|  |  |
| --- | --- |
| Министерство науки и высшего образования Российской Федерации  Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Ростовский государственный экономический университет (РИНХ)» | |
|  | УТВЕРЖДАЮ  Директор Таганрогского института имени А.П. Чехова (филиала)  РГЭУ (РИНХ)  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Голобородько А.Ю.  «\_\_\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 20\_\_\_г. |
|  |
|  |  |
| **Рабочая программа дисциплины**  **Тренинг адаптации к вузовскому обучению** | |
|  |  |
| направление 37.03.01 Психология  направленность (профиль) | |
|  |  |
| Для набора \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ года | |
|  |  |
| Квалификация  Бакалавр | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| УП: 37.03.01-20-2-ПСХZ.plx | | | | | | | |  |  | стр. 2 | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| КАФЕДРА |  | **психологии** | | | | | | | | |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Распределение часов дисциплины по курсам** | | | | | | |  |  |  |  |  |
| Курс | | | **1** | | Итого | |  |  |  |  |  |
| Вид занятий | | | УП | РП |  |  |  |  |  |
| Лабораторные | | | 8 | 8 | 8 | 8 |  |  |  |  |  |
| Итого ауд. | | | 8 | 8 | 8 | 8 |  |  |  |  |  |
| Кoнтактная рабoта | | | 8 | 8 | 8 | 8 |  |  |  |  |  |
| Сам. работа | | | 60 | 60 | 60 | 60 |  |  |  |  |  |
| Часы на контроль | | | 4 | 4 | 4 | 4 |  |  |  |  |  |
| Итого | | | 72 | 72 | 72 | 72 |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **ОСНОВАНИЕ** | | | | | | | | |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Учебный план утвержден учёным советом вуза от 30.08.2021 протокол № 1.      Программу составил(и): Доц., Мищенко В. И. \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_    Зав. кафедрой: Холина О. А. \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ | | | | | | | | | | | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| УП: 37.03.01-20-2-ПСХZ.plx | | |  |  |  |  |  | стр. 3 |
| **1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ** | | | | | | | | |
| 1.1 | Раскрытие механизмов и закономерностей условий для успешной адаптации студентов первого курса, способствующих дальнейшему осуществлению различных направлений деятельности юридического психолога (просветительской, научно-исследовательской, проектной, практической). | | | | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **2. ТРЕБОВАНИЯ К РЕЗУЛЬТАТАМ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ** | | | | | | | | |
| **ПК-10:способностью к проектированию, реализации и оценке учебно-воспитательного процесса, образовательной среды при подготовке психологических кадров с учетом современных активных и интерактивных методов обучения и инновационных технологий** | | | | | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **В результате освоения дисциплины обучающийся должен:** | | | | | | | | |
| **Знать:** | | | | | | | | |
| определения социально-психологической адаптации и дезадаптации, цели, задачи, этапы и проявления адаптации индивида в группе; принципы осуществления организации, планирования, методической подготовки и реализации проекта в области юридической психологии; формы просветительской деятельности среди населения с целью повышения уровня психологической культуры общества; принципы проектирования, реализации и оценки учебно-воспитательного процесса, образовательной среды при подготовке психологических кадров с учетом современных активных и интерактивных методов обучения и инновационных технологий; особенности научно-исследовательской и практической деятельности. | | | | | | | | |
| **Уметь:** | | | | | | | | |
| находить и вербализовать личный смысл обучения как деятельности, мотивировать себя к учению; осуществлять организацию, планирование, методическую подготовку и реализацию проекта в области юридической психологии; организовывать просветительскую деятельность среди населения с целью повышения уровня психологической культуры общества; проектировать, реализовывать и оценивать учебно-воспитательный процесс, образовательную среду при подготовке психологических кадров с учетом современных активных и интерактивных методов обучения и инновационных технологий; ставить профессиональные задачи в области научно-исследовательской и практической деятельности. | | | | | | | | |
| **Владеть:** | | | | | | | | |
| решения возникающих конфликтных ситуаций; навыками самостоятельного составления целей и задач успешной адаптации к учебной деятельности, методами и средствами приспособления к содержанию и субъектам учебного процесса; организации, планирования, методической подготовки и реализации проекта в области юридической психологии; просветительской деятельности среди населения с целью повышения уровня психологической культуры общества; проектирования, реализации и оценки учебно-воспитательного процесса, образовательной среды при подготовке психологических кадров с учетом современных активных и интерактивных методов обучения и инновационных технологий; постановки профессиональных задач в области научно-исследовательской и практической деятельности. | | | | | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **3. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ** | | | | | | | | |
| **Код занятия** | | **Наименование разделов и тем /вид занятия/** | | **Семестр / Курс** | **Часов** | **Компетен-**  **ции** | **Литература** | |
|  | | **Раздел 1.** | |  |  |  |  | |
| 1.1 | | Особенности учебной деятельности взрослых.  Особенности восприятия информации, специфика построения внутригруппового взаимодействия.  /Лаб/ | | 1 | 1 | ПК-10 | Л1.3Л2.1 Л2.7 | |
| 1.2 | | Представление о социальной адаптации, ее функциях и возможностях.  Работа в рамках социально-психологического тренинга над социализацией. Моделирование социальной ситуации в группе участников социально- психологического тренинга.  Атмосфера непосредственного общения и доверия участников как адаптационная среда.  /Лаб/ | | 1 | 1 | ПК-10 | Л1.16 Л1.17 | |
| 1.3 | | Конфликты и конфликтность в учебной группе.  Понятие и виды конфликтов, структура конфликта, способы решения конфликтов.  /Лаб/ | | 1 | 2 | ПК-10 | Л1.7 Л1.13Л2.6 | |
| 1.4 | | Технологии тайм-менеджмента.  Временной контроль.  Причины слабого временного контроля.  Программа по управлению временем.  /Лаб/ | | 1 | 2 | ПК-10 | Л1.14 Л1.15Л2.4Л3. 1 Л3.2 | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| УП: 37.03.01-20-2-ПСХZ.plx | |  |  |  |  |  | стр. 4 |
| 1.5 | Практика применения элементов адаптационного тренинга в работе с организациями. Организационное развитие.  Возможности решения социально-психологических и личностных конфликтов.  Осознание особенностей своей личности и своих отношений с другими людьми, своих жизненных стратегий и моделей поведения.  /Лаб/ | | 1 | 2 | ПК-10 | Л1.13Л2.6 | |
| 1.6 | Понятие роли, принятие и разыгрывание роли.  Представления о роли и ролевой игре. Концепция ролей и ролевых игр. Планирование сценария и роли. Базовые техники. Задачи ситуационных техник. Ролевая игра как базовый метод социально-психологического тренинга.  /Ср/ | | 1 | 6 | ПК-10 | Л1.1 Л1.2 | |
| 1.7 | Взаимодополняющие варианты ролевого поведения.  Представление о функциональной единице К. Ч. Тойча, параллельных транзакциях Э.Берна.  /Ср/ | | 1 | 6 | ПК-10 | Л1.1 Л1.2 | |
| 1.8 | Ролевая позиция ведущего и динамика группы.  Этапы группового развития, нормы и модели поведения в группе. Интенсивность открытой обратной связи. Переживание «здесь и теперь» в процессе работы группы.  /Ср/ | | 1 | 6 | ПК-10 |  | |
| 1.9 | Представление о времени в жизни человека.  Представления о трех временах жизни человека. Потребность в структурировании и дифференциации времени. Влияние будущего на настоящее. Образы позитивного будущего в ситуации кризиса и разрыва связей с миром.  /Ср/ | | 1 | 6 | ПК-10 | Л1.10Л2.5 | |
| 1.10 | Технологии планирования будущего.  Понятия «самофутурирование», «самопрограммирование» и позитивное Я - будущее. Обращение к будущему как поиск якоря и точки опоры в кризисе. «Пересмотр корней» и отношения участника тренинга к своему прошлому и настоящему. Приобретение навыков выбора и принятия решений, постановки целей.  /Ср/ | | 1 | 6 | ПК-10 | Л1.6 Л1.11Л2.8Л3. 3 | |
| 1.11 | Практика применения элементов адаптационного тренинга в работе с организациями. Организационное развитие.  Возможности решения социально-психологических и личностных конфликтов. Осознание особенностей своей личности и своих отношений с другими людьми, своих жизненных стратегий и моделей поведения.  /Ср/ | | 1 | 12 | ПК-10 | Л1.9 Л1.13 Л1.17 | |
| 1.12 | Поведение личности в стрессовых ситуациях.  Общее понятие стрессовой ситуации. Стадии стресса. Общий адаптационный синдром (Селье).  Социальные стрессовые ситуации (публичное выступление, экзамен и т.п.).  Способы совладающего поведения в стрессовых ситуациях.  Развитие навыков уверенного поведения.  /Ср/ | | 1 | 12 | ПК-10 | Л1.4 Л1.12Л2.2 Л2.3 | |
| 1.13 | Психологический климат и психологическая совместимость в учебной группе.    Понятие, критерии и способы диагностики психологического климата.  Понятие, виды и способы диагностики психологической совместимости.  Способы налаживания внутригрупповых взаимоотношений.  /Ср/ | | 1 | 6 | ПК-10 | Л1.5 Л1.8 | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| УП: 37.03.01-20-2-ПСХZ.plx | | | |  |  |  |  |  |  | стр. 5 |
| 1.14 | | Зачет /Зачёт/ | | | 1 | 4 | ПК-10 | | Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4 Л1.5 Л1.6 Л1.7 Л1.8 Л1.9 Л1.10 Л1.11 Л1.12 Л1.13 Л1.14 Л1.15 Л1.16 Л1.17Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6 Л2.7 Л2.8Л3.1 Л3.2 Л3.3 | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **4. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ** | | | | | | | | | | |
| Структура и содержание фонда оценочных средств для проведения текущей и промежуточной аттестации представлены в Приложении 1 к рабочей программе дисциплины. | | | | | | | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **5. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ** | | | | | | | | | | |
| **5.1. Основная литература** | | | | | | | | | | |
|  | Авторы, составители | | Заглавие | | Издательство, год | | | Колич-во | | |
| Л1.1 | Берн Э. Л. | | Игры, в которые играют люди. Психология человеческих взаимоотношений: научно- популярное издание | | Москва: Директ-Медиа, 2008 | | | http://biblioclub.ru/index. php? page=book&id=39131 неограниченный доступ для зарегистрированных пользователей | | |
| Л1.2 | Берн Э. Л. | | Люди, которые играют в игры: научно- популярное издание | | Москва: Директ-Медиа, 2008 | | | http://biblioclub.ru/index. php? page=book&id=39132 неограниченный доступ для зарегистрированных пользователей | | |
| Л1.3 | Марасанов Г. И. | | Социально-психологический тренинг: практическое пособие | | Москва: Когито-Центр, 2001 | | | http://biblioclub.ru/index. php? page=book&id=86238 неограниченный доступ для зарегистрированных пользователей | | |
| Л1.4 | Бодров В. А. | | Психологический стресс: развитие и преодоление: монография | | Москва: ПЕР СЭ, 2006 | | | http://biblioclub.ru/index. php? page=book&id=86338 неограниченный доступ для зарегистрированных пользователей | | |
| Л1.5 | Мостовая К. Т. | | Влияния лидерских позиций руководителя на социально-психологический климат в коллективе | | Москва: Лаборатория книги, 2010 | | | http://biblioclub.ru/index. php? page=book&id=86527 неограниченный доступ для зарегистрированных пользователей | | |
| Л1.6 | Гуревич П. С. | | Психология личности: учебное пособие | | Москва: Юнити, 2015 | | | http://biblioclub.ru/index. php? page=book&id=118128 неограниченный доступ для зарегистрированных пользователей | | |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| УП: 37.03.01-20-2-ПСХZ.plx | | |  |  |  | стр. 6 |
|  | Авторы, составители | Заглавие | | Издательство, год | Колич-во | |
| Л1.7 | Цветков В. Л. | Психология конфликта: от теории к практике: учебное пособие | | Москва: Юнити, 2015 | http://biblioclub.ru/index. php? page=book&id=118984 неограниченный доступ для зарегистрированных пользователей | |
| Л1.8 | Овсянникова Е. А., Серебрякова А. А. | Социальная психология: учебное пособие | | Москва: ФЛИНТА, 2020 | http://biblioclub.ru/index. php? page=book&id=279866 неограниченный доступ для зарегистрированных пользователей | |
| Л1.9 | Мандель Б. Р. | Современная организационная психология. Модульный курс: учебное пособие для обучающихся в гуманитарных вузах (бакалавры, магистры): учебное пособие | | Москва|Берлин: Директ- Медиа, 2016 | http://biblioclub.ru/index. php? page=book&id=435528 неограниченный доступ для зарегистрированных пользователей | |
| Л1.10 | Михальский А. В. | Психология времени: хронопсихология: учебное пособие | | Москва: Московский педагогический государственный университет (МПГУ), 2016 | http://biblioclub.ru/index. php? page=book&id=470997 неограниченный доступ для зарегистрированных пользователей | |
| Л1.11 | Габдулина Л. И. | Аксиологическая психология личности: теория и практика: учебное пособие | | Ростов-на-Дону|Таганрог: Южный федеральный университет, 2017 | http://biblioclub.ru/index. php? page=book&id=493050 неограниченный доступ для зарегистрированных пользователей | |
| Л1.12 | Зинченко Е. В. | Психологические аспекты стресса: учебное пособие | | Ростов-на-Дону: Южный федеральный университет, 2017 | http://biblioclub.ru/index. php? page=book&id=493335 неограниченный доступ для зарегистрированных пользователей | |
| Л1.13 | Суворова А. В., Нищитенко С. В. | Психология конфликта: учебное пособие | | Ставрополь: Северо- Кавказский Федеральный университет (СКФУ), 2018 | http://biblioclub.ru/index. php? page=book&id=494814 неограниченный доступ для зарегистрированных пользователей | |
| Л1.14 | Кеннеди Д. | Жесткий тайм-менеджмент: возьмите свою жизнь под контроль: практическое пособие | | Москва: Альпина Паблишер, 2018 | http://biblioclub.ru/index. php? page=book&id=495610 неограниченный доступ для зарегистрированных пользователей | |
| Л1.15 | Медведева В. Р. | Тайм-менеджмент. Развитие навыков эффективного управления временем: учебное пособие | | Казань: Казанский научно -исследовательский технологический университет (КНИТУ), 2017 | http://biblioclub.ru/index. php? page=book&id=560859 неограниченный доступ для зарегистрированных пользователей | |
| Л1.16 | Капустина В. А. | Психология общения: учебное пособие | | Новосибирск: Новосибирский государственный технический университет, 2018 | http://biblioclub.ru/index. php? page=book&id=576325 неограниченный доступ для зарегистрированных пользователей | |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| УП: 37.03.01-20-2-ПСХZ.plx | | |  |  |  | стр. 7 |
|  | Авторы, составители | Заглавие | | Издательство, год | Колич-во | |
| Л1.17 | Пшеничнова Л. М., Ротарь Г. Г. | Психология общения: учебное пособие | | Воронеж: Воронежский государственный университет инженерных технологий, 2019 | http://biblioclub.ru/index. php? page=book&id=601573 неограниченный доступ для зарегистрированных пользователей | |
| **5.2. Дополнительная литература** | | | | | | |
|  | Авторы, составители | Заглавие | | Издательство, год | Колич-во | |
| Л2.1 |  | Вопросы психологии | | , 2014 | 6 | |
| Л2.2 | Золотарева К. В. | Личностные детерминанты нервно-психической устойчивости у представителей стрессогенной профессии: монография | | Москва: Лаборатория книги, 2010 | http://biblioclub.ru/index. php? page=book&id=87277 неограниченный доступ для зарегистрированных пользователей | |
| Л2.3 | Стекачева А. Д. | Управление конфликтами и стрессами на предприятии | | Москва: Лаборатория книги, 2012 | http://biblioclub.ru/index. php? page=book&id=140857 неограниченный доступ для зарегистрированных пользователей | |
| Л2.4 | Архангельский Г. А., Лукашенко М. А., Телегина Т. В., Бехтерев С. В., Архангельский Г. А. | Тайм-менеджмент. Полный курс: учебное пособие | | Москва: Альпина Паблишер, 2016 | http://biblioclub.ru/index. php? page=book&id=269985 неограниченный доступ для зарегистрированных пользователей | |
| Л2.5 | Нестик Т. А. | Социальная психология времени: монография | | Москва: Институт психологии РАН, 2014 | http://biblioclub.ru/index. php? page=book&id=271656 неограниченный доступ для зарегистрированных пользователей | |
| Л2.6 | Левкин В. Е. | Тренинг эффективного общения: учебное пособие | | Москва|Берлин: Директ- Медиа, 2016 | http://biblioclub.ru/index. php? page=book&id=450204 неограниченный доступ для зарегистрированных пользователей | |
| Л2.7 | Мандель Б. Р. | Психология развития (детство, юность, молодость): история и проблематика: учебное пособие | | Москва|Берлин: Директ- Медиа, 2018 | http://biblioclub.ru/index. php? page=book&id=482993 неограниченный доступ для зарегистрированных пользователей | |
| Л2.8 | Балыко Д. | Говори афористично! Будь всегда харизматичным! Техники НЛП в действии: аудиоиздание | | Москва: Студия АРДИС, 2008 | http://biblioclub.ru/index. php? page=book&id=603704 неограниченный доступ для зарегистрированных пользователей | |
| **5.3. Методические разрабоки** | | | | | | |
|  | Авторы, составители | Заглавие | | Издательство, год | Колич-во | |
| Л.1 | Кириллова Е. А. | Совершенствование использования тайм- менеджмента в системе управления современной организацией на примере ООО «СБСВ- Ключавто Мицубиши КМВ»: выпускная квалификационная работа: студенческая научная работа | | Пятигорск, 2016 | http://biblioclub.ru/index. php? page=book&id=457990 неограниченный доступ для зарегистрированных пользователей | |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| УП: 37.03.01-20-2-ПСХZ.plx | | |  |  |  | стр. 8 |
|  | Авторы, составители | Заглавие | | Издательство, год | Колич-во | |
| Л.2 | Цибульникова В. Е. | Тайм-менеджмент в образовании: учебно- методический комплекс дисциплины: учебно- методический комплекс | | Москва: Московский педагогический государственный университет (МПГУ), 2016 | http://biblioclub.ru/index. php? page=book&id=469583 неограниченный доступ для зарегистрированных пользователей | |
| Л.3 | Бутрим С. Р., Бернович Е. В., Дорогун О. И., Соловьева О. А., Касьяник Е. Л., Попова О. С. | Профессионально-личностное развитие учащихся: сборник коррекционных программ: практическое пособие | | Минск: РИПО, 2014 | http://biblioclub.ru/index. php? page=book&id=485977 неограниченный доступ для зарегистрированных пользователей | |
| **5.3 Профессиональные базы данных и информационные справочные системы** | | | | | | |
| https://psytests.org - База данных психологических тестов онлайн | | | | | | |
| **5.4. Перечень программного обеспечения** | | | | | | |
| Microsoft Office | | | | | | |
| **5.5. Учебно-методические материалы для студентов с ограниченными возможностями здоровья** | | | | | | |
| При необходимости по заявлению обучающегося с ограниченными возможностями здоровья учебно-методические материалы предоставляются в формах, адаптированных к ограничениям здоровья и восприятия информации. Для лиц с нарушениями зрения: в форме аудиофайла; в печатной форме увеличенным шрифтом. Для лиц с нарушениями слуха: в форме электронного документа; в печатной форме. Для лиц с нарушениями опорно-двигательного аппарата: в форме электронного документа; в печатной форме. | | | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |
| **6. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)** | | | | | | |
| Специальные помещения представляют собой учебные аудитории для проведения лабораторных работ, текущего контроля и промежуточной аттестации, а также помещения для самостоятельной работы и помещения для хранения и профилактического обслуживания учебного оборудования. Специальные помещения укомплектованы мебелью и техническими средствами обучения, служащими для представления учебной информации большой аудитории. Лабораторные занятия по дисциплине проводятся в специализированных аудиториях, оборудованных для организации групповых тренинговых занятий. | | | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |
| **7. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)** | | | | | | |
| Методические указания по освоению дисциплины представлены в Приложении 2 к рабочей программе дисциплины. | | | | | | |