|  |
| --- |
|  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: 37.03.01-19-3-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: 37.03.01-19-3-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 |  |  Л1.16 Л1.17 |
|  1.3 |  Конфликты и конфликтность в учебной группе. Понятие и виды конфликтов, структура конфликта, способы решения конфликтов. /Лаб/ |  1 |  2 |  |  Л1.7 Л1.13Л2.6 |
|  1.4 |  Технологии тайм-менеджмента. Временной контроль. Причины слабого временного контроля. Программа по управлению временем. /Лаб/ |  1 |  2 |  |  Л1.14 Л1.15Л2.4Л3. 1 Л3.2 |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  УП: 37.03.01-19-3-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 |  |  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 |  |  Л1.1 Л1.2 |
|  1.7 |  Взаимодополняющие варианты ролевого поведения. Представление о функциональной единице К. Ч. Тойча, параллельных транзакциях Э.Берна. /Ср/ |  1 |  6 |  |  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 |  |  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 |  |  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 |  |  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 |  |  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 |  |  Л1.5 Л1.8 |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  УП: 37.03.01-19-3-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: 37.03.01-19-3-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: 37.03.01-19-3-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: 37.03.01-19-3-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. |