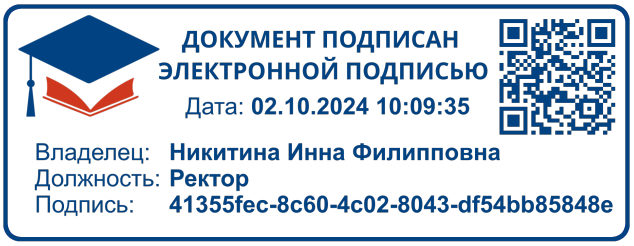
Автономная некоммерческая организация высшего и профессионального образования
«ПРИКАМСКИЙ СОЦИАЛЬНЫЙ ИНСТИТУТ»
(АНО ВПО «ПСИ»)



УТВЕРЖДЕНА
Ученым советом АНО ВПО «ПСИ»
(протокол от 30.05.2024 № 03)
с изменениями, утвержденными
Ученым советом АНО ВПО «ПСИ»
(протокол от 26.09.2024 № 05)
Председатель Ученого совета, ректор
_____ И.Ф. Никитина

Рабочая программа дисциплины

«Адаптационный тренинг»

Направление подготовки 37.03.01 Психология

Профиль – социальная психология

Квалификация выпускника: бакалавр

Форма обучения: очная, очно-заочная

Пермь 2024

Рабочая программа дисциплины «Адаптационный тренинг» (далее – рабочая программа) разработана в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом высшего образования – бакалавриат по направлению подготовки 37.03.01 Психология, утвержденным приказом Министерства науки и высшего образования Российской Федерации от 29.07.2020 № 839 (с изменениями, внесенными приказом Министерства науки и высшего образования Российской Федерации № 1456 от 26.11.2020; № 662 от 19.07.2022; № 208 от 27.02.2023).

Автор-составитель:
Кобельков Н.К., преподаватель кафедры психологии и педагогики

Рабочая программа рассмотрена и одобрена на заседании кафедры психологии и педагогики, протокол № 11 от 20 мая 2024 г. (с изменениями, утвержденными протоколами № 01 от 23 сентября 2024 г.)

Зав. кафедрой психологии и педагогики,
к. м. н., доцент В.В. Пискунова

1. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Дисциплина относится к обязательной части образовательной программы.

Цель изучения дисциплины:

– профессиональное и личностное развитие обучающихся с целью разрешения собственных внутренних проблем и активизации внутренних ресурсов, формирование профессиональной позиции, адаптация к образовательной организации.

Задачи изучения дисциплины:

– изучение обучающимися проблем социально-психологической адаптации; основ организации, совершенствования и анализа собственной образовательной деятельности;

– научить обучающихся анализировать и корректировать социально-психологическую адаптацию; расширить сферы самосознания;

– сформировать у обучающихся профессионально-значимые качества и умения практического психолога, способствующие социально-профессиональной мобильности;

– нравственное воспитание личности обучающихся, направленное на усвоение ими принятых в российском научном сообществе этических требований, моральных норм и формирование убеждений в необходимости их соблюдения.

Требования к предварительной подготовке обучающегося: для освоения данной дисциплины у студентов должны быть сформированы: способность осознавать и выделять главное, применять сравнение, обобщать. Этому способствует материал почти каждого учебного предмета (школьная программа).

Дисциплины и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее: подготовка и написание курсовых работ, участие в научно-практических конференциях, подготовка к итоговой аттестации, все виды практик.

2. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Дисциплина «Адаптационный тренинг» (далее – дисциплина) способствует формированию следующих компетенций, предусмотренных образовательной программой высшего образования – программой бакалавриата по направлению подготовки 37.03.01 Психология профиль – социальная психология (далее – образовательная программа).

Таблица 1. Показатели и критерии уровней сформированности компетенций.

УК-1 Способен осуществлять поиск, критический анализ и синтез информации, применять системный подход для решения поставленных задач. УК-1.1 Анализирует задачу, выделяя ее базовые составляющие. УК-1.2 Определяет, интерпретирует и ранжирует информацию, требуемую для решения поставленной задачи. УК-1.3 Осуществляет поиск информации для решения поставленной задачи по различным типам запросов. УК-1.4 Дифференцирует факты, мнения, интерпретации, оценки, суммирует собственные мнения и суждения, аргументирует свои выводы и точку зрения. УК-1.5 Рассматривает и предлагает возможные варианты решения поставленной задачи, оценивая их достоинства и недостатки.	
Допороговый уровень	обучающийся не знает и не анализирует задачу, не выделяет ее базовые составляющие; не определяет, не интерпретирует и не ранжирует информацию, требуемую для решения поставленной задачи; не осуществляет поиск информации для решения поставленной задачи по различным типам запросов; не дифференцирует факты, мнения,

	интерпретации, оценки, не суммирует собственные мнения и суждения, не аргументирует свои выводы и точку зрения; не рассматривает и не предлагает возможные варианты решения поставленной задачи, не оценивает их достоинства и недостатки.
Пороговый уровень	обучающийся с существенными ошибками определяет, интерпретирует и ранжирует информацию, требуемую для решения поставленной задачи; с значительными трудностями осуществляет поиск информации для решения поставленной задачи по различным типам запросов; с трудом дифференцирует факты, мнения, интерпретации, оценки, суммирует собственные мнения и суждения, аргументирует свои выводы и точку зрения; с трудом рассматривает и предлагает возможные варианты решения поставленной задачи, оценивая их достоинства и недостатки.
Базовый уровень	обучающийся с не существенными ошибками знает и анализирует задачу, выделяя ее базовые составляющие; в достаточном объеме определяет, интерпретирует и ранжирует информацию, требуемую для решения поставленной задачи; хорошо осуществляет поиск информации для решения поставленной задачи по различным типам запросов; дифференцирует факты, мнения, интерпретации, оценки, суммирует собственные мнения и суждения, аргументирует свои выводы и точку зрения; рассматривает и предлагает возможные варианты решения поставленной задачи, оценивая их достоинства и недостатки.
Продвинутый уровень	обучающийся безошибочно знает и понимает задачу, выделяя ее базовые составляющие; четко определяет, интерпретирует и ранжирует информацию, требуемую для решения поставленной задачи; компетентно осуществляет поиск информации для решения поставленной задачи по различным типам запросов; правильно дифференцирует факты, мнения, интерпретации, оценки, суммирует собственные мнения и суждения, аргументирует свои выводы и точку зрения; правильно рассматривает и предлагает возможные варианты решения поставленной задачи, оценивая их достоинства и недостатки.
УК-3 Способен осуществлять социальное взаимодействие и реализовывать свою роль в команде. УК-3.1 Определяет свою роль в социальном взаимодействии и командной работе, исходя из стратегии сотрудничества для достижения поставленной цели. УК-3.2 При реализации своей роли в социальном взаимодействии и командной работе учитывает особенности поведения и интересы других участников. УК-3.3 Анализирует возможные последствия личных действий в социальном взаимодействии и командной работе, строит продуктивное взаимодействие с учетом этого. УК-3.4 Осуществляет обмен информацией, знанием и опытом с членами команды, оценивает идеи других членов команды для достижения поставленной цели. УК-3.5 Соблюдает нормы и установленные правила командной работы, несет личную ответственность за результат.	
Допороговый уровень	обучающийся не знает и не понимает свою роль в социальном взаимодействии и командной работе, исходя из стратегии сотрудничества для достижения поставленной цели; при реализации своей роли в социальном взаимодействии и командной работе не учитывает особенности поведения и интересы других участников; не анализирует возможные последствия личных действий в социальном взаимодействии и командной работе, строит продуктивное взаимодействие с учетом этого; не осуществляет обмен информацией,

	знанием и опытом с членами команды, оценивает идеи других членов команды для достижения поставленной цели; не соблюдает нормы и установленные правила командной работы, несет личную ответственность за результат.
Пороговый уровень	обучающийся с существенными ошибками определяет свою роль в социальном взаимодействии и командной работе, исходя из стратегии сотрудничества для достижения поставленной цели; при реализации своей роли в социальном взаимодействии и командной работе плохо учитывает особенности поведения и интересы других участников; не достаточно анализирует возможные последствия личных действий в социальном взаимодействии и командной работе, строит продуктивное взаимодействие с учетом этого; на низком уровне осуществляет обмен информацией, знанием и опытом с членами команды, оценивает идеи других членов команды для достижения поставленной цели; не достаточно соблюдает нормы и установленные правила командной работы, несет личную ответственность за результат.
Базовый уровень	обучающийся с не существенными ошибками определяет свою роль в социальном взаимодействии и командной работе, исходя из стратегии сотрудничества для достижения поставленной цели; при реализации своей роли в социальном взаимодействии и командной работе учитывает особенности поведения и интересы других участников; анализирует возможные последствия личных действий в социальном взаимодействии и командной работе, строит продуктивное взаимодействие с учетом этого; осуществляет обмен информацией, знанием и опытом с членами команды, оценивает идеи других членов команды для достижения поставленной цели; соблюдает нормы и установленные правила командной работы, несет личную ответственность за результат.
Продвинутый уровень	обучающийся безошибочно знает и понимает свою роль в социальном взаимодействии и командной работе, исходя из стратегии сотрудничества для достижения поставленной цели; при реализации своей роли в социальном взаимодействии и командной работе в полном объеме учитывает особенности поведения и интересы других участников; безошибочно анализирует возможные последствия личных действий в социальном взаимодействии и командной работе, строит продуктивное взаимодействие с учетом этого; прекрасно осуществляет обмен информацией, знанием и опытом с членами команды, оценивает идеи других членов команды для достижения поставленной цели; четко соблюдает нормы и установленные правила командной работы, несет личную ответственность за результат.

3. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ

Таблица 2. Объем дисциплины по видам занятий

Объем дисциплины	Количество часов, з.е.	
	очная форма обучения	очно-заочная форма обучения
Общий объем дисциплины	72/2	72/2
Контактная работа (по учебным занятиям) обучающихся с преподавателем (всего)	44	28
в том числе:		
лекции	20	10
практические занятия	24	18
Самостоятельная работа обучающихся (СРО)	28	44
Контроль	-	-
Форма промежуточной аттестации	зачет	

4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

4.1. Тематические разделы дисциплины

Таблица 3. Тематические разделы дисциплины
для обучающихся очной формы обучения

№	Темы	Количество часов				
		всего	контактная работа обучающихся с преподавателем			СРО
			лекции	практические занятия	лабораторные работы	
1 курс, 1 семестр						
1	Тема 1. Теоретические основы и практические возможности адаптационного тренинга.	14	5	-	-	4
2	Тема 2. Методы диагностики уровня социально-психологической адаптации.	14	5	4	-	10
3	Тема 3. Методы и техники формирования эффективной социально-психологической адаптации.	44	10	20	-	14
Контроль		**-**				
Всего за 1 семестр		**72**	**20**	**24**	**-**	**28**
Форма промежуточной аттестации		**зачет**				
Итого за 1 семестр		**72**				
в т. ч. практическая подготовка для отработки навыков		**6**				
Общий объем, з.е.		**2**				

Таблица 4. Тематические разделы дисциплины
для обучающихся очно-заочной формы обучения

№	Темы	Количество часов				
		всего	контактная работа обучающихся с преподавателем			СРО
			лекции	практические занятия	лабораторные работы	
1 курс, 1 семестр						
1	Тема 1. Теоретические основы и практические возможности адаптационного тренинга.	14	10	-	-	4
2	Тема 2. Методы диагностики уровня социально-психологической адаптации.	16	-	4	-	12
3	Тема 3. Методы и техники формирования эффективной социально-психологической адаптации.	42	-	14	-	28
Контроль		**-**				
Всего за 1 семестр		**72**	**10**	**18**	**-**	**44**
Форма промежуточной аттестации		**зачет**				
Итого за 1 семестр		**72**				
в т. ч. практическая подготовка для отработки навыков		**10**				
Общий объем, з.е.		**2**				

Содержание лекционного курса, практических/семинарских занятий и самостоятельной работы обучающихся

Тема 1. Теоретические основы и практические возможности адаптационного тренинга.

1. Содержание лекционного курса:

Понятие термина «адаптация». Различные подходы к определению понятия адаптации. Цели и функции адаптации и обоснование ее необходимости. Виды адаптации. Этапы и механизмы адаптации. Определение социально-психологической адаптации студента. Основные цели и задачи адаптационного тренинга.

2. План практического занятия: не предусмотрено.

3. Самостоятельная работа обучающегося:

Изучаемые вопросы:

Подготовить доклад на тему:

1. Соотношение понятий «адаптация», «дезадаптация», «социальная ситуация», «психологическая адаптация», «профессиональная адаптация», «психологическое сопровождение».

2. Факторы успешной адаптации студента в ВУЗе.

3. Механизмы социально-психологической адаптации.

4. Психологическая и социальная адаптация к вузовскому обучению.

Тема 2. Методы диагностики уровня социально-психологической адаптации.

1. Содержание лекционного курса: не предусмотрено.

2. План практического занятия:

Изучаемые вопросы:

1. Методика диагностики социально–психологической адаптации К. Роджерса и Р. Даймонда.

2. Многоуровневый личностный опросник «адаптивность» А.Г. Маклакова и С.В. Чермянина.

3. Самостоятельная работа обучающегося:

Изучаемые вопросы:

Разработка проекта адаптационного тренинга (название, цель тренинга, задачи, аудитория, упражнения и техники с описанием и на что направлено, с вопросами для рефлексии). Прописать предположительный результат тренинга.

Тема 3. Методы и техники формирования эффективной социально-психологической адаптации.

1. Содержание лекционного курса: не предусмотрено.

2. План практического занятия:

Изучаемые вопросы:

1. Критерии эффективности адаптации.

2. Командообразование.

3. Пути преодоления проблем, связанных с процессом адаптации.

4. Психологические упражнения, направленные на формирование сплоченности коллектива, повышение уровня адаптации участников тренинга.

5. Проблемы, возникающие у человека в процессе адаптации в новом коллективе.

5. Критерии эффективности адаптации.

6. Тревога, как фактор, влияющий на формирование эффективного адаптационного поведения личности.

3. Самостоятельная работа обучающегося:

Изучаемые вопросы:

Подготовить технику или упражнение по теме адаптационного тренинга и провести его на учебной группе (цель упражнения, на что направлено, вопросы для рефлексии).

Оценочные материалы, применяемые
в процедурах текущего контроля и промежуточной аттестации.

Наименование разделов и (или) тем дисциплины	Наименование оценочного материала, применяемого в процедуре текущего контроля (в т.ч. СРО)	Форма промежуточной аттестации/ наименование оценочного материала, применяемого в процедуре промежуточной аттестации
Тема 1. Теоретические основы и практические возможности адаптационного тренинга.	проверка ведения конспекта, глоссарий, тестовые задания, дискуссия, ессе	зачет
Тема 2. Методы диагностики уровня социально-психологической адаптации.		
Тема 3. Методы и техники формирования эффективной социально-психологической адаптации.		

5. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ МАТЕРИАЛОВ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Виды оценочных материалов

Оценочные материалы сформированы для аттестации обучающихся Института в целях установления уровня освоения ими дисциплины. Оценочные материалы используются для текущего контроля успеваемости обучающихся по дисциплине и установленной настоящей рабочей программой формы промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине.

Оценочные материалы по дисциплине отвечают общей характеристике фондов оценочных материалов, являющихся самостоятельным компонентом образовательной программы, и объединены в фонд оценочных материалов (базу данных) по настоящей дисциплине.

Текущий контроль успеваемости по дисциплине регулярно осуществляется преподавателем в процессе проведения теоретических и практических занятий с помощью следующих оценочных средств: проверка ведения конспекта, глоссарий, тестовые задания, дискуссия, ессе.

Промежуточная аттестация осуществляется по завершению периода обучения с целью определения степени достижения запланированных результатов обучения по дисциплине в форме зачета.

Типовые задания и иные оценочные материалы для текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации

Типовые вопросы для контроля знаний по разделам (темам):

1. Конспекты лекций по всем разделам курса.
2. Глоссарий в объёме 10 терминов.

Примерные темы для дискуссий в процессе изучения дисциплины.

1. Виды адаптации.
2. Какова должна быть продолжительность эффективной адаптации: в социуме, в ДОУ, в школе, в ВУЗе на производстве?
3. Отличие адаптационного тренинга: от коммуникативного, личностного роста, психотерапевтического, профессионального?
4. Дезадаптация.

Примерные темы практических заданий для закрепления навыков.

1. Организация рабочего пространства тренинга.
2. Отработка адаптационных навыков.
3. Отработка коммуникативных навыков.
4. Критерии эффективности адаптации.
5. Отбор лучших приемов и методов социально-психологической адаптации.

Примерные темы эссе.

1. Когда применяется адаптационный тренинг.
2. Советы и рекомендации ведшему тренинга.
3. Роль адаптации в социуме.
4. Понятие дезадаптации.
5. Основные условия, при которых возможна адаптация.
6. Директивный подход против недирективного.

7. Проблема ограничений: ответственности, времени, границы агрессивного поведения.
8. Командообразование.
9. Пути преодоления проблем, связанных с процессом адаптации.
10. Тимбилдинг.

Вопросы для подготовки к зачету

1. Виды «Адаптация».
2. Какова должна быть продолжительность эффективной адаптации: в социуме, в ДОУ, в образовательной организации, на производстве?
3. Отличие адаптационного тренинга: от коммуникативного, личностного роста, психотерапевтического, профессионального?
4. Дезадаптация.
5. Различные подходы к определению понятия адаптации.
6. Цели и функции адаптации и обоснование ее необходимости.
7. Виды адаптации.
8. Этапы и механизмы адаптации.
9. Определение социально-психологической адаптации студента
10. Основные цели и задачи адаптационного тренинга.
11. Методика диагностики социально–психологической адаптации К. Роджерса и Р. Даймонда.
12. Многоуровневый личностный опросник «Адаптивность» А.Г. Маклакова и С.В. Чермянина.
13. Многоуровневый личностный опросник «Адаптивность» А.Г. Маклакова и С.В. Чермянина.

6. МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

К методическим материалам по дисциплине относятся предназначенные для обучения основные и дополнительные печатные издания, электронные учебные издания (учебно-методическая литература), профессиональные базы данных и информационные справочные системы лицензионное и свободно распространяемое программное обеспечение, согласно приведенным ниже перечням.

К методическим материалам по дисциплине относятся также инструктирующие материалы, приведенные в компоненте образовательной программы, имеющем название «Методические материалы».

Обучающимся рекомендуется ознакомиться: с содержанием рабочей программы дисциплины, с целями и задачами дисциплины, ее связями с другими дисциплинами образовательной программы, методическими разработками по данной дисциплине, имеющимися на официальном сайте Института, с графиком консультаций преподавателя.

Рекомендации по подготовке к лекционным занятиям.

- необходимо осуществлять конспектирование учебного материала,
- задавать преподавателю уточняющие вопросы с целью уяснения теоретических положений,
-перед началом изучения предмета просмотреть рабочую программу дисциплины,
-на отдельные занятия приносить соответствующий материал на бумажных носителях, представленный преподавателем,
- перед очередной лекцией необходимо просмотреть по конспекту материал предыдущей лекции,

Рекомендации по подготовке к практическим (семинарским) занятиям.

- перед практическим занятием следует изучить конспект лекции и рекомендованную преподавателем литературу,
-приносить с собой рекомендованную преподавателем литературу или дополнительный материал к конкретному занятию,
-до очередного практического занятия по рекомендованным литературным источникам проработать теоретический материал, соответствующей темы занятия,
-в начале занятий задать преподавателю вопросы по материалу, вызвавшему затруднения в его понимании,
-в ходе семинара давать конкретные, четкие ответы по существу вопросов.

Студентам, пропустившим занятия (независимо от причин), не подготовившиеся к данному практическому занятию, рекомендуется не позже, чем в 2-х недельный срок явиться на консультацию к преподавателю и отчитаться по теме, изучаемой на занятии. Студенты, не отчитавшиеся по каждой не проработанной ими на занятиях теме к началу зачетной сессии, упускают возможность получить положенные оценки за работу в соответствующем семестре.

Для подготовки к занятиям, текущему контролю и промежуточной аттестации студенты могут воспользоваться ресурсами библиотеки Института и электронных библиотечных систем; могут взять на дом необходимую литературу на абонементе или воспользоваться читальным залом.

Методические рекомендации по выполнению различных форм самостоятельных учебных занятий:

Подготовка к практическому занятию включает, кроме проработки конспекта и презентации лекции, поиск литературы (по рекомендованным спискам и самостоятельно), подготовку заготовок для выступлений по вопросам, выносимым для обсуждения по конкретной теме. Такие заготовки могут включать цитаты, факты, сопоставление различных позиций, собственные мысли. При подготовке к контрольной работе обучающийся должен повторять пройденный материал в строгом соответствии с учебной программой, используя конспект лекций и литературу, рекомендованную преподавателем.

При необходимости можно обратиться за консультацией и методической помощью к преподавателю.

Самостоятельная работа реализуется:

– непосредственно в процессе аудиторных занятий,

– на лекциях,

– практических занятиях,

– в контакте с преподавателем вне рамок расписания (на консультациях по учебным вопросам, в ходе творческих контактов, при ликвидации задолженностей, при выполнении индивидуальных заданий и т.д.),

– в библиотеке, дома, на кафедре при выполнении обучающимся учебных и практических задач.

Самостоятельная работа обучающихся предполагает следующие виды отчетности:

– подготовку и написание конспектов на заданные темы, изготовление презентаций;

– выполнение домашних заданий, поиск и отбор информации по отдельным разделам курса в сети Интернет.

Конспект положений по вопросам.

Методические рекомендации по написанию и проработке конспекта.

1. Внимательно прочти текст.

2. Выдели главную идею и озаглавь текст.

3. Раздели материал на части, выдели главную мысль каждой части.

4. Запиши названия смысловых частей в форме плана в левом рабочем поле конспекта.

5. Прочти текст во второй раз.

6. Сформулируй тезисы конспекта и запиши их в центральном поле конспекта. Помни, что тезисы – это мысли, содержащие главную информацию о содержании смысловых частей. Они не должны быть многословными.

7. Определи ключевые понятия, которые необходимо включить в конспект.

8. В конце конспекта сделай вывод, к которому ты пришёл, проработав текст.

Анализ научной статьи:

1.Прочтите статью один раз, не записывая ничего. Первое чтение нужно использовать для того, чтоб понять общую концепцию материала и получить общее понимание о его содержании.

2.Проверьте значение любых терминов или слов, которые вам неясны. Вы должны убедиться, что понимаете все данные, прежде чем приступите к анализу.

3.Попробуйте написать короткое резюме статьи объемом в 3-4 предложения. Если вы не сможете сделать этого, то вам, возможно, понадобится перечитать ее заново.

4.Перечитайте статью второй раз, чтобы подчеркнуть основополагающие данные. Прочитайте ее медленнее, чем в первый раз, и сделайте отметки на полях по ходу чтения.

5.Выделите основные тезисы в статье. Это должен быть главный аргумент, который подчеркивает автор или пытается доказать в своем материале. Ваш анализ будет возвращаться к этому тезису по мере того, как вы решите, насколько успешно автор смог убедить свою аудиторию.

Составление тезисов.

Тезис – это сжато сформулированные основные констатирующие положения текста. Умение правильно формулировать тезисы говорит об уровне подготовленности читателя, понимании темы, степени овладения материалом и методами самостоятельной работы над книгой.

Рекомендации:

•При составлении тезисов не приводите факты и примеры. Сохраняйте в тезисах самобытную форму высказывания, оригинальность авторского суждения, чтобы не потерять документальность и убедительность.

•Изучаемый текст читайте неоднократно, разбивая его на отрывки; в каждом из них выделяйте главное, и на основе главного формулируйте тезисы.

•По окончании работы над тезисами сверьте их с текстом источника, затем перепишите и пронумеруйте.

Рецензирование научной статьи.

Рецензирование – процедура рассмотрения научных статей и монографий учёными - специалистами в той же области. Цель рецензирования до публикации - убедиться в точности и достоверности изложения и в необходимых случаях добиться от автора следования стандартам, принятым в конкретной области или науке в целом.

Типовой план для написания рецензии:

1. Объект анализа;
2. Актуальность темы;
3. Краткое содержание;
4. Формулировка основного тезиса;
5. Общая оценка;
6. Недостатки, недочеты;
7. Выводы.
8. Объектом оценки могут быть: - полнота, глубина, всесторонность раскрытия темы; - новизна и актуальность поставленных проблем; - позиция, с которой автор рассматривает проблемы; - корректность аргументации и системы доказательств; - характер и достоверность примеров, иллюстративного материала; - убедительность выводов.

Доклад – небольшая научно-исследовательская работа, посвященная одной узкой теме. Он может быть сделан как в письменной, так и в устной форме.

Этап 1. Выбор темы. Как правило, студентам предлагаются варианты на выбор. Поэтому можно взять такую тему, чтобы она была действительно интересна докладчику, ведь только тогда получится хорошая работа.

Этап 2. Подбор литературы по теме (около 10 источников). Источники необходимо основательно изучить и выбрать основную информацию, чтобы она была интересной, полезной и достоверной. Поэтому информация берётся из проверенных источников. Лучше всего обратиться в библиотеку, так как в учебниках и журналах более достоверная информация.

Этап 3. Написание плана. Нужно составить план таким образом, чтобы доклад получился интересным. Пишите в первую очередь не для себя, а для слушателей.

Этап 4. Подведите итоги, напишите выводы.

Этап 5. Подготовьтесь к дополнительным вопросам.

Преподаватель может задать несколько вопросов после выступления. Поэтому, желательно заранее подготовиться и продумать все варианты ответов. В процессе изучения курса необходимо обратить внимание на самоконтроль знаний. С этой целью обучающийся после изучения каждой отдельной темы и затем всего курса по учебнику и дополнительной литературе должен проверить уровень своих знаний с помощью контрольных вопросов, которые помещены в конце каждой темы.

Для самостоятельного изучения отводятся темы, хорошо разработанные в учебных пособиях, научных монографиях и не могут представлять особенных трудностей при изучении.

К планируемым видам самостоятельной работы обучающихся относятся:

– подготовка и написание рефератов и других письменных работ на заданные темы;

– выполнение домашних заданий разнообразного характера;

– выполнение индивидуальных заданий, направленных на развитие самостоятельности и инициативы.

Для эффективной организации самостоятельной работы обучающихся необходимо:

– последовательное усложнение и увеличение объема самостоятельной работы, переход от простых к более сложным формам (выступление при анализе ситуаций, подготовка презентации и реферата, творческая работа и т. д.);

– постоянное повышение творческого характера выполняемых работ, активное включение в них элементов исследования, усиления их самостоятельного характера;

– систематическое управление самостоятельной работой, осуществление продуманной системы контроля и помощи обучающимся на всех этапах обучения.

Эффективным средством осуществления обучающимся самостоятельной работы является электронная информационно-образовательная среда, которая обеспечивает доступ к учебным планам, рабочим программам дисциплин (модулей), практик, к изданиям электронных библиотечных систем.

Студентам следует:

- руководствоваться графиком самостоятельной работы, определенным РПД;

- выполнять все плановые задания, выдаваемые преподавателем, разбирать на семинарах и консультациях неясные вопросы;

- использовать при подготовке нормативные документы филиала; при подготовке к экзамену параллельно прорабатывать соответствующие теоретические и практические разделы дисциплины, фиксируя неясные моменты для их обсуждения на плановой консультации.

Методические рекомендации по работе с литературой.

Любая форма самостоятельной работы студента (подготовка к семинарскому занятию, написание эссе, курсовой работы, доклада и т.п.) начинается с изучения соответствующей литературы, как в библиотеке, так и дома. К каждой теме учебной дисциплины подобрана основная и дополнительная литература. Работу с литературой целесообразно начать с изучения общих работ по теме, а учебников и учебных пособий. Далее рекомендуется перейти к анализу монографий и статей, рассматривающих отдельные аспекты проблем, изучаемых в рамках курса, а также официальных материалов и неопубликованных документов, в которых могут содержаться основные вопросы изучаемой проблемы.

Работу с источниками надо начинать с ознакомительного чтения, т.е. просмотреть текст, выделяя его структурные единицы.

При ознакомительном чтении закладками отмечаются те страницы, которые требуют более внимательного изучения. В зависимости от результатов ознакомительного чтения выбирается дальнейший способ работы с источником. Если для разрешения поставленной задачи требуется изучение некоторых фрагментов текста, то используется метод выборочного чтения. Если в книге нет подробного оглавления, следует обратить внимание ученика на предметные и именные указатели. Избранные фрагменты или весь текст (если он целиком имеет отношение к теме) требуют вдумчивого, неторопливого чтения с «мысленной проработкой» материала.

Такое чтение предполагает выделение:

1) главного в тексте;

2) основных аргументов;

3) выводов.

Особое внимание следует обратить на то, вытекает тезис из аргументов или нет. Необходимо также проанализировать, какие из утверждений автора носят проблематичный, гипотетический характер, и уловить скрытые вопросы. Понятно, что умение таким образом работать с текстом приходит далеко не сразу. Наилучший способ научиться выделять главное в тексте, улавливать проблематичный характер утверждений, давать оценку авторской позиции – это сравнительное чтение, в ходе которого студент знакомится с различными мнениями по одному и тому же вопросу, сравнивает весомость и доказательность аргументов сторон и делаете вывод о наибольшей убедительности той или иной позиции.

Если в литературе встречаются разные точки зрения по тому или иному вопросу из-за сложности прошедших событий и правовых явлений, нельзя их отвергать, не разобравшись. При наличии расхождений между авторами необходимо найти рациональное зерно у каждого из них, что позволит глубже усвоить предмет изучения и более критично оценивать изучаемые вопросы. Знакомясь с особыми позициями авторов, нужно определять их схожие суждения, аргументы, выводы, а затем сравнивать их между собой и применять из них ту, которая более убедительна.

Следующим этапом работы с литературными источниками является создание конспектов, фиксирующих основные тезисы и аргументы. Можно делать записи на отдельных листах, которые потом легко систематизировать по отдельным темам изучаемого курса.

Другой способ – это ведение тематических тетрадей- конспектов по одной какой-либо теме. Большие специальные работы монографического характера целесообразно конспектировать в отдельных тетрадях. Здесь важно вспомнить, что конспекты пишутся на одной стороне листа, с полями и достаточным для исправления и ремарок межстрочным расстоянием (эти правила соблюдаются для удобства редактирования). Если в конспектах приводятся цитаты, то непременно должно быть дано указание на источник (автор, название, выходные данные, № страницы). Впоследствии эта информации может быть использована при написании текста реферата или другого задания.

Выделяются следующие виды записей при работе с литературой:

Конспект - краткая схематическая запись основного содержания научной работы. Целью является не переписывание произведения, а выявление его логики, системы доказательств, основных выводов. Хороший конспект должен сочетать полноту изложения с краткостью.

Методические указания по заполнению рабочей тетради. Работа с домашними тетрадями ведется дома, а наиболее важные проблемы освоения дисциплины по усмотрению преподавателя выносятся для общего обсуждения на практических занятиях.

Рекомендации студентам:

-следует обращаться к преподавателю по всем вопросам, вызвавшим затруднения в процессе решения задач, анализа ситуаций, построения графиков, ответов на тестовые задания, предложенные в рабочей тетради.

Реферат (письменные работы по избранному вопросу) - может быть подготовлен по заданной теме на основе нескольких источников: монографической литературы, научных статей, учебной и справочной литературы.

В реферате должны присутствовать характерные поисковые признаки: раскрытие содержания основных концепций, цитирование мнений некоторых специалистов по данной проблеме, текстовые дополнения в сносках или оформление специального словаря в приложении и т.п.

При написании текста реферата документированные фрагменты сопровождаются логическими авторскими связками. Обучающемуся предоставляется право самостоятельно выбрать тему реферата из списка, рекомендованного в рабочей программе дисциплины. При определении темы учитывается ее актуальность, научная разработанность, наличие базы источников, а также опыт практической деятельности, начальные знания обучающегося и его личный интерес к выбору проблемы. После выбора темы составляется список изданной по теме (проблеме) литературы, опубликованных статей, необходимых справочных источников. Обязательно следует уточнить перечень нормативных правовых актов органов государственной власти и управления (если они используются), других документов для анализа.

План реферата имеет внутреннее единство, строгую логику изложения, смысловую завершенность раскрываемой проблемы (темы). Реферат состоит из краткого введения, двух-трех пунктов основной части, заключения и списка использованных источников.

Во введении (1-1,5 страницы) раскрывается актуальность темы (проблемы), сопоставляются основные точки зрения, показываются цель и задачи производимого в реферате анализа.

В основной части формулируются ключевые понятия и положения, вытекающие из анализа теоретических источников (точек зрения, моделей, концепций), документальных источников и материалов практики, экспертных оценок по вопросам исследуемой проблемы, а также результатов эмпирических исследований.

При написании реферата (как и остальных письменных работ) обязательно наличие ссылок (сносок) на использованные источники. Причем требуется выдерживать единообразие ссылок (сносок) при оформлении. Образцы оформления сносок представлены в методических рекомендациях по оформлению письменных работ и представлены на сайте Института.

Реферат носит исследовательский характер, содержит результаты творческого поиска автора. В заключении (1-2 страницы) подводятся главные итоги авторского исследования в соответствии с выдвинутой целью и задачами реферата, делаются обобщенные выводы или даются рекомендации практического и исследовательского характера по разрешению изученной проблемы. Объем реферата, как правило, не должен превышать 15-20 страниц машинописного (компьютерного) текста при требуемом интервале.

Реферат имеет титульный лист. После титульного листа печатается план реферата. Каждый раздел реферата начинается с названия. Оформляется справочно-библиографическое описание литературы и других источников. Реферат представляется и обсуждается на практическом занятии в группе.

Критерии оценки реферата: зачтено – выставляется студенту, если студентом усвоен основной материал, рассматриваемые в реферате понятия, явления определяются четко и полно с приведением примеров, работа выполняется студентом самостоятельно, грамотно применяется категория анализа, приводимые доказательства логичны, умело используются приемы сравнения и обобщения, делается развернутый вывод по теме, обоснованно интерпретируется представленные материалы.

К методическим материалам по дисциплине также относятся предназначенные для обучения основные и дополнительные печатные издания, электронные учебные издания (учебно-методическая литература), профессиональные базы данных и информационные справочные системы, лицензионное и свободно распространяемое программное обеспечение, согласно приведенным ниже перечням.

Порядок оценки результата изучения дисциплины. Оценка результата обучения по дисциплине (знаний, умений и навыков) проводится поэтапно – в форме текущего контроля успеваемости и в форме промежуточной аттестации. Контроль текущей успеваемости проводится в целях подведения промежуточных итогов формирования необходимых компетенций, анализа состояния учебной работы, выявления неуспевающих, ликвидации задолженностей.

Контроль текущей успеваемости обучающихся проводится в ходе обучения для определения уровня усвоения обучающимися знаний; формирования у них умений и навыков; своевременного выявления недостатков в подготовке обучающихся и принятия необходимых мер по ее корректировке; совершенствованию методики обучения; организации учебной работы и оказания обучающимся индивидуальной помощи.

К контролю текущей успеваемости относятся проверка знаний, умений и навыков обучающихся:

− на практических занятиях (решение проблемных задач);

− по результатам выполнения индивидуальных заданий (самостоятельная работа, доклад);

− по результатам проверки качества конспектов лекций и иных материалов;

− по результатам отчета обучающихся, имеющих академические задолженности, в ходе индивидуальной консультации преподавателя.

Все виды текущего контроля осуществляются на практических занятиях. Каждая форма контроля по дисциплине включает в себя теоретические вопросы, позволяющие оценить уровень усвоения обучающимися знаний и практические задания, выявляющие степень сформированности умений и навыков.

Процедура оценивания уровня освоения компетенций обучающимися основана на следующих принципах:

1. Периодичность проведения оценки (на каждом занятии).

2. Многоступенчатость: оценка (как преподавателем, так и обучающимися) и самооценка обучающегося, обсуждение результатов и комплекса мер по устранению недостатков.

3. Единство используемой технологии для всех обучающихся, выполнение условий сопоставимости результатов оценивания.

4. Соблюдение последовательности проведения оценки: предусмотрено, что развитие компетенций идет по возрастанию их уровней сложности, а оценочные средства на каждом этапе учитывают это возрастание.

6.1. Перечень основной и дополнительной учебно-методической литературы, необходимой для освоения дисциплины

Основная литература

1. Марасанов, Г. И. Социально-психологический тренинг / Г. И. Марасанов. — 5-е изд. — Москва : Когито-Центр, 2019. — 251 с. — ISBN 5-89353-042-X. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: https://www.iprbookshop.ru/88390.html. — Режим доступа: для авторизир. пользователей

Дополнительная литература

1. Обухова, Ю. В. Практическая психология личности: тренинговые технологии в работе педагога-психолога / Ю. В. Обухова. — Ростов-на-Дону, Таганрог : Издательство Южного федерального университета, 2020. — 124 с. — ISBN 978-5-9275-3654-2. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: https://www.iprbookshop.ru/115526.html — Режим доступа: для авторизир. пользователей

2. Пачина, Н. Н. Основы тренинговой деятельности : учебное пособие / Н. Н. Пачина, С. А. Поздняков. — Липецк : Липецкий государственный технический университет, ЭБС АСВ, 2018. — 39 с. — ISBN 978-5-88247-910-б. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: https://www.iprbookshop.ru/88799.html. — Режим доступа: для авторизир. пользователей

3. Старшенбаум, Г. В. Тренинг навыков практического психолога : интерактивный учебник. Игры, тесты, упражнения / Г. В. Старшенбаум. — Саратов : Вузовское образование, 2015. — 281 с. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: https://www.iprbookshop.ru/31712.html. — Режим доступа: для авторизир. пользователей

4. Ушаков, Д. В. Психология интеллекта и одаренности / Д. В. Ушаков. — 2-е изд. — Москва : Издательство «Институт психологии РАН», 2019. — 464 с. — ISBN 978-5-9270-0218-4. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: https://www.iprbookshop.ru/88374.html — Режим доступа: для авторизир. пользователей

5. Шаурова, Т. Г. Психология интеллекта: тесты [Текст] : учебно-практич. пособ. / Т. Г. Шаурова, О. И. Шуваева. — Пермь, НП ВПО ПСИ, 2006. — 128 с.

6.2. Профессиональные базы данных, информационные справочные системы

1. Авторефераты диссертаций ВАК (http://vak.ed.gov.ru/)
2. Вестник Московского университета. Серия 14. Психология www.psy.msu.ru/science/vestnik/
3. Вопросы психологии www.voppsy.ru/
4. ВСЕТЕСТЫ.ru Профессиональные психологические тесты https://vsetesti.ru/
5. Журнал практического психолога http://prakpsyjournal.ru/
6. Институт практической психологии и психоанализа https://psychol.ru/
7. Институт психологии РАН http://ipras.ru/
8. Кабинет психологических портретов http://www.psyh-portret.ru/
9. Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU: https://elibrary.ru
10. Национальная электронная библиотека (НЭБ): https://rusneb.ru
11. Национальный психологический журнал http://npsyj.ru/
12. Портал Академической психологии http://www.portal-psychology.ru/
13. Портал психологических изданий http://psyjournals.ru/journal_catalog/
14. Портал психологических изданий на иностранном языке psychologytoday.com
15. Практическая психология http://psynet.narod.ru/

16. Практический психолог http://www.psilib.ru
17. Психологические исследования http://psystudy.ru/
18. Психологический журнал http://www.ipras.ru/cntnt/rus/institut_p/psihologic.html
19. Реферативная база данных на иностранных языках: https://www.scopus.com
20. Российская государственная библиотека (РГБ) http://www.rsl.ru/
21. Российское психологическое общество (РПО) http://psyrus.ru/
22. Справочная правовая система (СПС) КонсультантПлюс
23. Федеральный портал «Российское образование» http://www.edu.ru
24. Электронная психологическая библиотека http://www.koob.ru
25. Электронно-библиотечная система IPRbooks (ЭБС IPRbooks): http://www.iprbookshop.ru
26. Электронно-библиотечная система издательства «Лань»: http://e.lanbook.com/
27. Энциклопедия психодиагностики http://psylab.info

6.3. Лицензионное и свободно распространяемое программное обеспечение

Информационные Интернет-источники

1. http://elibrary.ru – Научная электронная библиотека (имеет обширный набор статей, характеризующих современное состояние психологической науки)
2. Операционная система Windows 10 home edition
3. MS Office Online
4. Интернет-браузер Google Chrome

Информационно-справочные и поисковые системы

1. Справочно-правовая система «Консультант Плюс» http://www.consultant.ru.
2. Информационно-правовой портал «Гарант» http://www.garant.ru.
3. Федеральный портал «Российское образование» http://www.edu.ru.

7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПРИ РЕАЛИЗАЦИИ ДИСЦИПЛИНЫ

Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа укомплектована специализированной мебелью, оснащена демонстрационным оборудованием (персональный компьютер с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду организации, к ЭБС, мультимедийный проектор, экран).

Учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа, практических занятий укомплектована специализированной мебелью, оснащена видеопроекционным оборудованием для презентаций (демонстрационный экран, мультимедийный видеопроектор), компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в ЭИОС Института.

Учебная аудитория для групповых и индивидуальных консультаций укомплектована специализированной мебелью, оснащена видеопроекционным оборудованием для презентаций (демонстрационный экран, мультимедийный видеопроектор), компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в ЭИОС Института.

Учебная аудитория для текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации, укомплектована специализированной мебелью, оснащена демонстрационным оборудованием (персональный компьютер с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду организации, к ЭБС, мультимедийный проектор, экран).

Помещение для самостоятельной работы обучающихся оснащено компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в ЭИОС Института.

Помещение для хранения и текущего обслуживания учебного оборудования.

Лист регистрации дополнений и изменений в рабочей программе дисциплины (модуля)

Дисциплина «Адаптационный тренинг»
по направлению подготовки 37.03.01 Психология

№ п/п	Краткая характеристика вносимых дополнений / изменений в РПД	Дата и номер протокола заседания кафедры
1	Структура Института, литература	№ 1 от 23 сентября 2024 г.