

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

УТВЕРЖДАЮ
Декан факультета психологии
Л.Н. Аксеновская
"31" 05 2023 г.

Рабочая программа дисциплины
Психотехники саморегуляции в тренинге

Направление подготовки
37.03.01 Психология

Квалификация (степень) выпускника
Бакалавр

Форма обучения
очная

Саратов,
2023

Статус	ФИО	Подпись	Дата
Преподаватель-разработчик	А.А. Карелин		31.05.23
Председатель НМК	Е.И. Балакирева		31.05.23
Заведующий кафедрой	С.В. Фролова		31.05.23
Специалист Учебного управления			

1. Цели освоения дисциплины

Целями освоения дисциплины (модуля) «Психотехники саморегуляции в тренинге» являются:

1. Приобретение знаний об основных методах, используемых в научной и практической работе психолога по саморегуляции.
2. Приобретение умений адекватного использования этих методов.
3. Приобретение умений написания отчетов о результатах использования основных методов в научном исследовании, диагностическом обследовании и при оказании воздействия на человека.

Задачи:

1. Изучение правил использования основных методов, их возможностей, ограничений и проблем.
2. Выполнение учебных заданий, направленных на освоение необходимых методических умений.
3. Выполнение учебных заданий с целью сбора данных различными методами с последующей их статистической обработкой, анализом и представлением.
4. Выполнение учебных заданий с целью оказания воздействия на человека различными методами с последующим анализом полученных результатов.
5. Изучение отдельных методов через наблюдение за их использованием специалистами-психологами с последующим анализом способов и результатов их работы.
6. Написание отчетов о результатах проведенных с помощью различных методов исследований, диагностических обследований и оказания воздействий в соответствии с общепринятыми в психологии требованиями.

2. Место дисциплины в структуре ООП бакалавриата

Дисциплина «Психотехники саморегуляции в тренинге» (Б1.В.ДВ.5.01) относится к дисциплинам части, формируемых участниками образовательных отношений. Дисциплины по выбору (Б1.В. ДВ.5.) Блока 1 «Дисциплины (модули)» учебного плана ООП по направлению подготовки 37.03.01 Психология. Её освоение происходит в 7 семестре.

Связь с предшествующими дисциплинами. Вводные знания, умения и компетенции, необходимые для изучения данного курса, формируются в процессе изучения таких дисциплин, как «Эмоционально-волевая регуляция деятельности», «Теоретические основы психологии здоровья», «Основы психотехнологии тренинга».

Связь с последующими дисциплинами. Освоение дисциплины «Психотехники саморегуляции в тренинге» предваряет курс «Основы психологического просвещения», «Актуальные проблемы прикладной психологии», «Психологические тренинги в образовательных учреждениях» закладывая теоретико-методологические и методические основы для их качественного усвоения.

3. Результаты обучения по дисциплине (модуля) «Психотехники саморегуляции в тренинге»

Код и наименование компетенции	Код и наименование индикатора (индикаторов) достижения компетенции	Результаты обучения
ПК1- Способен планировать и осуществлять научно-обоснованное психологическое исследование, анализировать, в т.ч. с применением методов математической статистики, и обобщать его результаты с целью выявления психологических проблем разных социальных, учебных и профессиональных групп, критически оценивать полученные результаты, эффективность примененных психологических методов и методик.	ПК1. 1.1. Знает методологические принципы и способы психологического исследования с целью выявления психологических проблем разных социальных групп, оценки эффективности психологических методов и методик для целей и задач научного исследования.	Знать методологические принципы и способы психологического исследования. Уметь определять психологические проблемы разных социальных групп. Владеть эффективными психологическими методами и методиками для достижения целей и решения задач научного исследования.
	ПК1. 1.2. Умеет осуществлять научно-обоснованный выбор психологического диагностического инструментария для целей и задач научного исследования.	Знать психологический диагностический инструментарий, позволяющий провести научное исследование. Уметь осуществлять научно-обоснованный выбор психологического диагностического инструментария для проведения конкретного исследования. Владеть психологическим диагностическим инструментарием для целей и задач конкретного научного исследования.
	ПК1. 1.3. Владеет навыками планирования и проведения психологического диагностического исследования, анализа и обобщения эмпирических результатов исследований согласно целям и задачам данного исследования.	Знать способы планирования и проведения психологического диагностического исследования. Уметь анализировать и обобщать эмпирические результаты психологических исследований согласно целям и задачам конкретного исследования. Владеть навыками планирования и проведения

		психологического диагностического исследования.
--	--	---

Код и наименование компетенции	Код и наименование индикатора (индикаторов) достижения компетенции	Результаты обучения
ПК-2 Способен подобрать комплекс психологических методик с целью выявления психологических проблем разных социальных групп клиентов, психолого-педагогического сопровождения образовательного процесса, услуги по подбору персонала, оценки и развития персонала.	ПК2. 1.1. Знает методологические и этические принципы, методы и методики психодиагностики для решения задач профессиональной деятельности.	Знать этические и методологические принципы, методы и методики психодиагностики. Уметь применять методы и методики психодиагностики для решения задач профессиональной деятельности. Владеть методами и методиками психодиагностики.
	ПК2. 1.2. Умеет осуществлять научно-обоснованный выбор психологического диагностического инструментария для выявления психологических проблем разных социальных групп клиентов и других задач профессиональной деятельности.	Знать психологический диагностический инструментарий для выявления психологических проблем разных социальных групп и клиентов. Уметь осуществлять научно-обоснованный выбор психологического диагностического инструментария. Владеть психологическим диагностическим инструментарием.
	ПК2. 1.3. Владеет навыками планирования психодиагностического обследования с целью предоставления психологических услуг лицам разных возрастов и социальных групп, психолого-педагогического сопровождения	Знать особенности разных ситуаций проведения психодиагностических обследований . Уметь планировать психодиагностическое обследование. Владеть навыками планирования и проведения психодиагностического

	образовательного процесса в образовательных организациях общего, профессионального и дополнительного образования, сопровождения основных и дополнительных образовательных программ, услуги по подбору персонала .	обследования лиц разных возрастов и социальных групп.
--	---	---

Код и наименование компетенции	Код и наименование индикатора (индикаторов) достижения компетенции	Результаты обучения
ПК-3 Способен спланировать, реализовать, критически оценить комплекс просветительских мероприятий с целью профилактики негативных социальных проявлений в поведении социальных групп и отдельных лиц в рамках психолого-педагогического сопровождения образовательного процесса, психологического сопровождения управленческого процесса, деятельности по оценке и развитию персонала.	ПК-3 3.1. Знает технологии психологического просвещения в рамках, психолого-педагогического сопровождения образовательного процесса в образовательных организациях, сопровождения основных и дополнительных образовательных программ, деятельности по оценке и развитию персонала, с целью профилактики негативных социальных проявлений в поведении социальных групп и отдельных лиц.	Знать технологии психологического просвещения с целью профилактики негативных социальных проявлений в поведении социальных групп и отдельных лиц. Уметь выбирать и планировать технологии психологического просвещения с целью профилактики негативных социальных проявлений в поведении социальных групп и отдельных лиц. Владеть технологиями психологического просвещения в рамках, психолого-педагогического сопровождения образовательного процесса в образовательных организациях, сопровождения основных и дополнительных образовательных программ, деятельности по оценке и развитию персонала, с

	ПК-3 3.2. Умеет разрабатывать и критически оценивать программы психологического просвещения исходя из целей и задач профессиональной деятельности.	Знать программы психологического просвещения и способы их критического оценивания исходя из целей и задач профессиональной деятельности. Уметь разрабатывать и критически оценивать программы психологического просвещения. Владеть способами разработки программ психологического просвещения в соответствии с целями и задачами профессиональной деятельности.
	ПК-3 3.3. Владеет навыками реализации программ психологического просвещения с целью профилактики негативных социальных проявлений в поведении социальных групп и отдельных лиц, а также просветительно-профилактической работы в рамках, психолого-педагогического сопровождения образовательного процесса в образовательных организациях, сопровождения основных и дополнительных образовательных программ, деятельности по оценке и развитию персонала.	Знать способы реализации программ психологического просвещения с целью профилактики негативных социальных проявлений в поведении социальных групп и отдельных лиц. Уметь организовывать процесс реализации программ психологического просвещения с целью профилактики негативных социальных проявлений в поведении социальных групп и отдельных лиц. Владеть навыками реализации программ психологического просвещения с целью профилактики негативных социальных проявлений в поведении социальных групп и отдельных лиц, а также просветительно-профилактической работы с ними.

Код и наименование компетенции	Код и наименование индикатора (индикаторов) достижения компетенции	Результаты обучения
--------------------------------	--	---------------------

ПК-4 Способен обобщать результаты научно-обоснованного психологического исследования, в форме научных статей и отчетов, просветительских лекций, буклетов и иных материалов, предназначенных для психологической профилактики и просвещения, в т.ч. для размещения в сети Интернет и реализуемых в он-лайн формате.	ПК-4. 4.1. Способен обобщать результаты научно-обоснованного психологического исследования в форме научных статей и отчетов,	Знать современные требования к научным статьям и отчётам. Уметь обобщать результаты научно-обоснованного психологического исследования. Владеть современным языком научного психологического изложения и описания результатов исследования.
	ПК4.4.2. Способен оформить результаты научно-исследовательской работы в виде просветительских лекций (буклетов и иных материалов), предназначенных для психологической профилактики и просвещения, в т.ч. для размещения в сети Интернет и реализуемых в он-лайн формате.	Знать возможности использования сети Интернет и он-лайн формата для размещения научных просветительских материалов по психологии. Уметь излагать результаты научных исследований в виде просветительских лекций. Владеть возможностями эффективного и эффектного размещения просветительских материалов в сети Интернет и в он-лайн формате.
	ПК4.4.3. Способен представить результаты научно-исследовательской работы в виде доклада на научной конференции, лекции.	Знать особенности представления результатов научных исследований в форме докладов на научных конференциях. Уметь использовать возможности научных конференций для представления результатов психологических исследований. Владеть возможностями свободной дискуссии во время научных конференций для изложения и конструктивной критики коллегами результатов своих психологических исследований.

Код и наименование компетенции	Код и наименование индикатора (индикаторов) достижения компетенции	Результаты обучения
--------------------------------	--	---------------------

ПК-5 Способен участвовать в организации управленческих процессов в органах государственной и муниципальной власти и управления, в органах местного самоуправления, бизнес-структурах, международных организациях, средствах массовой информации	ПК.5.1 Реализует организационное обеспечение деятельности организации, прием и распределение телефонных звонков, организацию работы с посетителями организации, выполнение координирующих и обеспечивающих функций.	Знать организационное обеспечение деятельности организации. Уметь работы с посетителями организации. Владеть приёмами организационной работы.
	ПК-5.2. Готовит организационное, документационное и информационное обеспечение деятельности руководителя организации, органов государственной и муниципальной власти и управления, в органах местного самоуправления, бизнес-структурах, международных организациях, средствах массовой информации, обеспечивает информационное взаимодействие руководителя с подразделениями и должностными лицами организации	Знать организационное, документационное и информационное обеспечение деятельности руководителя организации, органов государственной и муниципальной власти и управления. Уметь обеспечивать информационное взаимодействие руководителя с подразделениями и должностными лицами организации. Владеть навыками взаимодействия со средствами массовой информации.
	ПК - 5.3. Имеет практический опыт ведения деловой переписки и подготовки служебных документов в пределах своей зоны ответственности	Знать правила ведения деловой переписки и подготовки служебных документов. Уметь практически вести деловую переписку и готовить документы. Владеть навыками работы с деловой информацией.

4. Структура и содержание дисциплины (модуля) «Психотехники саморегуляции в тренинге»

Общая трудоемкость дисциплины составляет 4 зачетных единиц 144 часов.

№ п/п	Раздел дисциплины	Сем естр	Неделя семестра	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу	Формы текущего контроля успеваемости (по
----------	----------------------	-------------	--------------------	---	--

				студентов и трудоемкость (в часах)				неделям семестра) Формы промежуточной аттестации (по семестрам)
				Лек ции	!!Прак ! тичес! ! кие !	ИКР !	СРС !	
1 Раз- дел	Психотехники направленной визуализации в тренинге	7	1 - 10					Формы текущего контроля успеваемости: контроль самостоятельной подготовки и участия в практических занятиях, доклады, рефераты.
1	1.1. Предмет и задачи курса, краткая история изучения психического образа, современное состояние и перспективы исследования.		1	3	3	2	1	Формы текущего контроля успеваемости: контроль самостоятельной подготовки и участия в практических занятиях, доклады, рефераты.
2	1.2. Метологи- ческие основы изучения регулирующей функции психического образа.		2	3	3	2	1	Формы текущего контроля успеваемости: контроль самостоятельной подготовки и участия в практических занятиях, доклады, рефераты.
3	1.3.Роль категории отражения, взаимодействия, деятельности в исследовании психического образа.		3	3	3	2	1	Формы текущего контроля успеваемости: контроль самостоятельной подготовки и участия в практических занятиях, доклады, рефераты.
4	1.4.Стимульная и деятельностная		4	3	3	2	1	Формы текущего контроля успеваемости:

	парадигмы функциональной структуры психического образа.							контроль самостоятельной подготовки и участия в практических занятиях, доклады, рефераты.
5	1.5. Понятие «образа мира». Образ мира как исходный пункт и результат любого познавательного процесса.		5	3	3	2	1	Формы текущего контроля успеваемости: контроль самостоятельной подготовки и участия в практических занятиях, доклады, рефераты.
6	1.6. Принцип «уподобления» в психологии.		6	3	3	2	1	Формы текущего контроля успеваемости: контроль самостоятельной подготовки и участия в практических занятиях, доклады, рефераты.
2 Раз-дел	Тренинг эффективной коммуникации	7	11 - 17					Формы текущего контроля успеваемости: контроль самостоятельной подготовки и участия в практических занятиях, доклады, рефераты.
7	2.1. Место коммуникации в структуре психотерапевтического воздействия.		7 -8	3	3	2	1	Формы текущего контроля успеваемости: контроль самостоятельной подготовки и участия в практических занятиях, доклады, рефераты.
8	2.2. Структура коммуникации (основные этапы).		9 - 10	3	3	2	1	Формы текущего контроля успеваемости: контроль самостоятельной подготовки и участия в практических занятиях, доклады, рефераты.

								занятиях, доклады, рефераты.
9	2.3. Вербальные и невербальные реакции партнера по коммуникации.		11 - 12	4	4	2	1	Формы текущего контроля успеваемости: контроль самостоятельной подготовки и участия в практических занятиях, доклады, рефераты.
10	2.4. Уровни присоединения к партнеру по коммуникации.		13 - 14	4	4	3	1	Формы текущего контроля успеваемости: контроль самостоятельной подготовки и участия в практических занятиях, доклады, рефераты.
11	2.5. Технологии изменения партнера в процессе коммуникативного взаимодействия.		15 - 17	4	4	3	2	Формы текущего контроля успеваемости: контроль самостоятельной подготовки и участия в практических занятиях, доклады, рефераты.
	Итого 144			36	36	24	12	Форма промежуточной аттестации – экзамен -36.

Содержание дисциплины (модуля) «Психотехники саморегуляции в тренинге»

Раздел 1. Психотехники направленной визуализации в тренинге

1.1. Предмет и задачи курса, краткая история изучения психического образа, современное состояние и перспективы исследования, методологическое прикладное значение исследований психического образа.

1.2 Методологические основы изучения регулирующей функции психического образа.

Роль категории отражения в исследовании психического образа.

Роль категорий взаимодействия и активности в исследованиях психического образа.

Роль категории деятельности в исследованиях психического образа.

Исторически сформировавшиеся парадигмы изучения функциональной структуры психического образа.

Стимульная парадигма функциональной структуры психического образа.

Деятельностная парадигма функциональной структуры психического образа.

Понятие «образа мира».

Образ мира как исходный пункт и результат любого познавательного процесса.

Принцип активности и его реализация в понятии «образ мира».

Принцип «уподобления» в психологии.

Принцип уподобления как общий объяснительный принцип природы непосредственного чувственного отражения.

Экспериментальные исследования, проведённые под руководством А.Н. Леонтьева, механизма непосредственного чувственного отражения природы воздействующих свойств действительности.

Оперативный образ.

Теория оперативного образа в психологии.

1.17. Уровни психического отражения.

Сенсорно-перцептивный уровень психического отражения.

Уровень представлений и вербально-логический уровень психического отражения.

Классификация образных явлений.

Возможные основания классификации образных явлений.

Описание различных классов образных явлений.

Модальная структура психического образа.

Роль сенсорных модальностей в структуре психического образа.

Модальность образа и стратегий мыслительных процессов.

Субмодальная структура психического образа.

Понятие «субмодальности».

Изменение субмодальной структуры психического образа.

Раздел 2. Тренинг эффективной коммуникации.

Место коммуникации в структуре психотерапевтического воздействия.

Структура коммуникации (основные этапы).

Этап выяснения значения реакций партнера по коммуникации (калибровка).

Вербальные и невербальные реакции партнера по коммуникации.

Этап присоединения к реакциям партнера по коммуникации.

Уровни присоединения.

Присоединение к физиологическим реакциям партнера по коммуникации.

Присоединение к образу мира партнера по коммуникации.

Присоединение к модальности партнера по коммуникации.

2.10. Присоединение к лингвистическим и экстралингвистическим особенностям речи партнера по коммуникации.

Присоединение к концепции субъективной причинности партнера по коммуникации.

Присоединение к первичным способам классификации опыта партнера по коммуникации.

Присоединение к особенностям структуры мотивации партнера по коммуникации.

2.15. Этап проверки присоединения к партнеру по коммуникации.

2.16. Этап побуждения партнера к изменениям (ведение).

5. Образовательные технологии

При освоении курса «Психотехники саморегуляции в тренинге» используются образовательные технологии, которые направлены на развитие творческой активности и инициативы студента, повышение уровня его мотивации, ответственности за качество освоения образовательной программы и позволяющие формировать у обучающихся требуемые образовательной программой общекультурные и профессиональные компетенции. Этому способствуют следующие активные инновационные методы обучения.

Проблемная лекция. Знания на такой лекции вводятся как «неизвестное», которое необходимо «открыть». Проблемная лекция начинается с вопросов, с постановки проблемы, которую в ходе изложения материала необходимо решить. При этом выдвигаемая проблема требует не однотипного решения, готовой схемы которого нет. Данный тип лекции строится таким образом, что деятельность студента по ее усвоению приближается к поисковой, исследовательской. На подобных лекциях обязателен диалог преподавателя и студентов. Данный тип лекции используется при введении знаний по отдельным темам.

Лекция – пресс-конференция. Предполагает объявление темы лекции и предложение студентам письменно задавать вопросы преподавателю по данной теме. Студент обязан сформулировать вопросы в течение 5 минут. Далее преподаватель сортирует поступившие записки и читает лекцию в форме связного раскрытия темы, в процессе которого формулируются ответы на заданные вопросы. В конце лекции преподаватель проводит итоговую оценку вопросов, выявляя знания и интересы обучающихся. Проведение подобной лекции в начале изучения темы или раздела направлено на выявление круга интересов студентов и степень их подготовленности к работе. Ведение такой лекции в середине изучаемого раздела направлено на привлечение внимания студентов к его важнейшим моментам. Наконец, в завершении изучения раздела чтение подобной лекции имеет целью подведение итогов освоения данного тематического блока и систематизацию полученных студентами знаний.

Практические занятия - форма обучения с организацией обсуждения призвана активизировать работу студентов при освоении теоретического материала, изложенного на лекциях, используется при освоении всех тем и

разделов дисциплины «Психотехники саморегуляции». Среди видов активности на практических занятиях анализируются и оцениваются:

- содержание и презентация доклада,
- ответы на поставленные вопросы,
- дополнения к основному докладу,
- постановка проблемных вопросов по обсуждаемым темам (данная форма активности призвана формировать культуру научного мышления, навыки постановки гипотез, активизировать творческий поиск и т.д.),
- участие в дискуссиях.

Все используемые в ходе изучения дисциплины «Психотехники саморегуляции в тренинге» образовательные технологии учитывают, что среди студентов могут обучаться люди с ограниченными физическими возможностями и инвалиды, специфические потребности которых необходимо принимать во внимание в процессе преподавания.

Обучающиеся инвалиды и лица с ограниченными возможностями здоровья обеспечиваются печатными и электронными образовательными ресурсами в формах, адаптированных к ограничениям их здоровья.

Удельный вес занятий, проводимых в интерактивных формах, составляет от 70% до 100% аудиторных занятий, что соответствует требованиям ФГОС ВО и главной цели ООП подготовки бакалавров по направлению 37.03.01 «Психология».

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

Виды самостоятельной работы. В курсе изучения «Психотехники саморегуляции в тренинге» предполагаются следующие виды самостоятельной работы:

- подготовка к практическим занятиям (6.1);
- написание рефератов по отдельным разделам дисциплины (6.2);
- выполнение тестовых заданий (6.3);
- подготовка к зачету по контрольным вопросам изучаемой дисциплины (6.4).

Порядок выполнения самостоятельной работы. Самостоятельная подготовка к практическим занятиям осуществляется регулярно по каждому разделу дисциплины и определяется календарным графиком изучения дисциплины.

В ходе освоения курса предполагается написание реферата. Время, отводимое на подготовку реферата – от 2 недель до месяца, но работа должна быть предъявлена для проверки не позднее, чем за неделю до начала сессии.

Порядок осуществления текущего контроля. Текущий контроль выполнения самостоятельной работы по подготовке к практическим

занятиям осуществляется регулярно (еженедельно), начиная с первой недели семестра.

Контроль и оценивание рефератов может происходить как в течение семестра, так и на его последней неделе, что может определяться выбором темы реферата студента из различных разделов осваиваемой дисциплины. Подготовка рефератов может осуществляться в течение нескольких месяцев.

Текущий контроль освоения отдельных разделов дисциплины осуществляется при помощи выступлений на практических заданиях при изучении каждого раздела.

Задания для подготовки к практическим занятиям с указанием разделов.

Раздел 1. Психотехники направленной визуализации в тренинге.

Изучаемые в ходе практических занятий вопросы:

1. Уровень развития образной сферы человека.
2. Знакомство с образами первой ступени саморегуляции на базе основной ступени символдрамы.
3. Знакомство с образами второй ступени саморегуляции на базе основной ступени символдрамы.
4. Знакомство с модальной организацией субъективного опыта человека.
5. Знакомство с субмодальной организацией субъективного опыта человека.

Раздел 2. Тренинг эффективной коммуникации.

Изучаемые в ходе практических занятий вопросы:

1. Наблюдение как основа процесса калибровки.
2. Калибровка двигательных реакций партнера по коммуникации.
3. Калибровка дыхательных ритмов партнера по коммуникации.
4. Калибровка глазодвигательных реакций партнера по коммуникации.
5. Калибровка субъективной концепции причинности партнера по коммуникации.
6. Присоединение к двигательным реакциям партнера по коммуникации.
7. Присоединение к дыхательным ритмам партнера по коммуникации.
8. Присоединение к глазодвигательным реакциям партнера по коммуникации.
9. Присоединение к субъективной концепции причинности партнера по коммуникации.
10. Способы проверки присоединения и навыки ведения партнера по коммуникации.

Практические задания к разделу 1 «Психотехники направленной визуализации в тренинге»

Практическое задание 1. Заранее до проведения практического занятия студентам предлагается предварительно ознакомиться с методами исследования уровня развития образной сферы человека по книге Смирнов С.Д. Психология образа: активность психического отражения. М., 1985.

Студента предлагается использовать упражнение «куст розы» для самостоятельного определения уровня развития образной сферы у нескольких человек.

Во время практического занятия студенты рассказывают о своем опыте применения упражнения и группа обсуждает полученные результаты.

Практическое задание 2. Заранее до проведения практического занятия студентам предлагается предварительно ознакомиться с работами Лёйнера посвящёнными методу символдрамы.

Студентам предлагается использовать на практике ряд упражнений относящихся к первой ступени символдрамы. Достаточно привлечь к работе несколько человек.

Во время практического занятия студенты рассказывают о своем опыте применения упражнений и группа обсуждает полученные результаты.

Практическое задание 3. Заранее до проведения практического занятия студентам предлагается предварительно ознакомиться с работами Лёйнера посвящёнными методу символдрамы.

Студентам предлагается использовать на практике ряд упражнений относящихся ко второй ступени символдрамы. Достаточно привлечь к работе несколько человек.

Во время практического занятия студенты рассказывают о своем опыте применения упражнений и группа обсуждает полученные результаты.

Практическое задание 4. Заранее до проведения практического занятия студентам предлагается предварительно ознакомиться с работами Р. Бендлера Используйте свой мозг для изменений, А. Карелина Снег на листьях.

Студентам предлагается использовать на практике ряд упражнений для ознакомления с модальным уровнем организации психического образа.

Во время практического занятия студенты рассказывают о своем опыте применения упражнений и группа обсуждает полученные результаты.

Практическое задание 5. Заранее до проведения практического занятия студентам предлагается предварительно ознакомиться с работами Р. Бендлера Используйте свой мозг для изменений, А. Карелина Психология изменений.

Студентам предлагается использовать на практике ряд упражнений для ознакомления с субмодальным уровнем организации психического образа.

Во время практического занятия студенты рассказывают о своем опыте применения упражнений и группа обсуждает полученные результаты.

Практические задания к разделу 2 «Тренинг эффективной коммуникации»

Практическое задание 1. Заранее до проведения практического занятия студентам предлагается предварительно ознакомиться с особенностями метода наблюдения и его использовании в ходе тренинга коммуникации по книге А. Карелин Психология изменений.

Студентам предлагается использовать на практике метод наблюдения и во время практических занятий рассказать о полученных результатах.

Практическое задание 2. Заранее до проведения практического занятия студентам предлагается предварительно ознакомиться с особенностями метода калибровки и его использовании в ходе тренинга коммуникации по книге А. Карелин Психология изменений.

Студентам предлагается использовать на практике метод калибровки двигательных реакций партнера по коммуникации.

Во время практического занятия студенты рассказывают о своем опыте применения калибровки и группа обсуждает полученные результаты.

Практическое задание 3. Заранее до проведения практического занятия студентам предлагается предварительно ознакомиться с особенностями метода калибровки и его использовании в ходе тренинга коммуникации по книге А. Карелин Психология изменений.

Студентам предлагается использовать на практике метод калибровки дыхательных ритмов партнера по коммуникации.

Во время практического занятия студенты рассказывают о своем опыте применения калибровки и группа обсуждает полученные результаты.

Практическое задание 4. Заранее до проведения практического занятия студентам предлагается предварительно ознакомиться с особенностями метода калибровки и его использовании в ходе тренинга коммуникации по книге А. Карелин Психология изменений.

Студентам предлагается использовать на практике метод калибровки глазодвигательных реакций партнера по коммуникации.

Во время практического занятия студенты рассказывают о своем опыте применения калибровки и группа обсуждает полученные результаты.

Практическое задание 5. Заранее до проведения практического занятия студентам предлагается предварительно ознакомиться с особенностями метода калибровки и его использовании в ходе тренинга коммуникации по книге А. Карелин Психология изменений.

Студентам предлагается использовать на практике метод калибровки субъективной концепции причинности партнера по коммуникации.

Во время практического занятия студенты рассказывают о своем опыте применения калибровки и группа обсуждает полученные результаты.

10. Способы проверки присоединения и навыки ведения партнера по коммуникации.

Практическое задание 6. Заранее до проведения практического занятия студентам предлагается предварительно ознакомиться с особенностями метода присоединения и его использовании в ходе тренинга коммуникации по книге А. Карелин Психология изменений.

Студентам предлагается использовать на практике метод присоединения к двигательным реакциям партнера по коммуникации.

Во время практического занятия студенты рассказывают о своем опыте применения присоединения и группа обсуждает полученные результаты.

Практическое задание 7. Заранее до проведения практического занятия студентам предлагается предварительно ознакомиться с особенностями

метода присоединения и его использовании в ходе тренинга коммуникации по книге А. Карелин Психология изменений.

Студентам предлагается использовать на практике метод присоединения к дыхательным ритмам партнера по коммуникации.

Во время практического занятия студенты рассказывают о своем опыте применения присоединения и группа обсуждает полученные результаты.

Практическое задание 8. Заранее до проведения практического занятия студентам предлагается предварительно ознакомиться с особенностями метода присоединения и его использовании в ходе тренинга коммуникации по книге А. Карелин Психология изменений.

Студентам предлагается использовать на практике метод присоединения к глазодвигательным реакциям партнера по коммуникации.

Во время практического занятия студенты рассказывают о своем опыте применения присоединения и группа обсуждает полученные результаты.

Практическое задание 9. Заранее до проведения практического занятия студентам предлагается предварительно ознакомиться с особенностями метода присоединения и его использовании в ходе тренинга коммуникации по книге А. Карелин Психология изменений.

Студентам предлагается использовать на практике метод присоединения к субъективной концепции причинности партнера по коммуникации.

Во время практического занятия студенты рассказывают о своем опыте применения присоединения и группа обсуждает полученные результаты.

Практическое задание 10. Заранее до проведения практического занятия студентам предлагается предварительно ознакомиться с особенностями метода ведения и его использовании в ходе тренинга коммуникации по книге А. Карелин Психология изменений.

Студентам предлагается использовать на практике метод ведения партнера по коммуникации.

Во время практического занятия студенты рассказывают о своем опыте применения метода ведения и группа обсуждает полученные результаты.

Рефераты по отдельным разделам дисциплины

Рефераты к разделу 1 «Психотехники направленной визуализации в тренинге».

1. Исторический очерк проблемы активности психического отражения.

Литература:

Смирнов С.Д. Психология образа: активность психического отражения. М.,1985.

Зинченко В.П. От онтогенеза ощущений к образу мира // А.Н. Леонтьев и современная психология. М.,С.140 -148,1983.

Леонтьев А.Н. Деятельность. Сознание. Личность. М.,1975.

2. Регулирующая функция психического образа.

Литература:

Завьялова Н.Д., Ломов Б.Ф., Пономаренко В.А. Образ в системе психической регуляции деятельности. М., 1986.

Смирнов С.Д. Психология образа: активность психического отражения. М., 1985.

3. Использование образов в процессе саморегуляции психических состояний.

Литература:

Символдрама. Минск, 2000.

Карелин А.А. Психология изменений. Саратов, 2000.

4. Модальная структура психического образа и процессы саморегуляции психических состояний.

Литература:

Бэндлер Р. Используйте свой мозг для изменений. Новосибирск, 1992.

Символдрама. Минск, 2000.

Карелин А.А. Психология изменений. Саратов, 2000.

5. Субмодальная структура психического образа и процессы саморегуляции психических состояний.

Литература:

Бэндлер Р. Используйте свой мозг для изменений. Новосибирск, 1992.

Символдрама. Минск, 2000.

Карелин А.А. Психология изменений. Саратов, 2000.

Рефераты к разделу 2 «Тренинг эффективной коммуникации»

1. Коммуникативная парадигма в современной психологии.

Литература:

Карелин А.А. Психология изменений. Саратов, 2000.

Бэндлер Р. Используйте свой мозг для изменений. Новосибирск, 1992.

2. Коммуникация в психотерапевтическом процессе.

Литература:

Андреас К. и С. Измените своё мышление - и воспользуйтесь результатами. С. -П., 1994.

Карелин А.А. Психология изменений. Саратов, 2000.

Бэндлер Р. Используйте свой мозг для изменений. Новосибирск, 1992.

3. Роль коммуникации в разрешении внутриличностных конфликтов.

Литература:

Карелин А.А. Психология изменений. Саратов, 2000.

Бэндлер Р. Используйте свой мозг для изменений. Новосибирск, 1992.

Тестовые задания.

1. Все материальные процессы, обеспечивающие построение и функционирование образа и выступающие тем самым в роли его субстрата, локализованы в границах нашего тела, а результат их работы - психический образ - «прописан» во внешнем мире это свойство восприятия называется:

- А) предметностью, или объективированностью;
- Б) целостностью;
- В) константностью;
- Г) осмысленностью.

2. Постоянство образа предмета при изменении условий восприятия в широких пределах, что неизбежно влечет за собой резкие изменения в характере внешних воздействий на наши органы чувств это свойство восприятия называется:

- А) предметностью, или объективированностью;
- Б) целостностью;
- В) константностью;
- Г) осмысленностью.

3. Метафизический материализм рассматривает предмет, действительность:

- А) в форме человеческой чувственной деятельности, практики;
- Б) только в форме объекта или в форме созерцания;
- В) как реально существующую только для субъекта;
- Г) как всегда неизменную.

4. В диалектическом материализме предмет, объективная действительность, мир понимаются:

- А) в форме человеческой чувственной деятельности, практики;
- Б) только в форме объекта или в форме созерцания;
- В) как реально существующую только для субъекта;
- Г) как всегда неизменные.

5. В хронологическом плане первичной является действительность:

- А) «в форме деятельности»;
- Б) в форме образа;
- В) в форме представления;
- Г) «в форме объекта».

6. В плане становления и развития индивида и его психического отражения исходным пунктом анализа является действительность:

- А) «в форме деятельности»;
- Б) в форме образа;
- В) в форме представления;
- Г) «в форме объекта».

1. Категория взаимосвязи подчеркивает момент:

- А) изменчивости вступающих во взаимодействие предметов или явлений;
- Б) устойчивости вступающих во взаимодействие предметов или явлений;
- В) неизменности вступающих во взаимодействие предметов или явлений;
- Г) целостности вступающих во взаимодействие предметов или явлений.

8. Категория взаимодействия подчеркивает момент:

- А) изменчивости вступающих во взаимодействие предметов или явлений;
- Б) устойчивости вступающих во взаимодействие предметов или явлений;
- В) неизменности вступающих во взаимодействие предметов или явлений;
- Г) целостности вступающих во взаимодействие предметов или явлений.

9. Необходимой предпосылкой любого взаимодействия является некоторая:

- А) удаленность тел друг от друга;
- Б) последовательное расположение тел;
- В) всеобщность тел;
- Г) различие тел.

10. С точки зрения С. Н. Смирнова источником внутренней способности отражения является:

- А) единство внутренней природы данного материального образования и внешних условий его существования;
- Б) возможность взаимодействия объектов;
- В) близость объектов;
- Г) сходство объектов.

11. Сеченов считал, что ощущение как психологическое явление создаёт:

- А) тотальность ощущений, как факта психической жизни человека;
- Б) непосредственность ощущения;
- В) достоверность чувственного переживания;
- Г) предметность образа ощущения, т.е. отнесённость его к действительности.

12. Осязательная рецепция осуществляется:

- А) благодаря прикосновению к предмету;
- Б) посредством движения руки, особенность которого определяет сам предмет;
- В) благодаря связи осязания с другими органами чувств;
- Г) посредством ассоциативных механизмов.

13. Человеческий глаз при рассматривании движется по контуру предмета и своим движением воспроизводит (рисует) форму предмета. Сеченов считал, что это следствие:

- А) ассоциации формирующегося зрительного опыта с опытом тактильно – двигательным;
- Б) общности строения всех анализаторов человека;
- В) строения зрительного анализатора;
- Г) процесса воспитания ребенка.

14. Для доказательства общего характера механизма уподобления А.Н. Леонтьев выбрал:

- А) зрительный анализатор;
- Б) слуховой орган;
- В) обонятельный анализатор;
- Г) вкусовой анализатор.

15. Лучшим методом типизации образных явлений будет:

- А) определение причин формирования конкретного вида образов;
- Б) деление образов на основе их содержания;
- В) определение образов на основе некоторых существенных характеристик, связанных с условиями их формирования;

Г) деление образов на виды на основе их некоторых формальных характеристик (яркость, четкость, устойчивость и т.п.).

16. Классификация образных явлений Гостева А.А. и Рубахина В.Ф. построена на основе:

А) определение причин формирования конкретного вида образов;

Б) деление образов на основе их содержания;

В) определение образов на основе некоторых существенных характеристик, связанных с условиями их формирования;

Г) деление образов на виды на основе их некоторых формальных характеристик (яркость, четкость, устойчивость и т.п.).

17. Репрезентативные образы делятся на два больших класса:

А) образы долговременной памяти и образы кратковременной памяти;

Б) произвольные образы и непроизвольно возникающие;

В) устойчивые и быстро разрушающиеся;

Г) на образы, условно говоря, физических объектов и образы социальных явлений.

18. Образы при изменённом состоянии сознания обычно:

А) проецируются вовне;

Б) имеют причудливое содержание;

В) быстро разрушаются;

Г) очень устойчивы.

Вопросы по дисциплине «Психотехники саморегуляции в тренинге» для промежуточной аттестации

Раздел 1. «Психотехники направленной визуализации в тренинге»

1.1. История изучения психического образа, современное состояние и перспективы исследования, методологическое и прикладное значение исследований психического образа.

1.2 Методологические основы изучения регулирующей функции психического образа.

Роль категории отражения в исследовании психического образа.

Роль категорий взаимодействия и активности в исследованиях психического образа.

Роль категории деятельности в исследованиях психического образа.

Исторически сформировавшиеся парадигмы изучения функциональной структуры психического образа.

Стимульная парадигма функциональной структуры психического образа.

Деятельностная парадигма функциональной структуры психического образа.

Понятие «образа мира».

Образ мира как исходный пункт и результат любого познавательного процесса.

Принцип активности и его реализация в понятии «образ мира».

Принцип «уподобления» в психологии.

Принцип уподобления как общий объяснительный принцип природы непосредственного чувственного отражения.

Экспериментальные исследования, проведённые под руководством А.Н. Леонтьева, механизма непосредственного чувственного отражения природы воздействующих свойств действительности.

Оперативный образ.

Теория оперативного образа в психологии.

1.17. Уровни психического отражения.

Сенсорно-перцептивный уровень психического отражения.

Уровень представлений и вербально-логический уровень психического отражения.

Классификация образных явлений.

Возможные основания классификации образных явлений.

Описание различных классов образных явлений.

Модальная структура психического образа.

Роль сенсорных модальностей в структуре психического образа.

Модальность образа и стратегий мыслительных процессов.

Субмодальная структура психического образа.

Понятие «субмодальности».

Изменение субмодальной структуры психического образа.

Раздел 2. «Тренинг эффективной коммуникации»

Место коммуникации в структуре психотерапевтического воздействия.

Структура коммуникации (основные этапы).

Этап выяснения значения реакций партнера по коммуникации (калибровка).

Вербальные и невербальные реакции партнера по коммуникации.

Этап присоединения к реакциям партнера по коммуникации.

Уровни присоединения.

Присоединение к физиологическим реакциям партнера по коммуникации.

Присоединение к образу мира партнера по коммуникации.

Присоединение к модальности партнера по коммуникации.

2.10. Присоединение к лингвистическим и экстралингвистическим особенностям речи партнера по коммуникации.

Присоединение к концепции субъективной причинности партнера по коммуникации.

Присоединение к первичным способам классификации опыта партнера по коммуникации.

Присоединение к особенностям структуры мотивации партнера по коммуникации.

2.15. Этап проверки присоединения к партнеру по коммуникации.

2.16. Этап побуждения партнера к изменениям (ведение).

Адаптивные технологии, применяемые при изучении дисциплины инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья.

При изучении дисциплины студентами с инвалидностью и студентами с ограниченными возможностями здоровья могут использоваться следующие адаптивные технологии:

Учет ведущего способа восприятия учебного материала. При нарушениях зрения студенту предоставляется возможность использования учебных и раздаточных материалов, напечатанных укрупненным шрифтом, использование опорных конспектов для записи лекций, предоставления учебных материалов в электронном виде для последующего прослушивания, аудиозапись. При нарушениях слуха студенту предоставляется возможность занять удобное место в аудитории, с которого в максимальной степени обеспечивается зрительный контакт с преподавателем во время занятий, использования наглядных опорных схем на лекциях для облегчения понимания материала, преимущественное выполнение учебных заданий в письменной форме (письменный опрос, тестирование, контрольная работа, подготовка рефератов и др.).

Увеличение времени на анализ учебного материала. При необходимости для подготовки к ответу на практическом занятии, к ответу на зачете, экзамене, выполнению тестовых заданий студентам с инвалидностью и студентам с ограниченными возможностями здоровья среднее время увеличивается в 1,5 – 2 раза по сравнению со средним временем подготовки обычного студента.

Создание благоприятной, эмоционально-комфортной атмосферы при проведении занятий, консультаций, промежуточной аттестации. При взаимодействии со студентом с инвалидностью, студентом с ограниченными возможностями здоровья учитываются особенности его психофизического состояния, самочувствия, создаются условия, способствующие повышению уверенности в собственных силах. При неудачах в освоении учебного материала, студенту с инвалидностью, студенту с ограниченными возможностями здоровья даются четкие рекомендации по дальнейшей работе над изучаемой дисциплиной (разделом дисциплины, темой).

Студенты-инвалиды и лица с ОВЗ имеют возможность в свободном доступе и в удобное время работать с электронными учебными пособиями, размещенными на официальном сайте <http://library.sgu.ru/> Зональной научной библиотеки СГУ им. Н.Г. Чернышевского.

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

						сти		
7	20	0	20	20	0	0	40	100

Программа оценивания учебной деятельности студента

Лекции: посещаемость от 1 до 10 баллов; активность от 1 до 10 баллов.
Общее количество баллов – 20.

Предмет оценивания, диапазон баллов и критерии оценки

1) Посещаемость оценивается от 0 до 10 баллов:

- 10 баллов – посещение 90 – 100% лекций,
- 9 баллов – посещение 80 – 89% лекций,
- 8 баллов – посещение 70 – 79% лекций,
- 7 баллов – посещение 60 – 69% лекций,
- 6 баллов – посещение 50 – 59% лекций,
- 5 баллов – посещение 40 – 49% лекций,
- 4 балла – посещение 30 – 39 % лекций,
- 3 балла – посещение 20 – 29 % лекций,
- 2 балла – посещение 11 – 19 % лекций,
- 1 балл – посещение 5 – 10 % лекций,
- 0 баллов – посещение 0 – 4 % лекций.

2) Активность на лекциях – оценивается от 0 до 10 баллов:

- 10 баллов – активность на 90 – 100% лекций,
- 9 баллов – активность на 80 – 89% лекций,
- 8 баллов – активность на 70 – 79% лекций,
- 7 баллов – активность на 60 – 69% лекций,
- 6 баллов – активность на 50 – 59% лекций,
- 5 баллов – активность на 40 – 49% лекций,
- 4 балла – активность на 30 – 39 % лекций,
- 3 балла – активность на 20 – 29 % лекций,
- 2 балла – активность на 11 – 19 % лекций ,
- 1 балл – активность на 5 – 10 % лекций,
- 0 баллов – активность на 0 – 4 % лекций.

Итоговое оценивание всей работы на лекциях осуществляется путем сложения оценок по двум выше обозначенным показателям. Максимальное значение по двум параметрам оценки – 20 баллов.

Практические занятия: активное участие в практических упражнениях от 1 до 10 баллов; компетентность в использовании теоретических знаний во время практических занятий от 1 до 10 баллов.
Общее количество баллов – 20.

Оценивается самостоятельность при выполнении работы, активность работы в аудитории, правильность выполнения заданий, умение четко следовать инструкциям к применению упражнений, методик и процедур, практических заданий; умение анализировать теории и научные подходы;

умение применять полученные теоретические знания при выполнении практических заданий; уровень подготовки к занятиям, на которых студенты демонстрируют самостоятельно подготовленные рефераты.

Доклады

При подготовке к практическим занятиям студенты должны подготовить доклады, в которых они самостоятельно рассматривают тот или иной вопрос, связанный с межличностной коммуникацией. Доклад является одним из механизмов отработки первичных навыков научно-исследовательской работы. Тему доклада студенты выбирают самостоятельно из предложенного списка. Доклад может сопровождаться мультимедийной презентацией, требования к которой будут приведены ниже.

Требования к докладу

В работах такого рода должны присутствовать следующие структурные элементы: название темы, план работы, введение, основная содержательная часть, заключение, список использованных источников и литературы.

Во введении необходимо поставить проблему, обосновать ее актуальность, дать краткую характеристику используемых в работе источников и научных публикаций, четко сформулировать цель и задачи работы. В заключительной части обязательно наличие основных результирующих выводов по анализируемым проблемам. Только при соблюдении всех этих требований может оцениваться уже собственно содержательная часть работы. Магистрант должен не просто предложить реферативный материал, но продемонстрировать умение анализировать научные источники.

Критерии оценивания:

- студент представил доклад, соответствующий предъявляемым требованиям к структуре и оформлению
- содержание доклада соответствует заявленной теме, демонстрирует способность студента к самостоятельной исследовательской работе
- доклад содержит самостоятельные выводы студента, аргументированные с помощью данных, представленных в научной литературе.

Мультимедийная презентация

Мультимедийная презентация - передача или представление аудитории новой для нее информации в демонстрационной форме с использованием компьютерной технологии. В общепринятом понимании, презентация – это демонстрационные материалы, представленные в компьютерных слайдах для публичного выступления.

Тематика мультимедийных презентаций для самостоятельной работы совпадает с тематикой докладов.

Методические рекомендации для подготовки мультимедийной презентации

Требования к мультимедийной презентации

Содержание презентации должно соответствовать рабочей программе учебной дисциплины и задачам учебного занятия. Система требований, предъявляемых к содержательной части презентации, учитывает дидактические принципы, обеспечивающие эффективность педагогической деятельности. Эти требования отражают особенности современного образовательного процесса и специфику презентационной работы с учащимися.

Структура презентации:

Для любого типа презентации необходимы следующие слайды: 1-ый слайд – титульный лист – тема, автор; 2-ой слайд – сведения об авторе; 3-ий слайд – содержание презентации с кнопками навигации; 4-ый слайд: цель и задачи презентации; в конце – общий вывод и список используемых источников и завершающий слайд – повторение контактной информации об авторе.

Виды слайдов:

Для обеспечения наглядности следует использовать разные способы размещения информации и разные виды слайдов:

- с текстом;
- с иллюстрациями;
- с таблицами;
- с диаграммами;
- с анимацией (если оправдано задачами презентации).

Шрифт:

Желательно устанавливать единый стиль шрифта для всей презентации. Текст должен быть хорошо виден. Размер шрифта должен быть максимально крупным на слайде (допустимый минимальный шрифт 24 пт (для текста) и 40 пт (для заголовков)). Предпочтительнее использовать шрифты Arial, Verdana, Tahoma, Comic Sans MS. Интервал между строк – полуторный.

Расположение информации на странице:

Наиболее важная информация должна располагаться в центре экрана. Форматирование текста по ширине страницы. Уровень запоминания информации зависит от её расположения на экране: в левом верхнем углу слайда располагается самая важная информация.

Содержание информации:

При подготовке текста презентации в обязательном порядке должны соблюдаться общепринятые правила орфографии, пунктуации, стилистики и правила оформления текста, а также могут использоваться общепринятые сокращения. Форма представления информации должна соответствовать уровню знаний аудитории слушателей, для которых демонстрируется презентация.

Объем информации:

Не допустимо заполнять один слайд слишком большим объемом информации, т. к. единовременно человеку трудно запомнить более трех

фактов, выводов или определений. Наибольшая эффективность передачи содержания достигается, когда ключевые пункты отображаются по одному на каждом отдельном слайде.

Способы выделения информации:

Следует наглядно размещать информацию: применять рамки, границы, заливку, разные цвета шрифтов, штриховку, стрелки. Возможно применение рисунков, диаграмм, схем, таблиц, выделение опорных слов.

Использование списков:

Списки из большого числа пунктов не приветствуются. Лучше использовать списки по 3-7 пунктов. Большие списки и таблицы необходимо разбивать на 2 слайда.

Разветвлённая навигация:

Использовать навигацию необходимо для обеспечения интерактивности и нелинейной структуры презентации. Это расширит ее область применения (навигация – это переход на нужный раздел из оглавления).

Критерии оценивания образовательных презентаций:

полнота раскрытия темы; структуризация информации; наличие и удобство навигации; отсутствие грамматических, орфографических и речевых ошибок; отсутствие фактических ошибок, достоверность представленной информации; наличие и правильность оформления обязательных слайдов (титульный, о проекте, список источников, содержание); оригинальность оформления презентации; обоснованность и рациональность использования средств мультимедиа и анимационных эффектов; применимость презентации для выбранной целевой аудитории; грамотность использования цветового оформления; использование авторских иллюстраций, фонов, фотографий, видеоматериалов; наличие дикторской речи, ее грамотность и целесообразность; наличие, обоснованность и грамотность использования фонового звука; размещение и комплектование объектов; единый стиль слайдов.

Критерии оценки:

От 5 до 10 баллов	Студент представил презентацию, соответствующую предъявляемым требованиям к структуре и оформлению. Тема раскрыта с полнотой. Презентация применима для выбранной целевой аудитории. Присутствуют: наглядность представленной информации, оригинальность оформления презентации, структуризация информации, единый стиль слайдов, отсутствие грамматических, орфографических и речевых ошибок; отсутствие фактических ошибок, достоверность представленной информации; наличие и правильность оформления обязательных слайдов (титульный, о проекте, список источников, содержание, выводы);
-------------------	--

	обоснованность и рациональность использования средств мультимедиа и анимационных эффектов; грамотность использования цветового оформления; использование авторских иллюстраций, фонов, фотографий, видеоматериалов, при использовании неавторских материалов – наличие ссылок на источники; наличие, обоснованность и грамотность использования фонового звука; оправданное размещение и комплектование объектов.
От 1 до 4 баллов	Студент представил презентацию, не соответствующую предъявляемым требованиям к структуре и оформлению. Тема недостаточно раскрыта. Презентация не учитывает характер целевой аудитории. Отсутствуют или в недостаточной степени представлены: наглядность представленной информации, оригинальность оформления презентации, структуризация информации, единый стиль слайдов, отсутствие грамматических, орфографических и речевых ошибок; отсутствие фактических ошибок, достоверность представленной информации; наличие и правильность оформления обязательных слайдов (титульный, о проекте, список источников, содержание, выводы); обоснованность и рациональность использования средств мультимедиа и анимационных эффектов; грамотность использования цветового оформления; использование авторских иллюстраций, фонов, фотографий, видеоматериалов, при использовании неавторских материалов – наличие ссылок на источники; наличие, обоснованность и грамотность использования фонового звука; оправданное размещение и комплектование объектов.

Диапазон баллов и критерии оценки работы на практических занятиях

Работа на практических занятиях оцениваются от 0 до 20 баллов:

15 – 20 баллов – отличная подготовка к занятиям с демонстрацией подготовленного реферата; предварительное обсуждение подготовленного задания (оформленного в печатном виде) с преподавателем; целесообразность применяемых техник и процедур планирования экспериментального исследования; посещение от 80 до 100% всех практических занятий; правильность выполнения заданий, умение четко следовать инструкциям к применению упражнений, методик и процедур; умение применять полученные теоретические знания при выполнении практических заданий.

10 – 14 балла – хорошая подготовка к занятиям с демонстрацией собственной программы; предварительное обсуждение подготовленного задания (оформленного в печатном виде) с преподавателем;

целесообразность применяемых техник и процедур планирования экспериментального исследования; посещение от 60 до 80% всех практических занятий; правильность выполнения заданий, умение четко следовать инструкциям к применению упражнений, методик и процедур; стремление применять полученные теоретические знания при выполнении практических заданий.

5 – 9 баллов – хорошая подготовка к занятиям с демонстрацией выполненного задания; предварительное обсуждение подготовленного реферата с преподавателем; целесообразность применяемых техник и процедур планирования экспериментального исследования с небольшими недочетами; посещение от 40 до 60% всех практических занятий; правильность выполнения заданий, четкое следование инструкциям к применению упражнений; стремление применять полученные теоретические знания при выполнении практических заданий.

3 – 4 балла – частичная подготовка к занятиям; нарушение целесообразности в подборе методов планирования экспериментального исследования; посещение от 20 до 40% всех практических занятий.

0 – 2 баллов – отсутствие подготовки к занятиям или частичная подготовка без демонстрации реферата; посещение от 0 до 30% всех практических занятий; слабая активность на практических занятиях; неумение анализировать и осуществлять планирование экспериментального исследования.

Самостоятельная работа: подготовка реферата по одной из тем дисциплины от 1 до 20 баллов.

Качество выполнения реферата оценивается:

20 баллов – тема реферата полностью раскрыта, выводы доказательны и аргументированы, подкреплены литературными примерами; работа содержит анализ и обобщение литературных источников по выбранной теме, предлагается подход к классификации мнений различных авторов; в работе содержатся оригинальные эвристические, креативные идеи, способные выступать основой для построения научных гипотез для новых исследований; оформление работы соответствует всем требованиям, имеются правильно оформленные ссылки на литературные источники.

16 -19 баллов – тема реферата почти полностью раскрыта, выводы в целом аргументированы, но не достаточно четко, не всегда подкрепляются литературными примерами; содержатся авторские высказывания, скорее отражающие личное отношение автора к проблеме, чем логически сформулированное умозаключение на основе проделанного реферирования и теоретического исследования литературных источников, способное в дальнейшем выступить в качестве научной гипотезы; работа соответствует почти всем требованиям, имеются правильно оформленные ссылки на литературные источники, присутствуют небольшое количество (1-3) недочетов в оформлении, описок, орфографических или грамматических ошибок.

12 -15 баллов – тема в целом раскрыта, но недостаточно основательно, выводы присутствуют, но не все аргументированы; почти не приводятся литературные примеры; оформление работы не полностью соответствует всем требованиям, не везде имеются правильно оформленные ссылки на литературные источники, присутствуют недочеты в оформлении, описки, орфографические и грамматические ошибки; текст недостаточно четко структурирован и не полностью отформатирован.

10 - 11 баллов – тема не достаточно полно раскрыта, авторские выводы очень бедны, почти не аргументированы; почти не приводятся литературные примеры; оформление работы имеет недочеты; не везде имеются правильно оформленные ссылки на литературные источники, присутствуют описки, орфографические и грамматические ошибки; текст недостаточно четко структурирован, не полностью отформатирован.

8 - 9 баллов – тема только частично раскрыта, содержится информация, имеющая только косвенное отношение к теме реферата, авторские выводы сформулированы не по теме; не приводятся литературные примеры, отражающие суть исследуемого предмета; оформление работы имеет недочеты; ссылки на литературные источники практически отсутствуют; имеются описки, заметное число орфографических и грамматических ошибок; текст слабо структурирован, практически не отформатирован.

6 - 7 баллов – тема почти не раскрыта, содержится информация, имеющая только косвенное отношение к изучаемому предмету, авторские выводы отсутствуют; не приводятся литературные примеры, отражающие суть исследуемого предмета; работа плохо оформлена, текст не отформатирован; ссылки на литературные источники отсутствуют; имеется значительное число орфографических и грамматических ошибок; текст не структурирован.

4 - 5 балла – тема не раскрыта, содержится информация, имеющая только косвенное отношение к изучаемому предмету, выводы отсутствуют; не приводятся литературные примеры, отражающие суть исследуемого предмета; работа плохо оформлена, текст не отформатирован; ссылки на литературные источники отсутствуют; имеется значительное число орфографических и грамматических ошибок; текст не структурирован.

3 балла – тема не раскрыта, содержится информация, не имеющая отношения к теме реферата; авторские выводы отсутствуют; не приводятся литературные примеры, отражающие суть исследуемого предмета; работа плохо оформлена, текст не отформатирован; ссылки на литературные источники отсутствуют; имеется значительное число орфографических и грамматических ошибок; текст не структурирован.

2 балла – тема не раскрыта, преимущественно содержатся частные мнения автора, не подкрепленные ни литературными, ни эмпирическими примерами, выводы отсутствуют, ссылки на литературные источники отсутствуют, отсутствует список литературы; текст не отформатирован, не

содержит подзаголовков; имеется значительное число орфографических и грамматических ошибок.

1 балл – тема не раскрыта, преимущественно содержатся частные мнения автора, не подкрепленные ни литературными, ни эмпирическими примерами, выводы отсутствуют, ссылки на литературные источники отсутствуют, отсутствует список литературы; очень малый объем реферата (1 – 2 страницы), текст не отформатирован, не содержит подзаголовков; имеется значительное число орфографических и грамматических ошибок.

0 баллов – отсутствие выполненного реферата.

Промежуточная аттестация:

ответ на «отлично» оценивается от 30 до 40 баллов;

ответ на «хорошо» оценивается от 20 до 29 баллов;

ответ на «удовлетворительно» оценивается от 10 до 19 баллов;

ответ на «неудовлетворительно» оценивается от 0 до 9 баллов.

Критерии для осуществления промежуточной аттестации:

При определении разброса баллов при аттестации преподавателем применяется следующая система ранжирования:

30-40 баллов – ответ «отлично» - предполагает полный ответ на поставленные вопросы, когда студент демонстрирует знание актуальных проблем экспериментальной психологии; владеет знаниями о теоретических и методологических основах анализа планов экспериментов, способах экспериментального исследования структуры и генеза личности и интеллекта, структуры индивидуально-психологических особенностей человека, роли средовых и генетических факторов в их происхождения, влиянии индивидуально-психологических особенностей на процесс развития, обучения, деятельности и межличностного взаимодействия человека.

20-29 баллов – ответ «хорошо» - предполагает недостаточно полный ответ на поставленные вопросы, когда студент демонстрирует знание актуальных проблем экспериментальной психологии; владеет знаниями о теоретических и методологических основах анализа планов экспериментов, но еще недостаточно владеет способами экспериментального исследования структуры и генеза личности и интеллекта, структуры индивидуально-психологических особенностей человека, роли средовых и генетических факторов в их происхождения, влиянии индивидуально-психологических особенностей на процесс развития, обучения, деятельности и межличностного взаимодействия человека.

10-19 баллов – ответ «удовлетворительно» - предполагает недостаточно полный ответ на поставленные вопросы, когда студент демонстрирует знание актуальных проблем экспериментальной психологии, но слабо владеет знаниями о теоретических и методологических основах анализа планов экспериментов и еще недостаточно владеет способами экспериментального исследования структуры и генеза личности и интеллекта, структуры индивидуально-психологических особенностей человека, роли средовых и генетических факторов в их происхождения,

влиянии индивидуально-психологических особенностей на процесс развития, обучения, деятельности и межличностного взаимодействия человека.

0-9 баллов – ответ «не удовлетворительно» - предполагает не полный ответ на поставленные вопросы, когда студент не демонстрирует знание актуальных проблем экспериментальной психологии; не достаточно владеет знаниями о теоретических и методологических основах анализа планов эксперимента, способов экспериментального исследования структуры и генеза личности и интеллекта, структуры индивидуально-психологических особенностей человека, роли средовых и генетических факторов в их происхождения, влияния индивидуально-психологических особенностей на процесс развития, обучения, деятельности и межличностного взаимодействия человека.

Максимально возможная сумма баллов за все виды учебной деятельности студента за семестр по дисциплине «Психотехники саморегуляции в тренинге» - 100 баллов.

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

80-100 баллов	«отлично»
65-79 баллов	«хорошо»
50-64 баллов	«удовлетворительно»
0-49 баллов	«не удовлетворительно»

**8. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины (направление подготовки 37.03.01 «Психология», бакалавриат, очная форма обучения)
«Психотехники саморегуляции в тренинге»**

а) литература:

1. Голубева, Е. В. Тренинг профессионального саморазвития : учебное пособие / Е. В. Голубева. — Москва : ИНФРА-М, 2023. — 203 с. — (Высшее образование: Магистратура). - ISBN 978-5-16-017559-1. - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.ru/catalog/product/1861078> (дата обращения: 16.02.2025). — Режим доступа: по подписке.
2. Моросанова В.И. Самосознание и саморегуляция поведения / Моросанова В.И., Аронова Е.А.. — Москва : Издательство «Институт психологии РАН», 2019. — 214 с. — ISBN 978-5-9270-0104-0. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/88385.html> (дата обращения: 22.03.2024). — Режим доступа: для авторизир. Пользователей
3. Сафронов, А. Суперпамять за семь шагов: книга-тренинг / Андрей Сафронов. - Москва : Альпина Паблицер, 2019. - 142 с. - ISBN 978-5-96142-802-5. - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/1078521> (дата обращения: 16.02.2025). — Режим доступа: по подписке.
4. Смолова, Л. В. Психология личности. Смыслообразование и подходы к выявлению смыслов человека : учебное пособие для вузов / Л. В. Смолова. — 2-е изд., стер. — Санкт-Петербург : Лань, 2025. — 648 с. — ISBN 978-5-507-52605-5. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/455747> (дата обращения: 16.02.2025). — Режим доступа: для авториз. пользователей.
5. Чуркина, М. А. Тренинг для тренеров на 100%: Секреты интенсивного обучения : практическое руководство / М. А. Чуркина, Н. В. Жадько. - 3-е изд. - Москва : Альпина Паблицер, 2015. - 490 с. - (Серия «Бизнес на 100%»). - ISBN 978-5-9614-5209-9. - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.ru/catalog/product/2118139> (дата обращения: 16.02.2025). — Режим доступа: по подписке.



б) Интернет-ресурсы и программное обеспечение

1. Общий практикум по психологии: студент
2. Общий практикум по психологии: практика
3. Общий практикум по психологии: TestMaker
4. Общий практикум по психологии: TestAsk
5. Общий практикум по психологии: TestUse
6. <http://lab-psychology.ucoz.net/>
7. <https://www.tandfonline.com/>
8. <https://www.book.ru>
9. <https://znanium.com>
10. <http://ibooks.ru>

В компьютерных классах имеются ПК, с установленной операционной системой семейства MS Windows и пакетом MS Office, оборудован доступ к сети Интернет.

9. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля)

Ресурсное обеспечение дисциплины формируется на основе требований к условиям реализации основных образовательных программ, определяемых ФГОС ВО по направлению подготовки «Психология» с учетом рекомендаций ООП.

Для реализации данной рабочей программы используются компьютерные классы с выходом в Интернет (ауд.133, 134, XII корпус СГУ), аудитории (кабинеты), оборудованные мультимедийными демонстрационными комплексами (102, 103, 110, 113). Каждый обучающийся в течение всего периода обучения обеспечивается индивидуальным неограниченным доступом к одной или нескольким электронно-библиотечным системам (электронным библиотекам), содержащим все издания основной литературы, перечисленные в рабочей программе дисциплины, сформированным на основании прямых договорных отношений с правообладателями. Кроме того, обучающийся может пользоваться фондом Зональной научной библиотеки им. В.А. Артисевич.

Электронно-библиотечная система СГУ (электронная научная библиотека) и электронная информационно-образовательная среда обеспечивают возможность индивидуального доступа для каждого обучающегося из любой точки, в которой имеется доступ к сети Интернет, как на территории образовательной организации, так и вне ее.

Используемая для реализации образовательных программ общая площадь помещений составляет не менее 10 квадратных метров на одного обучающегося (приведенного контингента) с учетом учебно-лабораторных зданий, двухсменного режима обучения и применения электронного обучения и (или) дистанционных образовательных технологий.

Программа составлена в соответствии с требованиями ФГОС ВО с учетом Примерной ООП ВО по направлению и профилю подготовки 37.03.01 «Психология».

Автор: доцент кафедры консультативной психологии факультета психологии СГУ Карелин Андрей Александрович 

Программа одобрена на заседании кафедры общей и консультативной психологии протоколом № 11 от 31.05.2023 года.

Программа актуализирована на заседании кафедры общей и консультативной психологии протоколом № 8 от 26.03.2025 года.