

МИНОБРНАУКИ РОССИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«САРАТОВСКИЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ
ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ
Н.Г. ЧЕРНЫШЕВСКОГО»

Факультет психологии



Рабочая программа дисциплины

Психология

Направление подготовки
39.03.02 «Социальная работа»

Квалификация (степень) выпускника
Бакалавр

Форма обучения
заочная

Саратов,
2019

Статус	ФИО	Подпись	Дата
Преподаватель-разработчик	Жижина М.В.		24.04.19
Председатель НМК	Балакирева Е.И.		24.04.19
Заведующий кафедрой	Аксеновская Л.И.		24.04.19
Специалист Учебного управления	Седовкина Ю.А.		24.04.19

1. Цели освоения дисциплины

Целями освоения дисциплины «Психология» являются

- формирование у студентов представления о различных школах и направлениях развития психологии, основных вопросах общей, социальной, медицинской психологии и психотерапии;
- углубление научного мировоззрения на основе повседневной жизни студента, то есть человека, образ жизни которого в значительной степени подчинен задаче получения образования;
- обучение студентов базовым навыкам психической саморегуляции, разрешения конфликтных ситуаций, оказания психологической помощи;
- выработка у студентов сознательного отношения к таким областям жизни, как работа, учеба, защита прав потребителей, общественная деятельность, защита окружающей среды, спорт, поддержание психического здоровья, человеческие отношения, судебная медицина, разнообразная профессиональная деятельность и многое другое;
- демонстрация актуальности психологических знаний и иллюстрация их практического применения.

2. Место дисциплины в структуре ООП

Дисциплина «Психология» относится к дисциплинам части, формируемой участниками образовательных отношений блока 1 «Дисциплины (Модули)» ООП по направлению подготовки 39.03.02 «Социальная работа» (Б1.В.01). «Входными» знаниями, умениями и готовностями обучающегося, приобретенными в результате освоения предшествующих дисциплин являются способность анализировать основные этапы и закономерности социально-экономического развития общества; владение базовыми и специальными знаниями и навыками теоретического и прикладного характера в области психологии; владение общенаучной терминологией, а также понятиями социальных и гуманитарных дисциплин, умение работать с оригинальными научными текстами и содержащимися в них смысловыми конструкциями. Дисциплина изучается в 3 и 4 семестрах. Итоговая форма контроля – экзамен.

3. Результаты обучения по дисциплине

Код и наименование компетенции	Код и наименование индикатора (индикаторов) достижения компетенции	Результаты обучения
УК-6 Способен управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни	1.1_Б.УК-6. Применяет знание о своих ресурсах и их пределах (личностных, ситуативных, временных и т.д.) для успешного выполнения порученной работы. 2.1_Б.УК-6. Понимает важность планирования перспективных целей деятельности с учетом условий, средств, личностных возможностей, этапов карьерного роста, временной перспективы развития деятельности и требований рынка труда.	Знать: системы социальных взаимодействий и программы поведения, обеспечивающие оптимальные условия жизнедеятельности и нейтрализующие негативные последствия пережитых жизненных напряжений и проблем в соответствии с возрастными возможностями и индивидуально-личностными особенностями; Уметь: помочь человеку в сложных жизненных

	<p>3.1_Б.УК-6. Реализует намеченные цели деятельности с учетом условий, средств, личностных возможностей, этапов карьерного роста, временной перспективы развития деятельности и требований рынка труда.</p> <p>4.1_Б.УК-6. Критически оценивает эффективность использования времени и других ресурсов при решении поставленных задач, а также относительно полученного результата.</p> <p>5.1_Б.УК-6. Демонстрирует интерес к учебе и использует предоставляемые возможности для приобретения новых знаний и навыков</p>	<p>ситуациях, будь то подростковые, детско-родительские, супружеские проблемы или жесткий профессиональный отбор и конкуренция в деловом мире;</p> <p>Владеть: средствами практической помощи и психологической поддержки личности, испытывающей затруднения в решении жизненных проблем, преодолевающей последствия социальных и природных аномалий и катастроф, в организации оптимальных условий жизнедеятельности, способствующих наилучшей социальной и психологической адаптации и снятию напряжения и следствий пережитых травмирующих ситуаций, преодолению посттравматических стрессовых нарушений</p>
--	--	--

4. Структура и содержание дисциплины «Психология»

Общая трудоемкость дисциплины «Психология» составляет 4 зачетные единицы, 144 часа.

№ п/п	Раздел дисциплины	Се м е ст р	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)			Формы текущего контроля успеваемости (по неделям семестра) Формы промежуточной аттестации (по семестрам)
			Лек	Пра ктич ески е	СРС	
3 семестр						
1	Обзор методов психологии. Научение и другие методы воздействия на поведение	3	1	-	8	Контроль самостоятельной подготовки
2	Восприятие. Совершенствование памяти. Мышление	3	1	-	8	Контрольные вопросы, контроль самостоятельно

						й подготовки
3	Этапы развития	3	-	1	8	Контроль самостоятельной подготовки
4	Мотивация	3	-	1	8	Контроль самостоятельной подготовки
	Всего за 3 семестр		2	2	32	
4 семестр						
5	Эмоции. Аномальное поведение. Психологическая помощь	4	1	-	25	Контрольные вопросы и рефераты
6	Выбор стиля жизни. Коммуникация	4	1	-	25	Контрольные вопросы и рефераты
7	Установки, предубеждения и дискриминация	4	-	1	25	Контрольные вопросы и рефераты
8	Продуктивность групповой работы	4	-	1	20	Контрольные вопросы и рефераты
	Всего за 4 семестр		2	2	95	
Итого			4	4	127	
Промежуточная аттестация		9				Экзамен
Общая трудоёмкость дисциплины		144				

Содержание дисциплины «Психология»

3 семестр

Тема 1. Обзор методов психологии. Научение и другие методы воздействия на поведение

Отрасли психологии. Психология и культурные предрассудки. Культура и самосознание

Методы психологии. Наблюдение. Метод анализа конкретных ситуаций. Опрос. Метод корреляции. Эксперимент.

Классическое обусловливание. Воспроизведение действия как критерий научения. Рефлексы. Эмоциональные реакции. Процесс классического обусловливания. Применение классического обусловливания. Актерская игра и притворство. Борьба с фобиями. Нежелательное поведение. Использование классического обусловливания в медицине.

Оперантное обусловливание. Положительное подкрепление. Отрицательное подкрепление. Наказание. Как наказывать? Виды наказаний. Подкрепление или наказание? Поэтапное научение. Модификация поведения. Моделирование и подражание.

Угасание нежелательного поведения.

Тема 2. Восприятие. Совершенствование памяти. Мышление

Роль головного мозга в восприятии. Экстероцептивные ощущения. Подпороговые раздражители. Интероцептивные ощущения. Восприятие и внимание. Переключение внимания и контроль над болевыми ощущениями.

Факторы, влияющие на интерпретацию. Ожидания. Факторы культуры. Потребности, мотивации и эмоции. Иллюзии. Расстройства восприятия. Экстрасенсорное восприятие.

Совершенствование процесса вспоминания. Блоки памяти. Совершенствование работы блока долговременной памяти. Как лучше разместить информацию в памяти. Забывание. Вытеснение. Подавление. Амнезия. Угасание и искажение. Интерференция. Роль последовательности в запоминании. Лекарственные средства.

Подготовка к контрольным работам и экзаменам. Совершенствование учебного процесса. Составление учебного графика. Концентрация внимания. Как сдавать экзамены.

Виды мышления. Скрипты. Логическое мышление. Предикативное мышление. Иррациональное мышление. Критическое мышление. Решение проблем. Искусственный интеллект. Развитие творческого мышления. Характерные черты творческих личностей. Обучение креативности.

Тема 3. Этапы развития

Детство. Внутриутробный период. Различные подходы к родовспоможению. Этапы развития. Младенческий возраст. Раннее детство. Подростковый возраст и юность. Физиологические изменения. Изменения в социальном статусе. Интеллектуальное развитие. Молодость. Зрелость и пожилой возраст.

Тема 4. Мотивация

Сознательная и бессознательная мотивация. Физиологические потребности. Любознательность и возбуждение

Потребности и стимулы. Потребность в безопасности и защищенности. Потребность в любви и привязанности. Потребность в достижениях. Трудоголики. Боязнь соперничества. Потребность властвовать. Иерархия потребностей по А. Маслоу. Потребность в самоактуализации. Внутренняя и внешняя мотивация. Удовлетворенность работой. Противодействующие побуждения.

4 семестр

Тема 5. Эмоции. Аномальное поведение. Психологическая помощь

Описание эмоций. Значение мимики и жестов. Физиологические проявления эмоций. Влияние физиологии на эмоции. Измерение физиологических реакции, связанных с эмоциями. Типы эмоций. Гнев и агрессия. Как справиться с гневом. Радость. Страх. Эмоциональный стресс. Источники стресса. Как справиться со стрессом. Стресс и иммунная система. Стресс и болезни.

Фобии. Проблемы диагностики. DSM-IV. Тревожные расстройства. Расстройства приема пищи. Обсессивно-компульсивное расстройство. Посттравматическое стрессовое расстройство. Соматоформные расстройства. Диссоциативные расстройства. Расстройства настроения. Депрессия. Биполярное аффективное расстройство. Наркомания и алкоголизм. Самоубийство. Диссоциальное расстройство личности. Пограничное расстройство личности. Шизофрения. Органические психические расстройства.

Профессиональная помощь. Самопомощь. Метод биологической обратной связи. Самоконтроль. Группы самопомощи. Как помогать другим. Проблемы, требующие вмешательства профессионала. Методы индивидуальной психотерапии. Результаты индивидуальной психотерапии. Групповая психотерапия. Медицинский подход к лечению психических расстройств. Программы социальной помощи. Профилактика. Амбулаторное лечение. Преодоление кризиса. Как найти профессионального психотерапевта

Тема 6. Выбор стиля жизни. Коммуникация

Гендерные роли. Родительское влияние на формирование полоролевой идентичности ребенка. Гендерные различия. Эволюция представлений о гендерных ролях.

Любовь и брак. Гетеросексуальные отношения. Влечение. Эмоциональная близость. Сексуальная близость. Гражданский брак. Брак: цифры и факты. Удачные браки. Изменения супружеских ролей. Подготовка к браку. Распад семьи. Смерть супруга. Развод. Адаптация к разводу. Дети разведенных родителей. Жизнь вне брака.

Совершенствование навыков общения. Искусство слушать. Вербальная коммуникация. Совершенствование навыков вербального общения. Совершенствование навыков письменной речи. Анализ вербальных выражений. Денотаты и коннотации. Ассертивность. Невербальная коммуникация. Художественные произведения и символы. Внешность и язык тела. Культурные различия. Модели коммуникации. Коммуникационная сеть. Ответственность. Искренность. Окно Джогари. Разрешение конфликтов

Тема 7. Установки, предубеждения и дискриминация

Формирование установок. Первое впечатление. Негативная и позитивная установки. Формирование предубеждения. Формирование альтруистической установки. Изменение установок. Убедительность. Методы убеждения. Пропаганда и «промывание мозгов»

Тема 8. Продуктивность групповой работы

Сплоченность. Природа группы. Групповые нормы. Групповые цели. Продуктивность групповой работы. Конформизм и уступчивость. Факторы, порождающие конформизм и уступчивость. Повиновение. Огруппление мышления. Склонность к риску. Паническое поведение. Лидерство. Типы лидеров. Теории лидерства. Стили лидерства. Стратегии лидерства

5. Образовательные технологии, применяемые при освоении дисциплины

В учебном процессе при реализации компетентностного подхода используются лекционные и практические занятия, в том числе в форме активных и интерактивных форм проведения занятий: (в виде элементов тренингов, деловых и ролевых игр, разбора конкретных ситуаций) в сочетании с внеаудиторной работой.

Удельный вес занятий, проводимых в интерактивных формах, составляет более 50% из объема часов, отводимых на аудиторские занятия. Во время семинаров и самостоятельной работы студентами обеспечивается доступ к сети Интернет.

Студенты выполняют задания, самостоятельно обращаясь к учебной, справочной литературе и научным публикациям по психологии. Проверка выполнения заданий осуществляется как на семинарских занятиях с помощью устных выступлений студентов и их коллективного обсуждения, так и с помощью письменных самостоятельных (контрольных) работ.

Для развития и совершенствования коммуникативных способностей студентов организуются специальные учебные занятия в виде тренингов, ролевых и деловых игр, при подготовке к которым студенты заранее распределяются по группам, каждая из которых решает конкретную задачу в рамках общей обсуждаемой или решаемой проблемы.

В ходе самостоятельной работы при подготовке к лабораторным работам и экзамену студентам рекомендуется использовать учебники и учебные пособия. Основная и дополнительная литература по курсу и отдельным темам указана в рабочей программе, а современная, может быть предложена преподавателями в ходе чтения лекций и при проведении других видов занятий.

Изучение дисциплины «Психология» завершается сдачей экзамена. Каждому из обучаемых будет предложено ответить на вопросы, носящие теоретический и прикладной характер, показывающие знание основ психологии, методов психологии.

Для студентов с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов предусмотрены следующие формы организации педагогического процесса и контроля

знаний:

- для слабовидящих:

обеспечивается индивидуальное равномерное освещение не менее 300 люкс;

для выполнения контрольных заданий при необходимости предоставляется увеличивающее устройство;

задания для выполнения, а также инструкция о порядке выполнения контрольных заданий оформляются увеличенным шрифтом (размер 16-20);

- для глухих и слабослышащих:

обеспечивается наличие звукоусиливающей аппаратуры коллективного пользования, при необходимости студенту предоставляется звукоусиливающая аппаратура индивидуального пользования;

- для лиц с тяжелыми нарушениями речи, глухих, слабослышащих все контрольные задания по желанию студентов могут проводиться в письменной форме.

Основной формой организации педагогического процесса является интегрированное обучение инвалидов, т.е. все студенты обучаются в смешанных группах, имеют возможность постоянно общаться со сверстниками, легче адаптируются в социуме.

6. Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы студентов. Оценочные средства для текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации по итогам освоения дисциплины.

Рабочей программой дисциплины предусмотрена самостоятельная работа студентов в объеме 127 часов.

При изучении дисциплины следует особое внимание обращать на термины и определения. Они зачастую специфичны, несут в себе сложную смысловую нагрузку, от правильного их уяснения и использования зависит грамотное, квалифицированное применение на практике методов, инструментов психологии.

Данный учебный курс предполагает достаточный объем самостоятельной работы студентов. Желательно аудиторные занятия посещать после самостоятельного ознакомления с основными и дополнительными источниками согласно рекомендуемому списку, в результате чего на лекционных и семинарских занятиях будет возможно уделять больше внимания уяснению особенностей, так называемых «тонкостей» рассматриваемых вопросов, обсуждению и анализу проблем, возникающих в области психологии, что, несомненно, будет способствовать повышению качества подготовки студентов.

Самостоятельная работа проводится с целью углубления знаний студентов по данной дисциплине и предусматривает изучение дополнительной литературы и выполнение заданий, представленных в фонде оценочных средств, а также подготовку к промежуточной аттестации по представленным вопросам. Фонд оценочных средств дисциплины включает в себя темы рефератов, тестовые задания, задачи, вопросы к промежуточной аттестации (приложение 1).

Под формами контроля подразумеваются рубежная аттестация в виде тестирования, написание творческих работ (рефератов). При этом итоговая аттестация проводится в период сессии.

6.1. Виды самостоятельной работы

Раздел / Тема дисциплины	Вид самостоятельной работы	Литература
Темы 1-8	проработка конспектов лекций и вопросов, вынесенных на самостоятельное изучение с помощью	Караванова Л. Ж. Психология [Электронный ресурс]. Москва : Издательско-торговая корпорация "Дашков и К", 2015. - 264 с. - ISBN 978-5-394-02247-0 : Б. ц. ЭБС IPRbooks. Гуревич П.С. Психология [Электронный

	основной и дополнительной литературы	ресурс] : Учебник / П. С. Гуревич. - 2. - Москва : ООО "Научно-издательский центр ИНФРА-М", 2015. - 332 с. - ISBN 978-5-16-009651-3 : Б. ц. ЭБС Инфра М.
	Работа с источниками. Подготовка докладов и сообщений на семинарское занятие. Выполнение практических заданий.	Караванова Л. Ж. Психология [Электронный ресурс]. Москва : Издательско-торговая корпорация "Дашков и К", 2015. - 264 с. - ISBN 978-5-394-02247-0 : Б. ц. ЭБС IPRbooks. Гуревич П.С. Психология [Электронный ресурс] : Учебник / П. С. Гуревич. - 2. - Москва : ООО "Научно-издательский центр ИНФРА-М", 2015. - 332 с. - ISBN 978-5-16-009651-3 : Б. ц. ЭБС Инфра М.

6.2. Вопросы для углубленного самостоятельного изучения

1. Отрасли психологии.
2. Методы психологии.
3. Подпороговые раздражители.
4. Восприятие и внимание.
5. Расстройства восприятия. Экстрасенсорное восприятие
6. Классическое обусловливание.
7. Оперантное обусловливание.
8. Виды наказаний.
9. Поэтапное научение.
10. Модификация поведения.
11. Моделирование и подражание.
12. Блоки памяти.
13. Совершенствование работы блока долговременной памяти.
14. Как лучше разместить информацию в памяти.
15. Подготовка к контрольным работам и экзаменам.
16. Составление учебного графика.
17. Виды мышления.
18. Решение проблем.
19. Развитие творческого мышления.
20. Материнство и отцовство.
21. Стилль воспитания детей
22. Детство.
23. Подростковый возраст и юность.
24. Молодость
25. Зрелость и пожилой возраст
26. Сознательная и бессознательная мотивация.
27. Потребности и стимулы.
28. Иерархия потребностей по А. Маслоу.
29. Внутренняя и внешняя мотивация.
30. Типы эмоций.
31. Эмоциональный стресс.
32. «Я»-концепция и личность.
33. Механизмы психологической защиты.
34. Методы исследования личности.
35. Типы личности.

36. Фобии.
37. Расстройства настроения.
38. Наркомания и алкоголизм.
39. Метод биологической обратной связи.
40. Методы индивидуальной психотерапии.
41. Групповая психотерапия.
43. Программы социальной помощи.
44. Гендерные различия.
45. Подготовка к браку.
46. Адаптация к разводу.
47. Вербальная коммуникация.
48. Невербальная коммуникация.
49. Модели коммуникации.
50. Формирование установок.
51. Формирование предубеждения.
52. Методы убеждения.
53. Природа группы.
54. Конформизм и уступчивость.
55. Лидерство.
56. Выбор карьеры.

6.3. Порядок выполнения самостоятельной работы

Самостоятельная подготовка к занятиям осуществляется регулярно по каждой теме дисциплины и определяется календарным графиком изучения дисциплины. Для успешной работы на практическом занятии студент должен прочесть указанную преподавателем литературу, активно участвовать в дискуссии, уметь изложить основные идеи прочитанных источников и дать им аргументированную оценку. Именно устные выступления слушателей на семинарах являются главным критерием высокой итоговой оценки.

В ходе освоения курса предполагается написание не менее 2 научных работ (рефератов/эссе), выполнение заданий и задач, написание курсовой работы.

В рамках самостоятельной работы студент должен:

- исследовать дополнительную научную литературу по проблемам психологии;
- разбирать конкретные психологические ситуации (задачи, казусы),
- работать с учебником и учебно-методическим материалом, самостоятельно изучать отдельные разделы дисциплины.

7. Данные для учета успеваемости студентов в БАРС

Таблица 1.1 Таблица максимальных баллов по видам учебной деятельности

1	2	3	4	5	6	7	8	9
Семестр	Лекции	Лабораторные занятия	Практические занятия	Самостоятельная работа	Автоматизированное тестирование	Другие виды учебной деятельности	Промежуточная аттестация	Итого
3	5	0	15	15	0	0	0	35
4	5	0	15	15	0	0	30	65
Итого	10	0	30	30	0	0	30	100

Программа оценивания учебной деятельности студента 3 семестр

Лекции

Оценивается посещаемость, активность – от 0 до 5 баллов.

Лабораторные занятия

не предусмотрены

Практические занятия

Оценивается активность, полнота ответов, их правильность, уровень подготовки – от 0 до 15 баллов

Самостоятельная работа

Выполнение заданий для самостоятельной работы по дисциплине «Психология» в соответствии методическими указаниями для выполнения. Оценивается правильность оформления, раскрытие вопроса, обоснованность – от 0 до 15 баллов

Автоматизированное тестирование

не предусмотрено

Другие виды учебной деятельности

Не предусмотрены

Промежуточная аттестация

Не предусмотрено

Таким образом, максимально возможная сумма баллов за все виды учебной деятельности студента за 3 семестр по дисциплине «Психология» составляет **35** баллов.

4 семестр

Лекции

Оценивается посещаемость, активность – от 0 до 5 баллов.

Лабораторные занятия

не предусмотрены

Практические занятия

Оценивается активность, полнота ответов, их правильность, уровень подготовки – от 0 до 15 баллов

Самостоятельная работа

Выполнение заданий для самостоятельной работы по дисциплине «Психология» в соответствии методическими указаниями для выполнения. Оценивается правильность оформления, раскрытие вопроса, обоснованность – от 0 до 15 баллов

Автоматизированное тестирование

не предусмотрено

Другие виды учебной деятельности

Не предусмотрены

Промежуточная аттестация – экзамен – от 0 до 30 баллов

Представляет собой устные ответы на два вопроса из перечня контрольных вопросов к курсу по выбору преподавателя. При проведении промежуточной аттестации:

ответ оценивается следующим образом:

24-30 баллов – ответ на «отлично»

16- 23 баллов – ответ на «хорошо»

8-15 баллов – ответ на «удовлетворительно»

0-7 баллов – неудовлетворительный ответ.

Таким образом, максимально возможная сумма баллов за все виды учебной деятельности студента за 4 семестр по дисциплине «Психология» составляет **65** баллов.

Таким образом, максимально возможная сумма баллов за все виды учебной деятельности студента за 3 и 4 семестр по дисциплине «Психология» составляет **100** баллов.

Таблица 2.2 Таблица пересчета полученной студентом суммы баллов по дисциплине «Психология» в оценку (экзамен):

100-85 баллов	отлично
84-68 баллов	хорошо
67 - 50 баллов	удовлетворительно
49-0	неудовлетворительно

8. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины «Психология»:

а) основная литература:

- Гуревич, П. С. Психология : учебник / П.С. Гуревич. — 2-е изд. — М. : ИНФРА-М, 2019. — 332 с. — (Высшее образование: Бакалавриат). — www.dx.doi.org/10.12737/5238. - ISBN 978-5-16-009651-3. - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/1009054>
- Мальцева, Т. В. Психология : учеб. пособие / Т.В. Мальцева. — Москва :

порация "Дашков и К", 2015. - 264 с. - ISBN 978-5-394-02247-0 : Б. ц. ЭБС IPRbooks.
Гуревич П.С. Психология [Электронный ресурс] : Учебник / П. С. Гуревич. - 2. - Москва : ООО "Научно-издательский центр ИНФРА-М", 2015. - 332 с. - ISBN 978-5-16-009651-3 : Б. ц. ЭБС Инфра М.

Ступницкий В. П. Психология [Электронный ресурс] : учебник для бакалавров / Ступницкий В. П. - Москва : Дашков и К, 2014. - 518 с. - ISBN 978-5-394-02063-6 : Б. ц. Книга находится в базовой версии ЭБС IPRbooks.

б) программное обеспечение и Интернет-ресурсы:

[http:// www.ht.ru](http://www.ht.ru)
[http:// ww.psytest.ru](http://ww.psytest.ru)

9. Материально-техническое обеспечение дисциплины

- компьютерный класс,
- мультимедийное оборудование,
- информационные базы данных,
- оборудованные учебные классы

Программа составлена в соответствии с требованиями ФГОС ВО по направлению подготовки 39.03.02 «Социальная работа»
Автор: доцент кафедры М.В. Жижина *МВ*

Программа одобрена на заседании кафедры общей и социальной психологии *МВ*
04 2019 года, протокол № 9