

ФЕДЕРАЛЬНОЕ АГЕНТСТВО ЖЕЛЕЗНОДОРОЖНОГО ТРАНСПОРТА
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Иркутский государственный университет путей сообщения»
Сибирский колледж транспорта и строительства

*Методические указания по выполнению
самостоятельной работы студентов*

ОГСЭ.06 Психология общения
по специальности
08.02.10 Строительство железных дорог, путь и путевое хозяйство

базовая подготовка среднего профессионального образования

Иркутск, 2023

РАССМОТРЕНО:
Цикловой методической
комиссией специальности общественных
дисциплин,
права и психологии
Протокол № 9
«22» мая 2023 г.
Председатель ЦМК: О.В.Удольская

СОДЕРЖАНИЕ

1. Пояснительная записка.....	3
2. Тематический план.....	4
3. Перечень самостоятельных работ.....	5
4. Литература для выполнения самостоятельной работы.....	10

1. Пояснительная записка

Дисциплина ОГСЭ.06 Психология общения входит в Общий гуманитарный и социально-экономический цикл. Самостоятельная работа является одним из видов внеаудиторной учебной работы обучающихся.

Методические указания разработаны для очной формы обучения.

Основные цели самостоятельной работы:

- повысить теоретико-методологическую, практическую и прикладную компетентность студентов в области психологии общения;
- обучить практическим умениям и навыкам анализа значимых ситуаций взаимодействия в разнообразных ситуациях общения;
- развить практические умения и навыки эффективного общения.

Методические рекомендации помогут обучающимся целенаправленно изучать материал по теме, определять свой уровень знаний и умений при выполнении самостоятельной работы.

Рекомендации для обучающихся по выработке навыков самостоятельной работы:

Внимательно читать план выполнения работы.

Выбирать свой уровень подготовки задания.

Обращать внимание на рекомендуемую литературу.

Учиться кратко излагать свои мысли.

Использовать общие правила написания конспекта.

Оценивать, насколько правильно понято содержание материала, для этого придумать вопрос, направленный на уяснение материала.

Обращать внимание на достижение основной цели работы.

2. Тематический план

Раздел	Тема занятия	Название работы	Количество часов
Раздел 1. Введение в учебную дисциплину	Тема 1.1 Введение в психологию общения	Самостоятельная работа №1. Написание эссе «Значение изучения дисциплины «Психология общения» в моей будущей профессиональной деятельности».	2
Раздел 2. Психология личности	Тема 2.1 Проявление индивидуальных особенностей личности в деловом общении	Самостоятельная работа №2. Составление психологического портрета личности согласно основным элементам соц.структуры личности.	6
	Тема 2.2 Эмоциональные потребности в общении	Самостоятельная работа №3. Составление презентации «Способы борьбы со стрессом»	7
Раздел 3. Психология конфликта	Тема 3.1 Социально-психологическая характеристика конфликта	Самостоятельная работа №4. Составление кодекса (свода правил) поведения в конфликте.	4
Итого			19

3. Перечень самостоятельных работ обучающегося.

Самостоятельная работа №1. Написание эссе «Значение изучения дисциплины «Психология общения» в моей будущей профессиональной деятельности».

Цель работы: развитие навыков самостоятельного творческого мышления и письменного изложения собственных мыслей на бумаге.

Форма контроля: проверка эссе в рабочей тетради.

Количество часов на выполнение: 2 часа.

Задание:

1. Самостоятельно изучить структуру эссе, используя основную и дополнительную литературу на бумажных и электронных носителях.
2. Написать эссе о своей будущей специальности, используя полученные знания.
3. Представить эссе на уроке. Обосновать свою точку зрения опираясь на теоретические или практические данные.

Критерии оценки:

- четкое изложение сути поставленной проблемы;
- самостоятельно проведенный анализ поставленной проблемы с использованием концепций и аналитического инструментария, рассматриваемого в рамках дисциплины;
- наличие выводов, обобщающих авторскую позицию по поставленной проблеме;

Критерии оценки:

оценка «5»

- присутствие всех вышеперечисленных требований;
 - грамотно составленное эссе;
- оценка «4»**
- небольшие замечания;
 - незначительные трудности по одному из перечисленных выше требований.
- оценка «3»**
- малый объем предоставленного материала;
 - фрагментарный, разрозненный характер знаний;
- оценка «2»**
- задание не выполнено

Самостоятельная работа №2. Составление психологического портрета личности согласно основным элементам соц.структуры личности.

Цель работы: выявить индивидуальные особенности личности для самопознания, углубления рефлексии, выработки наиболее оптимальных стратегий жизни и преобразования судьбы.

Форма контроля: письменная самостоятельная работа.

Количество часов на выполнение: 6 часов.

Задание:

1. Составить психологический портрет личности согласно основным элементам социальной структуры личности.
2. Психологический портрет составить по плану:

- a) Краткая информация о себе.
- b) Тип личности
 - по типу темперамента;
 - по типу телосложения;
 - классификация К.Юнга
- c) Положительные и отрицательные качества личности.
- d) Мировоззрение.
- e) Уровень общительности.
- f) Уровень конфликтности.
- g) Самооценка.

3. Материал предоставить в печатном виде.

Рекомендации:

1. При написании психологического портрета вам необходимо будет ознакомиться с основными понятиями общей психологии, а затем с их помощью попытаться раскрыть содержание своей личности.
2. В начале характеристики укажите общие, «анкетные» сведения о себе: имя и фамилию, возраст, место рождения и так далее. Их перечень зависит от преследуемых вами целей.
3. Расскажите о своих интересах, ведь они являются источником вашей мотивации и задают направление вашей деятельности. Чем вы увлекаетесь, что для вас важно, насколько сильно вас это волнует.
4. Обратите внимание на интеллектуальное развитие. Здесь можно сказать об особенностях памяти, мышления, внимания, о развитии речи и общих умений и навыков.
5. Расскажите о своем темпераменте и чертах характера, опираясь на результаты диагностик, которые вы проходили на занятиях.
6. Раскройте специфику своей эмоциональной жизни, силу и направленность чувств и переживаний. Разумеется, объем этой части по отношению ко всему тексту будет зависеть от предназначения вашего психологического портрета.
7. Обязательно вспомните о своих способностях, самооценке, уровне притязаний, волевых и морально-этических качествах.

Критерии оценки:

- портрет составлен в соответствии с рекомендациями по написанию психологического портрета личности;
- глубина изложенного материала;
- объем предоставленного материала;
- правильность и полнота составленного портрета.

оценка «5»

- присутствие всех вышеперечисленных критериев;
- грамотно составленный портрет;
- умение анализировать и применять проработанный материал на практике;
- углубленная рефлексия.

оценка «4»

- небольшие замечания;
- незначительные трудности по одному из перечисленных выше критериев.

оценка «3»

- малый объем предоставленного материала;
- фрагментарный, разрозненный характер предоставленного материала;
- отсутствие углубленной рефлексии.

оценка «2»

- задание не выполнено

Самостоятельная работа №3. Составление презентации «Способы борьбы со стрессом»

Цель работы: осуществлять поиск и использование информации, необходимой для эффективного выполнения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.

Форма контроля: публичное представление презентации.

Количество часов на выполнение: 7 часов.

Задание:

1. Подобрать материал по теме «Способы борьбы со стрессом».
2. Составить презентацию по найденному материалу.

Рекомендации:

Презентация — иллюстративный материал к выступлению.

1. Презентация должна быть представлена по предложенной теме и сделана самостоятельно.
2. В презентации должны быть отражены не менее 5 способов борьбы со стрессом.
3. Информация о способах борьбы со стрессом должна быть предоставлена в краткой, прозрачной, понятной и легкодоступной форме.
4. Не помещайте на слайд целиком то, что вы намерены сказать словами. Большой текст будет очень трудно прочитать и почти невозможно запомнить.
5. Не пишите весь прописными буквами. Взрослый человек не читает по буквам, а «узнает» слово целиком. СЛОВО ЖЕ, НАПИСАННОЕ ОДНИМИ ПРОПИСНЫМИ БУКВАМИ УТРАЧИВАЕТ ИНДИВИДУАЛЬНОСТЬ И СЛИВАЕТСЯ С ДРУГИМИ. Сравните проиль слова, написанного строчными и прописными буквами.
6. Пишите крупно. Текст должен читаться с последнего ряда.
7. Больше «воздуха». Плотно набранный текст с маленькими промежутками между строками будет читаться трудно, даже, если вы использовали крупный шрифт. Лучше выбрать меньший шрифт, но увеличить промежутки между строчками. (А еще лучше уменьшить количество текста).
8. Страйтесь делать слайды на однородном светлом фоне. Прекрасно выглядит чистый белый экран (даже, если на нем ничего нет).
9. Пострайтесь что бы демонстрация слайдов и ваше выступление легко воспринимались зрителями.

Критерии оценки:

- материал презентации соответствует предложенной теме;
- в презентации отражены не менее 5 способов борьбы со стрессом;
- информация о способах борьбы со стрессом представлена в краткой, прозрачной, понятной и легкодоступной форме;
- публичная защита подготовленного материала

оценка «5»

- презентация сделана в соответствии с заданными параметрами и указанной темой;
- презентация публично представлена на занятии;

- студент отвечает на все дополнительные вопросы по презентации на заданную тему.

оценка «4»

- презентация сделана в соответствии с заданными параметрами и указанной темой с небольшими замечаниями;
- презентация публично представлена на занятии;
- студент затрудняется ответить на дополнительные вопросы по презентации на заданную тему.

оценка «3»

- при составлении презентации «Способы борьбы со стрессом» допущены ошибки по выше перечисленным критериям;
- нарушения логической последовательности в изложении материала;
- студент имеет трудности с публичной защитой;
- студент не может ответить на дополнительные вопросы по теме презентации.

оценка «2»

- задание не выполнено

Самостоятельная работа №4. Составление кодекса (свода правил) поведения в конфликте.

Цель работы: осуществлять поиск и использование информации, необходимой для эффективного выполнения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.

Форма контроля: публичная защита на занятии.

Количество часов на выполнение: 4 часа.

Задание:

1. Самостоятельно изучить характерные особенности составления свода правил, используя основную и дополнительную литературу на бумажных и электронных носителях.
2. Самостоятельно изучить характерные особенности конфликта и поведения в конфликтной ситуации, используя основную и дополнительную литературу на бумажных и электронных носителях.
3. Написать свод правил поведения в конфликте, используя полученные знания.
4. Представить свод правил на уроке. Обосновать свою точку зрения опираясь на теоретические или практические данные.

Критерии оценки:

- четкое изложение сути поставленной проблемы;
- самостоятельно проведенный анализ литературы на бумажных и электронных носителях по предложенной теме;
- наличие выводов, обобщающих авторскую позицию по поставленной проблеме;
- защита свода правил публично.

Критерии оценки:

оценка «5»

- присутствие всех вышеперечисленных критериев;
- грамотно составленный свод правил;
- защита работы публично на занятии;
- студент отвечает на все дополнительные вопросы по теме.

оценка «4»

- небольшие замечания;
- незначительные трудности по одному из перечисленных выше критериев.

оценка «3»

- малый объем предоставленного материала;
- фрагментарный, разрозненный характер предоставленного материала
- студент имеет трудности с публичной защитой кодекса;
- студент не может ответить на дополнительные вопросы по теме.

оценка «2»

- задание не выполнено

4. Литература для выполнения самостоятельной работы.

1. Основная литература:

Кузнецова М. А. Психология общения: Учебное пособие для СПО. — М.: РГУП, 2019. — 167 с. ЭБС *znanium*

2. Дополнительная литература:

Психология общения. Практикум по психологии : учебное пособие / Н.С. Ефимова. — Москва : ИД «ФОРУМ»: ИНФРА-М, 2023. — 192 с. — (Среднее профессиональное образование). ЭБС *znanium*