

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Кийдан Ольга Вячеславовна
Должность: Заместитель директора по УР
Дата подписания: 2019-04-10
Уникальный программный ключ:
a2a2319df162d74b91cd25ebb9354b717ba0d1ce

Лянторский нефтяной техникум

(филиал) федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования «Югорский государственный университет»

МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ

**по выполнению самостоятельной работы
по дисциплине ОГСЭ.03 Психология общения
специальности 09.02.07 Информационные системы и программирование**

Лянтор

2019 г.

УДК 159.9
ББК 88
М54

Рекомендовано Методическим советом ЛНТ (филиал) ФГБОУ ВО «ЮГУ» в качестве учебно-методического пособия. Протокол № 3 заседания Методического совета ЛНТ от 22.11.2019 г.

Методические указания по выполнению самостоятельной работы по дисциплине ОГСЭ.03 Психология общения специальности 09.02.07 Информационные системы и программирование [Текст]: учебно-методическое пособие для студентов, обучающихся по специальности 09.02.07 Информационные системы и программирование/ Составитель И.Л.Мусенко ; М-во науки и высшего образования РФ, ЛНТ (филиал) ФГБОУ ВО «ЮГУ». – Лянтор: ЛНТ, 2019. – 16 с.

УДК 159.9ББК
88

СОДЕРЖАНИЕ

Пояснительная записка.....	3
Тематическое планирование	6
Методические рекомендации по выполнению внеаудиторной самостоятельной работы	
Самостоятельная работа №1	7
Самостоятельная работа №2	8
Самостоятельная работа №3	9
Самостоятельная работа №4	11
Самостоятельная работа №5	12
Самостоятельная работа №6	13
Самостоятельная работа №7	13
Список рекомендуемой литературы.....	15

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Данные методические рекомендации направлены на реализацию самостоятельной внеаудиторной работы по учебной дисциплине ОГСЭ.03 «Психология общения» для студентов по специальности СПО 09.02.07 Информационные системы и программирование. Самостоятельная внеаудиторная работа студента в техникуме является одним из основных методов приобретения и углубления знаний, познания общественной практики.

Главной задачей самостоятельной внеаудиторной работы является развитие общих и профессиональных компетенций, умений приобретать научные знания путем личных поисков, формирование активного интереса и вкуса к творческому самостоятельному подходу в учебной и практической работе.

Самостоятельная работа складывается из изучения учебной и специальной литературы, как основной, так и дополнительной, нормативного материала, конспектирования источников, подготовки устных и письменных сообщений, докладов, рефератов, выполнения практических ситуационных заданий.

Методические рекомендации по выполнению самостоятельной внеаудиторной работы разработаны в соответствии с программой ОГСЭ.03 «Психология общения». ОГСЭ.03 «Психология общения» относится к дисциплинам общего гуманитарного и социально-экономического учебного цикла.

При реализации программы у студентов формируются компетенции:

Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.

ОК 5.

Использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности.

ОК 6.

Работать в коллективе и команде, обеспечивать ее сплочение, эффективно общаться с коллегами, руководством, потребителями.

ОК 7.

Ставить цели, мотивировать деятельность подчиненных, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за результат выполнения заданий.

ОК 8.

Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.

ОК 9.

Быть готовым к смене технологий в профессиональной деятельности.

ОК 10.

Исполнять воинскую обязанность, в том числе с применением полученных профессиональных знаний (для юношей).

ПК 1.11

Консультировать, обучать пользователей, осуществлять проверку полученных знаний и умений.

В результате изучения дисциплины ОГСЭ.03 «Психология общения» студент должен

Уметь:

У1. применять техники и приемы эффективного общения в профессиональной деятельности;

У2. использовать приемы саморегуляции поведения в процессе межличностного общения.

Знать:

З1. взаимосвязь общения и деятельности;

З2. цели, функции, виды и уровни общения;

33. Роли и ролевые ожидания в общении;
34. виды социальных взаимодействий;
35. Механизмы взаимопонимания в общении;
36. техники и приемы ведения беседы, убеждения;
37. этические принципы общения;
38. источники, причины, виды и способы разрешения конфликтов.

Самостоятельная работа студента должна начинаться с изучения, осмысления изложенной темы в учебной, справочной литературе.

Количество часов на реализацию программы ОГСЭ.03 «Психология общения» – 40 часов. Рекомендуемое количество часов самостоятельной работы – 8 часов.

Методические рекомендации имеют определенную структуру.

В первом разделе представлена тематика самостоятельных работ, прописаны задания для самостоятельной работы и формы их представления, время, отведенное на их выполнение.

Во втором разделе содержатся рекомендации по выполнению заданий, в частности, дан алгоритм выполнения задания, сформулированы критерии самооценки выполненной работы, виды контроля качества выполненной работы, рекомендуемые источники информации.

Предлагаемые рекомендации разработаны в помощь студенту, выполняющему внеаудиторную самостоятельную работу, которые помогут быть успешным в этой деятельности.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

Наименование разделов и тем	Содержание самостоятельной работы обучающихся	Объем часов
1	2	3
Тема Средства общения	Подготовить сообщения с примерами: «Вербальные средства общения» и «Невербальные средства общения».	1
Тема Общение как восприятие людьми друг друга (перцептивная сторона общения)	Главные процессы восприятие, память, мышление как фундаментальная способность человека, воображение как способ получения нового знания, калейдоскоп эмоций. Самодиагностика по теме «Механизмы восприятия»	1
Тема Техники активного слушания	Методы развития коммуникативных способностей.	1
Тема Деловое общение	Психологические особенности ведения деловых дискуссий и публичных выступлений.	1
Тема Стратегии поведения в конфликтной ситуации	Создать памятку «Правила поведения в конфликте»	1
Тема Конфликты в деловом общении	Письменная рефлексия: какие мысли и образы приходят вам в голову, когда вы слышите о конфликте?	1
Тема Стресс и его особенности	Профилактика стрессового состояния, подготовить упражнения на снятие стресса	2
Всего		8

МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ВЫПОЛНЕНИЮ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ

САМОСТОЯТЕЛЬНАЯ РАБОТА №1

Тема. Средства общения

Цель: изучить и систематизировать материал о вербальных и невербальных средствах общения

Задание: Подготовить сообщения по теме (на выбор студентов) с примерами.

Форма представления задания: письменное сообщение.

Контроль качества выполненной работы: Выступление.

Требования к выполнению.

На качество сообщения существенное влияние оказывает умелое использование практического материала. В зависимости от темы при написании сообщения могут быть использованы разнообразные материалы: монографическая, учебная литература, нормативно-правовые акты различного уровня, статистические данные, данные словарей и энциклопедий.

Подготовка сообщения включает следующие этапы.

1. Выбор темы и изучение необходимой литературы.
2. Определение цели и задач исследования.
3. Составление плана работы.
4. Сбор и обработка фактического материала.
5. Написание текста и оформление сообщения.
6. Защита сообщения.

К сообщению предъявляются следующие требования:

- 1) четкость построения;
- 2) логическая последовательность изложения материала;
- 3) глубина исследования и полнота освещения вопросов;
- 4) убедительность аргументаций;
- 5) краткость и точность формулировок;
- 6) конкретность изложения результатов работы;
- 7) доказательность выводов и обоснованность рекомендаций;
- 8) грамотное оформление.

При оценке работы учитываются содержание работы, ее актуальность, степень самостоятельности, оригинальность выводов и предложений, качество используемого материала, а также уровень грамотности (общий и специальный).

Сообщение в печатном виде проверяется преподавателем, который определяет уровень теоретических знаний и практических навыков студента, соответствие работы предъявляемым к ней требованиям.

Критерии оценивания сообщения:

- соответствие содержания заявленной теме, отсутствие в тексте отступлений от темы – 2 балла;
- соответствие целям и задачам дисциплины – 1 балл;
- способность к анализу и обобщению информационного материала, степень полноты обзора состояния вопроса – 1 балл;
- качество публичного выступления – 1 балл.

САМОСТОЯТЕЛЬНАЯ РАБОТА №2

Тема: Общение как восприятие людьми друг друга (перцептивная сторона общения)

Главные процессы восприятия: память, мышление как фундаментальная способность человека, воображение как способ получения нового знания, калейдоскоп эмоций. Самодиагностика по теме «Механизмы восприятия»

Цель: изучить и систематизировать материал о влиянии имиджа на восприятие человека.

Задание: Подготовить самопрезентацию.

Форма представления задания: самопрезентация.

Контроль качества выполненной работы: публичное выступление.

Требования к выполнению.

Подготовка самопрезентации должна способствовать углубленному усвоению материалов программы, повышению квалификации и приобретению навыков в области решения практических задач и ситуаций из области психологии делового общения. Ее выполнение требует от студента не только теоретических знаний из области психологии делового общения, но и умения анализировать, сопоставлять, делать обобщения, выводы и предложения.

Критерии оценки выполненной работы: соответствие содержания самопрезентации изучаемому вопросу; грамотность формулирования собственной позиции, оценки и ее аргументация.

Рекомендуемые источники информации:

1. Ефимова, Н.С. Психология общения. Практикум по психологии: учебное пособие. – М.: ИД «ФОРУМ»: ИНФА-М. 2013. – 192 с. – (Профессиональное образование).– Допущено + URL: <http://znanium.com>
2. Ефимова, Н. С. Основы общей психологии: учебник / Н. С. Ефимова. - М.: ФОРУМ: ИНФРА-М, 2014. - 288 с. - (Профессиональное образование).
3. Ефимова, Н. С. Основы общей психологии [Электронный ресурс]: учебник / Н. С. Ефимова. - М.: ФОРУМ: ИНФРА-М, 2015. - 288 с.: ил.; 60x90 1/16. - (Профессиональное образование).
4. Столяренко Л.Д. Психология общения: учебник / Л.Д. Столяренко, С.И. Самыгин. – Ростов н/Д: Феникс, 2013. – 317, [1] с. – (Среднее профессиональное образование).

Последовательность выполнения:

1. Прочитайте материал учебников и интернет-источники.
2. Выпишите приоритетные качества, которые вас характеризуют.
3. Выберите качества, которые достались вам от природы; качества, которые характеризуют вас с профессиональной стороны; нравственные ценности и способность к межличностному общению; жизненный и профессиональный опыт личности.
4. Проанализируйте свой имидж.
5. Выделите стороны своего имиджа, над которыми вам еще необходимо поработать.

САМОСТОЯТЕЛЬНАЯ РАБОТА №3

Тема Техники активного слушания (самодиагностика Методы развития коммуникативных способностей)

Цель: Определение уровня коммуникативной толерантности (тест В.В. Бойко).

Задание: пройти тест, обработать и проанализировать результат.

Форма представления задания: анализ.

Контроль качества выполненной работы: просмотр анализа; устный опрос.

Критерии оценки выполненной работы: результат соответствует классификатору. Аккуратность выполнения; логичность анализа полученного результата; правильность использования терминологии.

Требования к выполнению:

Используя материалы теста «Определение уровня коммуникативной толерантности (тест В.В. Бойко)» диагностировать уровень коммуникативной толерантности.

Диагностика коммуникативной толерантности (В.В. Бойко)

Инструкция. Вам предоставляется возможность совершить экскурс в многообразие человеческих отношений. С этой целью вам предлагается оценить себя в девяти предложенных несложных ситуациях взаимодействия с другими людьми.

Проверьте себя: насколько вы способны принимать или не принимать индивидуальность встречающихся нам людей. Оцените ваше отношение к каждому из 5 высказываний по всем девяти представленным ниже ситуациям. Ваши оценки в баллах проставьте в колонки «Баллы». Начисление баллов по каждому из суждений производится в зависимости от того, насколько верны эти суждения по отношению к вам:

- 0 баллов – совсем неверно;
- 1 – верно в некоторой степени (не сильно);
- 2 – верно в значительной степени (значительно);
- 3 – верно в высшей степени (очень сильно).

Проверьте себя: нет ли у вас тенденции оценивать людей, исходя из собственного «Я». Мету согласия с суждениями, как и в предыдущем случае, выражайте в баллах от 0 до 3.

Проверьте себя: в какой мере категоричны или неизменны ваши оценки окружающих (оценка суждений от 0 до 3 баллов).

Проверьте себя: в какой степени вы умеете скрывать или сглаживать неприятные впечатления при столкновении с некоммуникабельными качествами людей (степень согласия с суждениями оценивайте от 0 до 3).

Проверьте себя: есть ли у вас склонность переделывать и перевоспитывать партнера (оценка суждений от 0 до 3 баллов).

Проверьте себя: в какой степени вы склонны «подгонять» партнеров под себя, делать их «удобными» (оценка суждений от 0 до 3 баллов).

Проверьте себя: свойственна ли вам такая тенденция поведения (оценка суждений от 0 до 3 баллов).

Проверьте себя: в какой степени вы терпимы к дискомфортным состояниям окружающих (оценка суждений от 0 до 3 баллов).

Проверьте себя: каковы ваши адаптационные способности во взаимодействии с людьми (оценка суждений от 0 до 3 баллов).

Обработка и интерпретация данных

Вы познакомились с некоторыми поведенческими признаками, свидетельствующими об уровнях общей коммуникативной толерантности. Подсчитайте сумму баллов, полученных вами по всем признакам, и сделайте вывод. Чем больше баллов, тем ниже уровень коммуникативной толерантности. Максимальное число баллов, которое можно заработать – 135, - свидетельствует об абсолютной нетерпимости к

окружающим, что вряд ли возможно для нормальной личности. Точно так же невероятно получить нуль баллов – свидетельство терпимости ко всем типам партнеров во всех ситуациях. Чем больше баллов по конкретному признаку, тем менее вы терпимы к людям в данном аспекте отношений с ними. Напротив, чем меньше ваши оценки по тому или иному поведенческому признаку, тем выше уровень общей коммуникативной толерантности по данному аспекту отношений с партнерами.

САМОСТОЯТЕЛЬНАЯ РАБОТА №4

Тема Деловое общение. Психологические особенности ведения деловых дискуссий и публичных выступлений.

Цель: изучить и систематизировать материал об организации, подготовке и проведении публичного выступления.

Задание: Подготовить публичное выступление по теме (на выбор студентов).

Форма представления задания: конспект выступления.

Контроль качества выполненной работы: публичное выступление.

Требования к выполнению.

Выполнение сообщения должно способствовать углубленному усвоению материалов программы, повышению квалификации и приобретению навыков в области решения практических задач и ситуаций из области психологии делового общения. Его выполнение требует от студента не только теоретических знаний из области психологии делового общения, но и умения анализировать, сопоставлять, делать обобщения, выводы и предложения.

Обучающемуся предоставляется право выбора темы выступления.

Темы сообщений:

1. Зачем нужны дипломы
2. Автомобиль: источник опасности или новое качество жизни?
3. Могут ли все быть счастливыми?
4. Надо ли бороться с курением?
5. Стоит ли ходить в кинотеатр, если дома большой плазменный экран?
6. Что выбрать: интересную работу или высокую зарплату?
7. Молодой специалист для предприятия: проблема или приобретение?
8. Нужна ли контрацепция?
9. Зачем нужны экзамены?

На качество выступления существенное влияние оказывает умелое использование практического материала. В зависимости от темы при составлении публичного выступления могут быть использованы разнообразные материалы: монографическая, учебная литература, нормативно-правовые акты различного уровня, статистические данные, данные словарей и энциклопедий.

К публичному выступлению предъявляются следующие требования:

- 1) четкость построения композиции: вступление, завязка, основная часть, заключение;
- 2) логическая последовательность изложения материала;
- 3) глубина исследования и полнота освещения вопросов;
- 4) убедительность аргументации: использовать не менее трех аргументов на каждый тезис;
- 5) краткость и точность формулировок;
- 6) грамотное оформление.

При оценке работы учитываются содержание работы, ее актуальность, степень самостоятельности, оригинальность выводов и предложений, качество используемого материала, а также уровень грамотности (общий и специальный).

В печатном виде проверяется преподавателем, который определяет уровень теоретических знаний и практических навыков студента, соответствие работы предъявляемым к ней требованиям.

САМОСТОЯТЕЛЬНАЯ РАБОТА №5

Тема Стратегии поведения в конфликтной ситуации

Цель: определение своей стратегии поведения в конфликте.

Задание: пройти тест, обработать и проанализировать результат. Создать памятку для себя «Правила поведения в конфликте»

Форма представления задания: анализ.

Контроль качества выполненной работы: просмотр анализа; устный опрос.

Критерии оценки выполненной работы: результат соответствует классификатору. Аккуратность выполнения; логичность анализа полученного результата; правильность использования терминологии.

Требования к выполнению:

Используя материалы теста «Определение своей стратегии поведения в конфликте (тест Томаса)» диагностировать свою доминирующую стратегию в конфликтном взаимодействии.

СТРАТЕГИЯ ПОВЕДЕНИЯ В КОНФЛИКТНОЙ СИТУАЦИИ(ТЕСТ К.ТОМАСА)Тест американского социального психолога К.Н. Томаса (1973 г.) позволяет оценить индивидуальную стратегию и тактики поведения в конфликтной ситуации.

Инструкция: Вам даны 30 пар утверждений, характеризующих ту или иную тактику поведения. Выберите, пожалуйста, из каждой пары одно утверждение, которое Вам больше подходит, точнее характеризует Ваше обычное поведение в конфликте и отметьте его.

Например, из первой пары Вы выберите утверждение «а», из второй «б», и запишете: 1а, 2б и так далее.

Утверждения повторяются, но каждый раз в новом сочетании. Иногда выбор сделать трудно, но все равно необходимо. Долго думать не следует.

К.Томас выделяет **пять основных тактик регулирования конфликтов.**

1) **противоборство** (соревнование, конкуренция) - тактика стремления удовлетворения своих интересов, невзирая на интересы другого;

2) **уступка** - тактика, в противоположность соперничеству, принесения в жертву собственных интересов ради другого, приспособление;

3) **компромисс** – тактика частичных взаимных уступок и частичного удовлетворения интересов каждого участника взаимодействия;

4) **избегание** – тактика ухода, отсутствия стремления и к кооперации, и отсутствие к достижению собственных целей;

5) **сотрудничество** – тактика поиска альтернативы, полностью удовлетворяющей интересы обеих сторон.

Обработка результатов

Ключ.

Отметьте, пожалуйста, какую тактику Вы выбрали из каждой пары утверждений.

БЛАНК ОТВЕТОВ

САМОСТОЯТЕЛЬНАЯ РАБОТА №6

Тема Конфликты в деловом общении

Задание: Письменная рефлексия: какие мысли и образы приходят вам в голову, когда вы слышите о конфликте? Написание эссе.

Форма представления задания: просмотр эссе

Контроль качества выполненной работы: просмотр эссе.

Критерии оценки выполненной работы: соответствие теме; аккуратность и правильность написания; логичность; правильность использования терминологии.

Требования к выполнению:

Используя лекционный материал и дополнительные источники информации написать эссе

САМОСТОЯТЕЛЬНАЯ РАБОТА №7

Тема Стресс и его особенности

Профилактика стрессового состояния, подготовить упражнения на снятие стресса

Цель: изучить и систематизировать материал об управлении эмоциональным состоянием в процессе общения.

Задание: Написание сообщения по теме (на выбор студентов).

Форма представления задания: письменное сообщение.

Контроль качества выполненной работы: Выступление, показ упражнений для снятия стресса

Требования к выполнению.

Выполнение сообщения должно способствовать углубленному усвоению материалов программы, повышению квалификации и приобретению навыков в области решения практических задач и ситуаций из области психологии общения. Его выполнение требует от студента не только теоретических знаний из области психологии общения, но и умения анализировать, сопоставлять, делать обобщения, выводы и предложения.

Обучающемуся предоставляется право выбора темы сообщения.

Темы сообщений:

1. Стрессы в общении
2. Причины стрессов в деловом общении
3. Обретение стрессоустойчивости в деловом общении
4. Техники релаксации в практике общения.
5. Использование приемов саморегуляции в деловом общении.
6. Профилактика стрессов в деловом общении.

На качество сообщения существенное влияние оказывает умелое использование практического материала. В зависимости от темы при написании сообщения могут быть использованы разнообразные материалы: монографическая, учебная литература, нормативно-правовые акты различного уровня, статистические данные, данные словарей и энциклопедий.

Подготовка сообщения включает следующие этапы.

1. Выбор темы и изучение необходимой литературы.
2. Определение цели и задач исследования.
3. Составление плана работы.
4. Сбор и обработка фактического материала.
5. Написание текста и оформление сообщения.
6. Защита сообщения.

К сообщению предъявляются следующие требования:

- 1) четкость построения;
- 2) логическая последовательность изложения материала;
- 3) глубина исследования и полнота освещения вопросов;
- 4) убедительность аргументаций;
- 5) краткость и точность формулировок;
- 6) конкретность изложения результатов работы;
- 7) доказательность выводов и обоснованность рекомендаций;
- 8) грамотное оформление.

При оценке работы учитываются содержание работы, ее актуальность, степень самостоятельности, оригинальность выводов и предложений, качество используемого материала, а также уровень грамотности (общий и специальный).

Сообщение в печатном виде проверяется преподавателем, который определяет уровень теоретических знаний и практических навыков студента, соответствие работы предъявляемым к ней требованиям.

Критерии оценивания сообщения:

- соответствие содержания заявленной теме, отсутствие в тексте отступлений от темы – 2 балла;
- соответствие целям и задачам дисциплины – 1 балл;
- способность к анализу и обобщению информационного материала, степень полноты обзора состояния вопроса – 1 балл;
- качество публичного выступления – 1 балл.

Список рекомендуемой литературы

- 1.Ефимова, Н. С. Психология общения. Практикум по психологии [Электронный ресурс]: учеб.пособ. / Н. С. Ефимова. - М.: ИД ФОРУМ: ИНФРА-М, 2018. - 192 с. (ЭБС Znanium.com). Режим доступа: <http://znanium.com/catalog/product/766784>
- 2.Кошечая, И. П. Профессиональная этика и психология делового общения [Электронный ресурс]: учеб.пособ. / И.П. Кошечая, А.А. Канке. – М. : ИД ФОРУМ, НИЦ ИНФРА-М, 2016. - 304 с. (Профессиональное образование). (ЭБС Znanium.com). Режим доступа: <https://znanium.com/catalog/product/518222>
3. Леонов, Н. И. Психология общения [Электронный ресурс]: учеб.пособ. для СПО / Н. И. Леонов. — 5-е изд., перераб. и доп. — М.: Юрайт, 2019. — 193 с. — (Профессиональное образование) (ЭБС Юрайт). Режим доступа: <https://www.biblio-online.ru/bcode/430170>