их краткий конспект, что позволит изученный материал быстро освежить в памяти перед экзаменом. Не забудьте отметить сложные и не понятные вам места, чтобы на занятии задать вопрос преподавателю.

2. Эффективно повторение заучиваемого материала вслух, поэтому рекомендуется проговаривать материал, подлежащий заучиванию. Тем не менее, более эффективным представляется осознание смысла того или иного положения и развитие навыка изложения материала своими словами. Другими словами, материал, «пропущенный» через смысловое сознание, то есть попавший в «поле ясного сознания» (Л.С. Выготский) человека, с большей вероятностью будет воспроизведен через продолжительный промежуток времени.

Достоинства плана:

- Удачно составленный план прочитанной книги говорит в конечном итоге об умении анализировать текст, о степени усвоения его содержания.

- План имеет ряд достоинств, которые выдвигают его, наряду с конспектами и тезисами, во вполне независимую, самостоятельную форму записи.

- Самая короткая запись. Именно благодаря этому план легко совершенствовать как, по существу, так и по форме, при этом вновь и вновь продумывая содержание предмета.

- Обобщает содержание. Хорошо составленный план раскрывает и само содержание произведения. В этой записи есть уже элементы обобщения, которые могут быть далее развиты в тезисах, конспектах, рефератах.

- Восстанавливает в памяти прочитанное. План помогает легче уяснить содержание, способствует ускоренной проработке материала.

- В процессе изучения дисциплины следует составлять словарь терминов и понятий, что

способствует аналитической переработки текста. Составить для себя такой словарь и дать точное толкование всем специальным терминам и понятиям — дело далеко не механическое. Очень часто оно связано с необходимостью длительного поиска в справочниках и руководствах. Данный прием может значительно облегчить работу с источниками информации.

● Наиболее благоприятный режим подготовки к семинарским занятиям и выполнения самостоятельной работы заключается в еженедельном посещении (1-2 раза) библиотеки в течение всего семестра. Лучше переносить это время на субботу, когда нагрузка на читальные залы снижается и соответственно облегчается доступ к литературе. Настоящая задача значительно облегчается при условии непосредственного доступа студента к литературе (то есть наличие ее дома), поэтому желательно иметь в наличии (взять на абонементе, или по возможности приобрести 1-2 учебника).

11. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине, включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем.

Информационные технологии, используемые при изучении дисциплины: сеть «Интернет», электронная почта, электронный университет Moodle. Информационные справочные системы: Google, Yandex, Компьютерные программы для проведения психодиагностического исследования: «PsychometricExpert», «Statistica».

В ходе реализации целей и задач учебной практики, обучающиеся могут при необходимости использовать возможности информационно-справочных систем, электронных библиотек и архивов.

12. Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине.

Учебная аудитория на 60 мест с мультимедийным проектором для проведения лекционных занятий. Компьютерный класс с доступом в Интернет.

Видео – аудиовизуальные средства обучения.

- пакет прикладных обучающих программ;
- электронная библиотека, электронные учебные пособия.