

Составитель: **Инкина Оксана Николаевна**

Основы практической и социальной психологии

**Методические рекомендации
для самостоятельной работы студентов**

Печатается в авторской редакции
Компьютерная верстка В.Я. Вульфферт

Подписано к печати 25 октября 2022 г. Формат 60×84^{1/16}
Объем 0,8 уч. изд. л. Заказ № 31 Тираж 50 экз.

Отпечатано в мини-типографии Инженерного института
630039, г. Новосибирск, ул. Никитина, 147, ауд. 209



Кафедра технологий обучения, педагогики и психологии

**НОВОСИБИРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ
АГРАРНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ**

Инженерный институт

ОСНОВЫ ПРАКТИЧЕСКОЙ И СОЦИАЛЬНОЙ ПСИХОЛОГИИ

**Методические рекомендации
для самостоятельной работы студентов**

Новосибирск 2022

Кафедра технологий обучения, педагогики и психологии

УДК 159.923

Составитель: канд. пед. наук, доцент **О.Н. Инкина**

Рецензент: доцент, канд. фил. наук **М.А. Назарова**

Основы практической и социальной психологии: метод рекомендации для самост. работы / Новосибир. гос. аграр. унт. Инженер. ин-т; сост. О.Н. Инкина. – Новосибирск, 2022. – 12 с.

Методические указания предназначены для магистрантов Инженерного института обучающихся по направлениям подготовки 44.04.04 "Профессиональное обучение (по отраслям)".
Утверждены и рекомендованы к изданию методическим советом Инженерного института (протокол № 3 от 25 октября 2022 г.)

М.: Академия, 2010. – 264 с.
11. Психология личности: Учебник / П.С. Гуревич. - 2-е изд. - М.: НИЦ ИНФРА-М, 2015. - 479 с.:

12. Психология разрушения: Монография / Т.И. Чиркова. - М.: Вузовский учебник: НИЦ ИНФРА-М, 2015. - 192 с.: 60x90 1/16. - (Научная книга).

13. Соснин В.А., Красникова Е. А. Социальная психология. – М.: Форум, ИНФРА-М, 2008. – 336 с.

14. Соснин В.А., Красникова Е. А. Социальная психология. – М.: Форум, ИНФРА-М, 2008. – 336 с.

15. Социальная психология [Электронный ресурс] : учебник для студентов вузов / под ред. А. М. Столяренко. - 2-е изд., доп. - М.: ЮНИТИДАНА, 2012. - 511 с.

16. Социальная психология [Электронный ресурс] : учебник для студентов вузов / под ред. А. М. Столяренко. - 2-е изд., доп. - М.: ЮНИТИДАНА, 2012. - 511 с.

Периодические издания

Журнал «Вопросы психологии».

Журнал «Психологический журнал».

Интернет ресурсы

<http://www.gospsy.ru> – Российская психология/информационно-аналитический портал

psi.mchs.gov.ru - официальный сайт Психологической службы МЧС России.

25. Профессионально-этическая позиция психолога-консультанта с позиций гуманистического подхода (К. Роджерс).
26. Безусловное позитивное принятие, эмпатия, конгруентность.

БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК

Основная литература

1. Айсина Р. М. Индивидуальное психологическое консультирование: основы теории и практики: Учебное пособие / М. Айсина - М.: ИЦ РИОР, НИЦ ИНФРА-М, 2016. - 148 с.
2. Консультирование в управлении человеческими ресурсами: Уч. пос./ Н.И. Шталова, Н.А. Александрова и др.; Под ред. Н.И. Шталовой - М.: НИЦ ИНФРА-М, 2014-221с.
3. Гребнева В. В. Теория и технология решения психологических проблем: Учебное пособие / В.В. Гребнева. - М.: НИЦ ИНФРА-М, 2014. - 192 с.
4. Ефимова Н. С. Социальная психология: Учебное пособие / Н.С. Ефимова. - М.: ИД ФОРУМ: НИЦ ИНФРА-М, 2013. - 192 с.

Дополнительная литература:

1. Андронникова О. О. Основы психологического консультирования: Учебное пособие / О.О. Андронникова. - М.: Вузовский учебник: НИЦ ИНФРА-М, 2013. - 415 с.
2. Дубровина И. В., Андреева А. Д., Гуткина Н. И. Практическая психология образования: Психологическая служба в системе образования: Учебное пособие для вузов (под ред. Дубровиной И.В.) Изд. 4-е, перераб., доп. – СПб.: Питер, 2007. – 592 с.
3. Ефимова Н. С. Социальная психология: Учебное пособие / Н.С. Ефимова. - М.: ИД ФОРУМ: НИЦ ИНФРА-М, 2013. - 192 с.
4. Мандель, Б. Р. Психология личности [Электронный ресурс] : Учеб. пособие. - М.: Вузовский учебник; ИНФРА-М, 2014. - 236 с.
5. Мастерство психологического консультирования/ под ред. Бадхена А.А., Родино А.М. – М.: Речь, 2010. – 229 с.
6. Михалкин, Н.В. Социальная психология [Электронный ресурс] : Учебное пособие / Н.В. Михалкин. - М.: РАР, 2012. - 256 с.
7. Почебут Л. Г., Мейжис И. А. Социальная психология. – СПб.: Питер, 2010. -672 с.
8. Почебут Л. Г., Чикер В. А. Организационная социальная психология [Электронный ресурс] : Учебное пособие / Л. Г. Почебут, В. А. Чикер. - СПб.: Изд-во «Речь», 2002. - 298 с.
9. Психология личности: Учебник / П.С. Гуревич. - 2-е изд. - М.: НИЦ ИНФРА-М, 2015. - 479 с.:
10. Андриенко Е. В. Социальная психология: Учебное пособие. –

Введение

Престиж практической социальной психологии в последние годы заметно вырос и укрепился. Многие социальные институты и организации различного уровня – от мелких частных фирм до правительственного уровня – все чаще и настойчивее обращаются к поиску социально-психологических резервов совершенствования своей деятельности. Разумеется, психологические проблемы не являются главными или единственными проблемами современного общества, однако нельзя не видеть, что его "психологическая чувствительность" значительно возросла. Современное управление сегодня вовсе не шокирует еще недавно столь экзотические для него словосочетания, как «социальная технология», «психологическое консультирование», «экспертиза», «отбор», – он сам теперь выступает заказчиком подобного рода услуг. Спрос рождает предложение. Не случайно за последние годы появилось столь беспрецедентное количество практических социально-психологических центров, компаний и фирм, специализирующихся в таких видах деятельности.

В методических рекомендациях приведены требования к освоению дисциплины, темы для подготовки докладов, темы контрольных работ, список основной и дополнительной литературы.

Рекомендации по изучению дисциплины

При изучении материала следует сначала ознакомиться с общим планом программы и списком указанной литературы. Более детально должна быть изучена литература, отражающая содержание контрольных вопросов, которую студент выбирает самостоятельно.

Подготовка и написание контрольной работы по практической и социальной психологии – это не только средство проверки и оценки знаний студента, но и один из путей глубокого изучения теории и практики данной дисциплины.

Цели и задачи учебной дисциплины

Цель изучения дисциплины – формирование у будущих бакалавров знаний и умений в области практической и социальной психологии, навыков накопления научных психологических знаний и их использование в практической деятельности педагога профессионального обучения.

С учетом поставленных целей сформулированы следующие **задачи**:

– изучить механизмы и закономерности практической и социальной

психологии;

- способы психокоррекции;
- освоить умения применять знания по практической и социальной психологии при оценке образовательных ситуаций;
- формирование навыков применения психологических знаний в профессиональной деятельности.

Компетенции обучающихся, формируемые в результате освоения дисциплины

Дисциплина Основы практической и социальной психологии в соответствии с требованиями ФГОС ВО направлена на формирование следующих компетенций магистранта:

УК-6 Способен определять и реализовывать приоритеты собственной деятельности и способы ее совершенствования на основе самооценки

ОПК-3 Способен проектировать организацию совместной и индивидуальной учебной и воспитательной деятельности обучающихся, в том числе с особыми образовательными потребностями

ОПК-6 Способен проектировать и использовать эффективные психолого-педагогические, в том числе инклюзивные, технологии в профессиональной деятельности, необходимые для индивидуализации обучения, развития, воспитания обучающихся с особыми образовательными потребностями

В результате изучения дисциплины студент **должен**:

Знать: особенности принятия и реализации организационных, в том числе управленческих, решений; основы саморазвития, самореализации; технологии и методы планирования и определения приоритетов собственной деятельности; механизмы, принципы и закономерности процессов самоорганизации, самообразования и саморазвития; теоретические основы тайм-менеджмента

Основы психолого-педагогической диагностики; основы инклюзивного образования; нормативно-правовые, психолого-педагогические, проектно-методические и организационно-управленческие аспекты организации совместной и индивидуальной учебной (учебно-профессиональной, проектной, исследовательской и иной) и воспитательной деятельности обучающихся, в том числе обучающихся с особыми образовательными потребностями, при реализации основных и дополнительных образовательных программ; основы проектирования образовательной среды, технологии обучения и воспитания обучающихся, в том числе с особыми образовательными потребностями и основы проектирования образовательных технологий, в том числе инклюзивных; особенности применения психо-

Темы контрольных работ

1. Ассертивность (уверенное поведение) как профессиональное умение консультанта.
2. Взаимоотношения клиента и психолога в процессе психологического консультирования. Этика консультанта.
3. Виды когнитивных ошибок.
4. Возможности гештальт-подхода в психологическом консультировании.
5. Гуманистический подход А. Маслоу и К. Роджерса в консультативной практике военного психолога.
6. Домашнее задание как техника поведенческого подхода. Типы домашних заданий. Принципы использования техники. Достоинства и сложности использования техники.
7. Индивидуальная психология А.Адлера. Понятие жизненной цели и жизненного стиля.
8. Использование мета-модели в консультативном интервью.
9. Классический психоанализ З.Фрейда и его практические возможности в консультировании.
10. Когнитивно-аналитический подход Келли и его практические возможности в психологическом консультировании военнослужащих.
11. Когнитивный подход А.Бека и его практические возможности в консультировании.
12. Критерии различения клиента консультирования и пациента в психотерапии
13. Метод Лоузена. Возможности использования в работе с военнослужащими.
14. Метод Фельденкрайза. Возможности в консультативной практике.
15. Методика поведенческого анализа.
16. Методы выявления вытесненного материала в процессе консультирования.
17. Основные подходы к психологическому консультированию по Карвасарскому.
18. Основные положения индивидуальной психологии Адлера.
19. Основные положения консультирования по А.Беку.
20. Основные положения теории К. Роджерса. Организмический оценочный процесс и условия ценности.
21. Основные понятия гештальт-подхода. Отношение фигуры и фона. Проблема осознания: принцип «здесь и сейчас».
22. Понятие «Я»-концепции в теории К. Роджерса. Реальная и идеальная «Я»-концепции.
23. Понятие мышечной брони. Методика телесной работы.
24. Понятие раппорта. Виды подстроек.

Выполнение контрольной работы

Выполнение контрольной работы в 3-м семестре составляет 0,36 з.е. / 12 ч.

Контрольная работа представляет собой анализ литературных источников по определенной теме, с обязательным психологическим анализом личностных характеристик студента в соответствии с выбранной темой.

Требования к выполнению контрольной работы

Текст работы должен быть написан грамотным литературным языком. Излагаемый теоретический материал должен полно и конкретно отражать содержание темы, работа должна содержать изложение собственной точки зрения по данному вопросу как результат анализа фактического материала, показ связи с жизнью, обобщение материала, полученного в результате собственной деятельности.

Контрольная работа включает:

- титульный лист с указанием темы, Ф.И.О., отделения, группы и шифра студента;
- подробный план (содержание) работы;
- введение, где обосновывается актуальность темы;
- изложение основного содержания темы в соответствии с планом;
- заключение, где приводятся основные выводы и обобщения;
- библиографию и список литературы, цитируемой в работе, в том числе журнальных и Internet- статей;
- приложения – личностный анализ собственных психологических характеристик.

Средний объем работы – 1 уч.-изд. лист (16 стр.).

Работа должна быть выполнена и оформлена аккуратно.

Контрольная работа не засчитывается, если:

- выполнена не по своему варианту;
- в ней нет научного аппарата или она составлена неграмотно;
- содержатся теоретически неграмотные формулировки и поверхностная аргументация по основным положениям работы;
- содержание работы не соответствует приведенному плану;
- содержание работы рассматривается в разрезе определенной профессии не имеющей отношение к получаемой специальности;
- тема работы не раскрыта;
- не приведен список использованной литературы, либо работа выполнена по 1 источнику.
- объем работы недостаточный.

лого-педагогических технологий, в том числе инклюзивных, для индивидуализации обучения, развития и воспитания обучающихся, в том числе обучающихся с особыми образовательными потребностями; психолого-педагогические особенности обучающихся с особыми образовательными потребностями; основы исследования эффективности образовательных технологий.

Уметь: выбирать и применять методы психолого-педагогической диагностики с целью выявления индивидуальных особенностей, потребностей, затруднений обучающихся (в том числе обучающихся с особыми образовательными потребностями), выявления одаренных обучающихся; проектировать содержание и организационно-методический инструментарий процесса совместной и индивидуальной учебной и воспитательной деятельности обучающихся, в том числе обучающихся с особыми образовательными потребностями, в соответствии с требованиями нормативных правовых документов, с учетом принципов инклюзивного образования

выстраивать программу собственного развития с учетом особенностей деятельности и приоритетов; осуществлять самоанализ и рефлексию собственной деятельности; выбирать способы ее совершенствования

адаптировать научно-методическое обеспечение основных и дополнительных образовательных программ, результатов психологической диагностики обучающихся и группы обучающихся для индивидуализации обучения, развития, воспитания обучающихся с особыми образовательными потребностями; разрабатывать и применять психолого-педагогические, в том числе инклюзивные, технологии для индивидуализации обучения, развития и воспитания обучающихся, в том числе обучающихся с особыми образовательными потребностями; исследовать эффективность применяемых образовательных технологий.

Владеть: навыками планирования собственной деятельности на различных временных отрезках; навыками самоконтроля и самооценки разных параметров деятельности; методиками саморегуляции протекания основных психологических функций в различных условиях деятельности; технологиями и инструментами тайм-менеджмента

методиками психолого-педагогической диагностики с целью выявления индивидуальных особенностей, потребностей, затруднений обучающихся (в том числе обучающихся с особыми образовательными потребностями), выявления одаренных обучающихся; методикой выбора и проектирования форм и методов организации совместной и индивидуальной учебной и воспитательной деятельности обучающихся, в том числе обучающихся с особыми образовательными потребностями

методикой разработки и реализации индивидуальных учебных планов, индивидуальных образовательных маршрутов, программ индивидуального развития и (или) программ коррекционной работы при обучении и воспитании обучающихся; методикой педагогического взаимодействия с обучающимися с особыми образовательными потребностями.

Структура самостоятельной работы

Самостоятельная работа является важной составляющей дисциплины Основы практической и социальной психологии, направлена на:

- подготовку к практическим занятиям;
- выполнение контрольной работы;
- подготовка к промежуточному тестированию;
- подготовка к зачету.

Подготовка к практическим занятиям

При изучении курса предусмотрено 40 часов практических занятий, из них 36 часов проводятся в интерактивной форме, что требует предварительной подготовки, также предусмотрены выступления с докладами, поэтому на подготовку к практическим занятиям отводится 18 часов.

Темы докладов

по дисциплине **Основы практической и социальной психологии**

Раздел 1. Введение. Теоретические основы развития и социализации личности

1. Цели и задачи работы практического психолога.
2. Структура профессиональной деятельности.
3. Понятие социализации. Институты социализации.
4. Социальные роли.
5. Особенности становления личности.
6. Влияние социума на становление личности.

Раздел 2. Основы психологического консультирования

1. Показания и противопоказания к психологическому консультированию.
2. Условия и эффективность работы практического психолога.
3. Принципы деятельности организационного психолога. Направление работы.
4. Бесплодное поведение человека в социуме, причины психологических проблем.

5. Виды психологических защит.
6. Невроз. Фрустрация. Психологические тупики.
7. Техника работы при психологическом консультировании.
8. Техника завершения консультирования. Завершение темы, завершение сессии, завершение консультирования. Сигналы к окончанию, приемы завершения.

Раздел 3. Современные теории личности, используемые в практической психо-социальной работе

1. Основные идеи Д. Келли.
2. Рационально-эмотивная терапия А. Эллиса и к когнитивная терапия А. Бека.
3. Когнитивные элементы, когнитивные процессы и когнитивное содержание.
4. Работа с автоматическими мыслями и усановками.
5. Различия поведенческого и бихевиорального подходов. Техники и приемы поведенческого подхода.
6. Топическая и экономическая модели психики.
7. Основные положения психоаналитической теории З. Фрейда.
8. Концепция К. Юнга.
9. Техника работа с сопротивлением. Способы прояснения бессознательного.
10. Использование теории транзактного анализа в деловом и личностном консультировании.
11. Основные положения гештальт-подхода.
12. Причины невротического поведения человека по Ф. Перлзу.
13. Основные технические процедуры, используемые в гештальт-терапии.

Раздел 4. Тренинг как форма работы практического социального психолога.

1. Тренинг по формированию профессионально значимых поведенческих компетенций.
2. Программы тренинга. Структура тренинга, пост-тренинговое сопровождение.
3. Механизм изменений в тренинге. Эффективность работы группы.
4. Тренинг личностного роста. Построение программы личностного роста.
5. Преодоление неконструктивных поведенческих реакций.
6. Анализ конгруэнтности.
7. Анализ психо-эмоционального личностного фона.
8. Арттерапевтические методики.