

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Федеральное государственное автономное образовательное учреждение  
высшего образования  
«ТЮМЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»  
Тобольский педагогический институт им. Д.И.Менделеева (филиал)  
Тюменского государственного университета

УТВЕРЖДАЮ

Директор

Шилов С.П.

« 28 »

2020 г.



**КОММУНИКАТИВНЫЙ ТРЕНИНГ**

Рабочая программа

для обучающихся по направлению подготовки

44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)

Профили: физическая культура; безопасность жизнедеятельности

Форма обучения: очная

Кожевникова Э.П. Коммуникативный тренинг. Рабочая программа для обучающихся по направлению подготовки 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки), профили: физическая культура; безопасность жизнедеятельности, форма обучения очная. Тобольск, 2020.

Рабочая программа дисциплины опубликована на сайте ТюмГУ: Коммуникативный тренинг [электронный ресурс] / Режим доступа: <https://tobolsk.utmn.ru/sveden/education/#>

© Тобольский педагогический институт им. Д.И.Менделеева (филиал) Тюменского государственного университета, 2020

© Кожевникова Эльвира Петровна, 2020

## 1. Пояснительная записка

Дисциплина «Коммуникативные тренинг» имеет практическую направленность, предназначена для овладения студентами различными техниками и приемами общения, используемыми в тренинге использовании и дальнейшего их использования для решения профессиональных задач.

В современных условиях психологическая составляющая во многих сферах деятельности человека приобретает актуальное значение. Профессионал в области педагогической деятельности должен уметь выстраивать конструктивные отношения с субъектами образовательного процесса, применять разнообразные методики познания себя и своих индивидуально-психологических особенностей, которые важны для умелого и эффективного общения с людьми.

**Цель дисциплины:** формирование коммуникативных умений, как на межличностном, так деловом уровне; овладение современными технологиями профессионального и личного общения в процессе непосредственного взаимодействия.

Освоение дисциплины способствует развитию умений использовать приемы эффективного слушания, каналы межличностного восприятия и формирует готовность к профессиональному общению и налаживанию контактов с разными людьми.

**Задачи дисциплины:**

1. Познакомить студентов с конкретными упражнениями и заданиями профессионального общения, позволяющими организовать действенную помощь и реальную поддержку.

2. Сформировать у студентов умение программировать свое поведение в ситуации общения с другими людьми.

3. Повысить уровень общей психологической компетентности студентов как будущих эффективных субъектов профессионального общения.

4. Выработать навыки быстрой адаптации при выстраивании разнообразных контактов в общении с другими людьми.

5. Развить навыки оптимального поведения в ситуациях контакта и конфликта, развитие навыков межличностного, психологически грамотного воздействия.

### 1.1. Место дисциплины в структуре образовательной программы

Дисциплина «Коммуникативные тренинг» входит в блок ФТД Факультативы.

Дисциплина «Коммуникативные тренинг» имеет межпредметные связи с дисциплиной «Введение в профессию и основы планирования педагогической карьеры. Педагогическая риторика».

Изучение данной дисциплины способствует пониманию особенностей педагогической деятельности; психологических основ обучения и воспитания; сущности педагогического общения.

Освоение дисциплины становится основой для последующего изучения таких дисциплин как «Тренинг-практикум социального взаимодействия», «Детство как социокультурный феномен. Психологические основы педагогики», прохождения учебных и производственных практик.

### 1.2. Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения данной дисциплины (модуля)

Код и наименование компетенции (из ФГОС ВО)	Планируемые результаты обучения: (знаниевые/функциональные)
УК-3 Способен осуществлять социальное взаимодействие и реализовывать свою роль в команде	Знает: - сущность и психологические основы коммуникации как межличностного взаимодействия;

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- особенности организации тренингового занятия как метода и формы социального активного обучения;</li> <li>- основные понятия, раскрывающие содержание тренинга коммуникативных умений как формы повышения коммуникативной, профессиональной компетентности студентов;</li> </ul> <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ясно и четко выражать свои мысли в процессе общения, а также владеть невербальными приемами и техниками общения через участие в тренинговых группах;</li> <li>- применять в процессе общения с другими людьми разнообразные приемы вербальной и невербальной коммуникации;</li> <li>- осуществлять самоконтроль в процессе коммуникации;</li> <li>- проявлять рефлексивность, анализировать поведение в ситуации общения;</li> <li>- использовать способы эмоциональной саморегуляции в общении.</li> </ul>
УК-6 Способен управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- способы личностного и профессионального самосовершенствования, саморазвития, саморегулирования, самоорганизации, самоконтроля.</li> </ul> <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- формировать установку на критическое мышление, наблюдать за собственными интеллектуальными процессами;</li> <li>- совершенствовать и развивать свой интеллектуальный и общекультурный уровень.</li> </ul>

## 2. Структура и объем дисциплины

Таблица 1

Вид учебной работы	Всего часов	Часов в семестре	
		<i>1 семестр</i>	
<b>Общая трудоемкость</b> зач. ед час	<b>2 з.е.</b> <b>72</b>	<b>2 з.е.</b> <b>72</b>	
Из них:			
Лекции	-	-	
Практические занятия	<b>16</b>	16	
Лабораторные/ практические занятия по подгруппам			
<b>Часы внеаудиторной работы, включая самостоятельную работу обучающегося</b>	<b>56</b>	56	
Вид промежуточной аттестации		<b>зачет</b>	

## 3. Система оценивания

Оценивание осуществляется в рамках балльной системы, разработанной преподавателем и доведенной до сведения обучающихся на первом занятии

№	Виды оцениваемой работы	Количество баллов	
		Текущий контроль	Промежуточный контроль
1.	Посещение занятия	0-1	0-18
3.	Ситуационные и психологические задачи	0-8	0-8
4.	Устные ответы на практическом занятии и участие в процедуре тренинга	0-3	0-54
5.	Выполнение заданий для СР	0-3	0-20

Промежуточная аттестация может быть выставлена с учетом совокупности баллов, полученных обучающимся в рамках текущего контроля.

Перевод баллов в оценки (зачет)

№	Баллы	Оценки
1.	0-60 баллов	Не зачтено
2.	61-100 баллов	Зачтено

#### 4. Содержание дисциплины

##### 4.1. Тематический план дисциплины

Таблица 2

№ п/п	Наименование тем и/или разделов	Объем дисциплины (модуля), час.				
		Всего	Виды аудиторной работы (академические часы)			Иные виды контактной работы
			Лекции	Практические занятия	Лабораторные/практические занятия по подгруппам	
1	2	3	4	5	6	7
<b>1 семестр</b>						
1	Начало тренинга. Психологические аспекты и условия эффективного общения	4	-	4		
2	Развитие психологической наблюдательности в общении	4	-	4		
3	Развитие умений преодоления психологических барьеров в общении	4	-	4		
4	Самокоррекция и саморегуляция эмоционального состояния в общении. Завершение	4	-	4		

	тренинга					
	Итого (часов)	16	-	16		

## 4.2. Содержание дисциплины по темам

### 4.2.1. Содержание лекций – не предусмотрены

### 4.2.2. Планы семинарских занятий

#### **Тема 1. Психологические аспекты и условия эффективного общения. Начало тренинга**

##### **Вопросы для обсуждения:**

1. Развитие коммуникативных навыков в тренинге.
2. Тренинг как метод активного социального обучения, его особенности.
3. Преимущества активных групповых методов для развития способностей в общении и возможности тренинга коммуникативных навыков.
4. Ознакомление с основными принципами тренинга коммуникативных навыков. Создание благоприятных условий для работы.

##### **Практическая часть:**

1. Процедура знакомства.
2. Круг знакомства: представление, прояснение индивидуальных и групповых целей.
3. Процедура принятия правил жизни в группе.
4. Начало освоения активного стиля общения.
5. Рефлексия.

#### **Тема 2. Развитие психологической наблюдательности в общении**

##### **Вопросы для обсуждения:**

1. Слушание как активный процесс. Виды эффективного слушания.
2. Особенности невербальной коммуникации
3. Механизмы социальной перцепции.
4. Эффекты межличностного восприятия.
5. Коммуникативные стили.

##### **Практическая часть:**

1. Закрепление активного тренингового стиля общения, который способствует развитию самоанализа участников, раскрытию у них качеств важных для эффективного межличностного общения.
2. Психогимнастические упражнения, развивающие психологическую наблюдательность. Проведение общегрупповых игровых процедур, помогающих формированию коммуникативных навыков.
3. Рефлексия.

#### **Тема 3. Психологические барьеры общения**

##### **Вопросы для обсуждения:**

1. Обратная связь в системе взаимодействия коммуникатора с массовой аудиторией.

2. Барьеры коммуникации: языковые, фонетические, культурные, психологические и другие.
3. Критерии и показатели эффективности коммуникации.
4. Условия и факторы оптимизации межличностной коммуникации.

#### **Практическая часть:**

1. Искренность, открытость, взаимное доверие и уважение собеседников как условие эффективности в общении.
2. Эмпатия и ее значение в межличностном взаимодействии.
3. Упражнения на развитие способности к эмпатическому пониманию собеседника.
4. Позиционно-ролевой аспект общения.
5. Упражнения на выявление предпочитаемой позиции в общении, расширение позиционно-ролевого репертуара.
6. Рефлексия.

#### **Тема 4. Самокоррекция и саморегуляция эмоционального состояния в общении. Завершение тренинга.**

#### **Вопросы для обсуждения:**

1. Эмоциональная саморегуляция, ее сущность и значение в общении.
2. Приемы эмоциональной саморегуляции.
3. Показатели потребностно-мотивационной сферы человека. Связь потребностей и мотивов с эмоциями.
4. Значение установок и стереотипов и их влияние на эффективность общения.

#### **Практическая часть:**

1. Система приемов эмоциональной саморегуляции: релаксация, визуализация, концентрация, самовнушение.
2. Выработка навыков саморегуляции.
3. Основные параметры оценки потребностно-мотивационной сферы человека: развитость, гибкость, иерархизированность.
4. Неосознаваемые мотивы поведения – установки и стереотипы.
5. Рефлексия.

#### **1.2.3. Образцы средств для проведения текущего контроля**

#### **Ситуационные и психологические задачи**

##### **Задача 1.**

Прокомментируйте приведенный фрагмент. Какие проблемы общения он иллюстрирует? Что вы можете сказать об участниках общения?

*Коренастая молодая медсестра, на нагрудной нашивке которой было написано «Джеппин Куртас», окликнула их.*

*- Простите. Чем могу вам помочь?*

*- Ничем, — рявкнул через плечо Грейсон. — Мы идем в палату пятьсот пятнадцать.*

*- Прошу остановиться, — потребовала сестра.*

*Грейсон застыл на месте. Он остановился, когда ему приказали, но руки, висевшие по бокам, нервно сжимались в кулаки и разжимались. Догонявший его доктор Бен Харрис громко и облегченно вздохнул.*

- Настоящее имя Лизы Саммер - Лиза Грейсон, - заявил Грейсон с преувеличенной терпеливостью. - Я - ее отец, Уиллис Грейсон, а это ее личный врач, доктор Бенджамин Харрис. Теперь мы можем войти?

Лицо медсестры отразило смятение, но лишь на мгновение.

- Время посещения больных начинается у нас в два часа дня, — объяснила она. — Но если Лиза согласится, то я сделаю для вас исключение.

Кулаки Грейсона опять сжались, но на этот раз так и не разжались.

- Вы знаете, кто я такой? — заносчиво спросил он.

- Знаю, кто вы такой, с ваших слов. Послушайте, мистер Грейсон, не хочу быть...

- Бен, у меня просто нет времени на все эти пререкательства, - выпалил Грейсон. - Оставайтесь здесь и объясните этой женищине, кто я такой и зачем приехал сюда. Если она будет продолжать путаться под ногами, позвоните проклятому директору этой так называемой больницы, пусть он поднимется сюда. А я пошел к Лизе. Даже не дожидаясь ответа, он важно двинулся вперед. (М. Палмер)

## Задача 2.

Ниже приведены несколько примеры так называемого самоубийственного начала беседы. Проанализируйте данные примеры. Почему они являются неэффективными? Чего надо избегать, чтобы повысить эффективность общения?

Примеры:

- "Извините, если я помешал...";

- "Я бы хотел еще раз услышать...";

- "Пожалуйста, если у вас есть время меня выслушать... ".

- "Давайте с вами быстренько рассмотрим... ";

- "Я как раз случайно проходил мимо и заскочил к вам... ";

- "А у меня на этот счет другое мнение... ".

## Задача 3.

Проанализируйте отрывки, представленные ниже, определите типовую схему перцепции, систематические ошибки социального восприятия.

«Удивительное дело, какая полная бывает иллюзия того, что красота есть добро Красивая женищина говорит глупости, ты слушаешь и не слышишь глупости, а слышишь умное Она говорит, делает гадости, а ты видишь что-то милое Когда же она не говорит ни глупостей, ни гадостей, а красива, то сейчас уверяешься, что она чудо как умна и нравственна» (Л.Н Толстой. «Крейцера соната» [100, т 12, с.148]).

«Красота производит совершенные чудеса. Все душевные недостатки в красавице вместо того, чтобы произвести отвращение, становятся как-то необыкновенно привлекательны» (Н.В.Гоголь. «Невский проспект» [27, т. 1, с.463]).

«На нем был черный фрак, побелевший уже по швам, панталоны летние... под истертым черным галстуком на желтоватой манишке блестел фальшивый алмаз, шершавая шляпа, казалось, видела и ведро и ненастье. Встретясь с этим человеком в лесу, вы приняли бы его за разбойника; в обществе \_ за политического заговорщика; в передней — за шарлатана, торгующего эликсирами или мышьяком» (А.С.Пушкин. «Египетские ночи»).

«Что приличествует Юпитеру, то не приличествует быку» (гласит древняя поговорка).

## Задача 4.

В транзактной концепции Э. Берна выделены позиции Ребенка, Родителя и Взрослого. Ниже перечислены характеристики поведения при принятии каждой из них. Определите, что в данном списке принадлежит Родителю, Взрослому и Ребенку.



*Раскованность, скептицизм, жизнерадостность, бедность фантазии, недооценка эмоциональной стороны жизни из-за рационального подхода к ней, авторитетный тон, импульсивность, контроль над своими действиями, покровительство, безапелляционность, богатая фантазия, пугливость, скованность, догматизм, сознание собственного превосходства и права «качать», неуверенность, любопытство, беспомощность, доверчивость, уверенность у своей правоте, расчет действий, трезвость в оценках, понимание относительности догм, несдержанность.*

### **Задача 5.**

Ниже приведены примеры транзакций. Поясните, с каких позиций действуют и должны действовать их участники, каков характер транзакции. Будет ли эффективным общение в транзакциях и почему?

1. *Иванов. Что стало с молодежью?! Она совсем распустилась! Петров. Да, в их годы мы были поскромнее.*

2. *Преподаватель. Каким это образом у вас здесь получилось трехзначное число?*

*Студент. Ах, да, забыл извлечь квадратный корень!*

3. *Кассир. А не сорваться ли нам в кино, пока нет начальства?*

*Бухгалтер. Будьте добры, передайте мне ведомости за прошлый квартал.*

4. *Голубева. Проводите меня, у нас в подъезде вечно толкутся пьяные.*

*Коршунов. Ну, конечно-конечно, с удовольствием провожу.*

5. *Иванов. Как вам не стыдно сидеть, когда рядом стоит пожилая женщина!*

*Петров. О, конечно-конечно, я просто не заметил: задумался, знаете...*

*Садитесь, пожалуйста.*

6. *Петров. Сейчас-сейчас, я предоставлю вам слово, я вижу, что вы уже пятый раз поднимаете руку.*

*Сидоров. Могу и вообще не выступать...*

7. *Жена. Сходи, погуляй с Джерри; Заодно зайдешь за хлебом.*

*Муж. Видишь, я занят! А тебе, что, лень от телевизора оторваться?*

8. *Иванов. После Сидорова, он от пенсионеров выступает, я дам вам слово!*

*Петров. Отлично!*

9. *Иванов. Как вам не стыдно сидеть, когда рядом инвалид?*

*Петров. Так уступи ему место, дедуся. А то расселся тут и указывает...*

*Кто ты такой, чтобы всем указывать?!*

10. *Ковбой. Не хотите ли взглянуть на наши конюшни?*

*Барышня. Ах, я с детства обожаю лошадок!*

### **Задача 6.**

Проанализируйте по приведенным примерам влияние на слушателя одновременно слов и жестов. Какие выводы можно сделать в описанных ситуациях? Как вы считаете, на какую информацию надо полагаться в случае явного расхождения вербальной и невербальной информации?

1. *Зигмунд Фрейд, беседуя с пациенткой о том, как она счастлива в браке, заметил, что она бессознательно снимала с пальца и надевала обручальное кольцо.*

2. *Служащий рассказал начальнику о своем проекте реорганизаций работы отдела. Начальник сидел очень прямо, плотно упираясь ногами в пол, не останавливая взгляда на служащем, но время от времени повторяя: «Так-так... да-да...» В середине беседы, отклонившись назад, оперев подбородок на ладонь так, что указательный палец вытянулся вдоль щеки, он задумчиво полистал проект со словами: «Да, все, о чем вы говорили, несомненно, очень интересно, я подумаю над вашими предложениями».*

3. *Вы по пути решили навестить приятельницу, не предупредив её заранее о своем визите: «Не помешаю? У тебя есть время? Мне надо кое-что тебе рассказать...» — «Ну что ты... заходи, конечно... Кофе будешь?». Хозяйка достала банку, насыпала кофе, плотно*

закрывает ее и спрятала на полку. «Так ты сейчас ничем не занята?» — «Для тебя у меня всегда найдется время...»

4. Вы просите у знакомого книгу. Он с готовностью соглашается дать вам ее и начинает искать на полках. Ищет, ищет... Казалось бы, все обыскал — книги нет как не было!

5. Политический деятель выступает с предвыборной программой.

Потрясая указательным пальцем над головами слушателей, он говорит: «Я искренне стремлюсь к диалогу, стараюсь учитывать мнение всех слоев общества...» Делая плавные, округлые жесты обеими руками, он заверяет всех, что у него есть четкая, обдуманная программа.

## 5. Учебно-методическое обеспечение и планирование самостоятельной работы обучающихся

Таблица 3

№	Темы	Формы СРС, включая требования к подготовке к занятиям
<b>1 семестр</b>		
1	Психологические аспекты и условия эффективного общения. Начало тренинга	<p>1. Выполнить практическое задание по анализу ситуаций общения, закономерностей установления и поддержания контактов в межличностном взаимодействии. Привести примеры (2-3 примера) ситуаций общения из жизни и практики, кратко описать ситуацию, проанализировать возможность развития контактов и условия их поддержания.</p> <p>2. Решить кейс-задания (Ситуация № 1-2, п.4.2.3 Программы). Прочитать задание и ответить на поставленные вопросы. Ответ должен быть развернутым, обоснованным, отражающим суть задачи.</p> <p>Оформить выполненные задания в письменном виде в тетради или в электронном виде.</p>
2	Развитие психологической наблюдательности в общении	<p>1. Выполнить практическое задание по разработке основных тактик невербального общения и описать невербальные признаки, способствующие и эффективному общению. Приведите перечень основных тактик, указав их ключевые признаки. Материал должен быть отобран, структурирован, изложен кратко, лаконично.</p> <p>2. Решить кейс-задания (Ситуация № 3-4, п.4.2.3 Программы). Прочитать задание и ответить на поставленные вопросы. Ответ должен быть развернутым, обоснованным, отражающим суть задачи.</p> <p>Оформить выполненные задания в письменном виде в тетради или в электронном виде.</p>
3	Развитие умений преодоления психологических барьеров в общении	<p>1. Выполнить практическое задание: проанализируйте основные закономерности эффективного общения. Обратите внимание, какие средства управления в ходе делового общения повышают его эффективность. Изучите приемы и техники эффективного общения, в которых слушание выступает как активный процесс. Разберитесь, какие барьеры препятствуют эффективной коммуникации. Рассмотрите данные аспекты на примерах (2-3 примера).</p> <p>2. Решить кейс-задания (Ситуация № 5, п.4.2.3 Программы). Прочитать задание и ответить на поставленные вопросы. Ответ должен быть развернутым, обоснованным, отражающим суть задачи.</p> <p>Оформить выполненные задания в письменном виде в тетради или в электронном виде.</p>

4	<p>Самокоррекция и саморегуляция эмоционального состояния в общении. Завершение тренинга</p>	<p>Выполнить практическое задание: проанализировать поведение личности в конфликте. Привести 2-3 примера, демонстрирующие конструктивные и деструктивные стратегии поведения в конфликте. Сделать выводы об эффективности поведения разных стратегий поведения.</p> <p>2. Решить кейс-задания (Ситуация № 6, п.4.2.3 Программы). Прочитать задание и ответить на поставленные вопросы. Ответ должен быть развернутым, обоснованным, отражающим суть задачи.</p> <p>Оформить выполненные задания в письменном виде в тетради или в электронном виде.</p>
---	--	---

## 6. Промежуточная аттестация по дисциплине (модулю)

### 6.1. Оценочные материалы для проведения промежуточной аттестации по дисциплине (модулю)

#### Вопросы к зачету

1. Развитие коммуникативных навыков в тренинге.
2. Тренинг как метод активного социального обучения.
3. Особенности организации тренингового занятия как метода и формы активного социального обучения.
4. Преимущества активных групповых методов для развития способностей в общении и возможности тренинга коммуникативных навыков.
5. Ознакомление с основными принципами тренинга коммуникативных навыков. Создание благоприятных условий для работы.
6. Техники активного стиля общения.
7. Понятие о коммуникационном процессе, его элементы.
8. Барьеры коммуникации, их характеристика.
9. Критерии и показатели эффективности коммуникации.
10. Условия и факторы оптимизации межличностной коммуникации.
11. Слушание как активный процесс. Виды эффективного слушания.
12. Психологическая наблюдательность, ее значение в общении.
13. Эмпатия и ее значение в межличностном взаимодействии.
14. Особенности невербальной коммуникации.
15. Эффективные речевые тактики. Приемы аргументации.
16. Механизмы и эффекты социальной перцепции.
17. Технологии передачи информации. Обмен и каналы восприятия информации.
18. Раппорт и подстройка в общении.
19. Приемы управления вниманием.
20. Приемы и техники эффективного слушания.
21. Культура межличностного общения. Основные этические принципы межличностной коммуникации.
22. Эффекты и ошибки восприятия другого человека, их устранение и предупреждение.
23. Система приемов эмоциональной саморегуляции: релаксация, визуализация, концентрация, самовнушение.
24. Основные параметры оценки потребностно-мотивационной сферы человека: развитость, гибкость, иерархизированность.
25. Неосознаваемые мотивы поведения – установки и стереотипы.
26. Способы рефлексии в процедуре тренинга, их значение.

Промежуточная аттестация проверяет сформированность заявленных компетенций. Процедура оценивания производится в форме устного ответа на вопросы по дисциплине и по результатам выполнения заданий текущего контроля.

Формой промежуточного контроля являются: зачет в 1 семестре.

## 6.2. Критерии оценивания компетенций:

Таблица 4

### Карта критериев оценивания компетенций

№ п/п	Код и наименование компетенции	Индикаторы достижения компетенций, соотнесенные с планируемыми результатами обучения	Оценочные материалы	Критерии оценивания
1.	УК-3 Способен осуществлять социальное взаимодействие и реализовывать свою роль в команде	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- сущность и психологические основы коммуникации как межличностного взаимодействия;</li> <li>- особенности организации тренингового занятия как метода и формы социального активного обучения;</li> <li>- основные понятия, раскрывающие содержание тренинга коммуникативных умений как формы повышения коммуникативной, профессиональной компетентности студентов;</li> </ul> <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ясно и четко выражать свои мысли в процессе общения, а также владеть невербальными приемами и техниками общения через участие в тренинговых группах;</li> <li>- применять в процессе общения с другими людьми разнообразные приемы вербальной и невербальной коммуникации;</li> <li>- осуществлять самоконтроль в процессе коммуникации;</li> <li>- проявлять рефлексия, анализировать поведение в ситуации общения;</li> <li>- использовать способы</li> </ul>	<p>Устные ответы и участие в процедуре тренинга на практических занятиях</p> <p>Выполнение заданий для СР</p> <p>Решение ситуационных и психологических задач</p> <p>Вопросы к зачету</p>	<p>Полнота, точность, логическая последовательность устного ответа.</p> <p>Активное участие в процедуре тренинга.</p> <p>Умение приводить примеры, демонстрирующие связь теоретических положений с жизнью и деятельностью, практикой</p> <p>Перенос теоретических знаний на практику, умение применить их в активном взаимодействии с участниками тренинга и для решения ситуационных и психологических</p>

		эмоциональной саморегуляции в общении.		ких задач.
2.	УК-6 Способен управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни	Знает: - способы личностного и профессионального самосовершенствования, саморазвития, саморегулирования, самоорганизации, самоконтроля. Умеет: - формировать установку на критическое мышление, наблюдать за собственными интеллектуальными процессами; - совершенствовать и развивать свой интеллектуальный и общекультурный уровень.	Устные ответы и участие в процедуре тренинга на практических занятиях Выполнение заданий для СР Решение ситуационных и психологических задач Вопросы к зачету	Полнота, точность, логическая последовательность устного ответа. Активное участие в процедуре тренинга. Умение приводить примеры, демонстрирующие связь теоретических положений с жизнью и деятельностью, практикой Перенос теоретических знаний на практику, умение применить их в активном взаимодействии с участниками тренинга и для решения ситуационных и психологических задач.

## 7. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

### 7.1 Основная литература:

Ефимова, Н. С. Психология общения. Практикум по психологии: учеб. пособие / Н.С. Ефимова. - Москва: ИД «ФОРУМ»: ИНФРА-М, 2019. - 192 с. - Текст: электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/987198>

### 7.2 Дополнительная литература:

1. Аминов, И.И. Психология делового общения: учебник для студентов вузов / И.И. Аминов. - 2-е изд., перераб. и доп. - М.: ЮНИТИ-ДАНА, 2017. - 287 с. - Текст: электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/10285552>
2. Кузнецова, М. А. Психология общения: учебное пособие для СПО/ М. А. Кузнецова. - Москва: РГУП, 2019. - 167 с. - Текст: электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/1192174>

### 7.3. Интернет-ресурсы

- <http://www.voppsy.ru> (официальный сайт журнала «Вопросы психологии». Теоретические, экспериментальные, научно-практические материалы по психологии.)
- <http://www.ipras.ru> (официальный сайт Института психологии РАН. Фундаментальные и прикладные исследования по основным направлениям психологии. Психологический журнал. Электронные журналы Института психологии РАН).

### 7.4 Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:

- Знаниум - <https://new.znanium.com/>
- Лань - <https://e.lanbook.com/>
- IPR Books - <http://www.iprbookshop.ru/>
- Elibrary - <https://www.elibrary.ru/>
- Национальная электронная библиотека (НЭБ) - <https://rusneb.ru/>
- Межвузовская электронная библиотека (МЭБ) - <https://icdlib.nspu.ru/>
- "ИВИС" (БД периодических изданий) - <https://dlib.eastview.com/browse>
- Электронная библиотека ТюмГУ - <https://library.utmn.ru/>

### 8. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю):

лицензионное ПО:

- платформа для электронного обучения Microsoft Teams;
- Microsoft Office 2003, Microsoft Office 2007, Microsoft Office 2010
- 7-Zip, AdobeAcrobatReader, AdvancedGrapher, FreePascal, GIMP, Lazarus, ModelVisionStudium, GoogleChrome, MozillaFirefox, OpenOffice.org, UVScreenCamera, UVSoundRecorder, SMathStudioDesktop, Scilab, Inkscape, MyTestX, WinVDIG, OracleVirtualBox, AdobeMediaPlayer, Kompozer.

### 9. Технические средства и материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля)

Лекционные занятия проводятся в лекционных аудиториях.

Практические занятия проводятся в аудиториях, включающих компьютер, оснащенный лицензионным программным обеспечением, с выходом в сеть Интернет.

Для использования электронных изданий обучающиеся обеспечены рабочим местом в компьютерном классе с выходом в Интернет в соответствии с объемом изучаемых дисциплин. Доступ к сети Интернет имеют 100 % компьютерных рабочих мест.