Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«РОССИЙСКАЯ АКАДЕМИЯ НАРОДНОГО ХОЗЯЙСТВА И ГОСУДАРСТВЕННОЙ СЛУЖБЫ ПРИ ПРЕЗИДЕНТЕ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ»

Нижегородский институт управления – филиал РАНХиГС
(наименование института (факультета))
Кафедра философии, социологии и психологии управления
(наименование кафедры)

УТВЕРЖДЕНО
И.о. директора Нижегородского института управления – филиала РАНХиГС

Лебедева Екатерина Александровна
Подписано цифровой подписью: Лебедева Екатерина Александровна
Дата: 2025.05.05 17:00:00 +03'00'

ПРОГРАММА МАГИСТРАТУРЫ

«Региональное управление»
(наименование образовательной программы)

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ, реализуемой с применением электронного (онлайн) курса

ФТД.03 СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ТЕХНОЛОГИИ АДАПТАЦИИ К ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ
(индекс и наименование дисциплины, в соответствии с учебным планом)

38.04.04 Государственное и муниципальное управление
(код и наименование направления подготовки)
очная, заочная
(форма обучения)

Год набора – 2025

Нижний Новгород, 2025 г.

СОДЕРЖАНИЕ

1. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения программы....4

2. Объем и место дисциплины в структуре ОП ВО....4

3. Содержание и структура дисциплины....5

4. Материалы текущего контроля успеваемости обучающихся....7

5. Оценочные материалы промежуточной аттестации по дисциплине....9

6. Методические материалы по освоению дисциплины....12

7. Учебная литература и ресурсы информационно-телекоммуникационной сети интернет....14

7.1. Основная литература....14

7.2. Дополнительная литература....15

7.3. Нормативные правовые документы....15

7.4. Интернет-ресурсы....15

7.5. Иные источники....16

8. Материально-техническая база, информационные технологии, программное обеспечение и информационные справочные системы....16

Авторы-составители:

Профессор кафедры философии, социологии и психологии управления, д-р.социол.наук, профессор *(ученая степень и(или) ученое звание, должность, наименование кафедры)*	С.А. Тихонина *(Ф.И.О.)*
Заведующий кафедрой философии, социологии и психологии управления, канд.социол.наук, доцент *(ученая степень и(или) ученое звание, должность, наименование кафедры)*	Н.В. Шангин *(Ф.И.О.)*

РПД ФТД.03 Социально-психологические технологии адаптации к профессиональной деятельности одобрена на заседании кафедры философии, социологии и психологии управления.

Протокол № 7 от 21.02.2025 г.

1. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения программы

Дисциплина ФТД.03 Социально-психологические технологии адаптации к профессиональной деятельности обеспечивает овладение следующими компетенциями:

Таблица 1.

Код компетенции	Наименование компетенции	Код компонента компетенции	Наименование компонента компетенции
УК-5	Способен анализировать и учитывать разнообразие культур в процессе межкультурного взаимодействия	УК-5.1	Способен работать в коллективе толерантно воспринимая социальные, этнические, конфессиональные и культурные различия и управлять командной деятельностью, с целью принятия эффективных управленческих решений на основе анализа социальных процессов

2. Объем и место дисциплины в структуре ОП ВО

Дисциплина ФТД.03 Социально-психологические технологии адаптации к профессиональной деятельности входит в раздел факультативных дисциплин. Общая трудоемкость дисциплины (модуля) в зачетных единицах – 2 (72 академических часа /54 астрономических часа).

Освоение дисциплины опирается на объем теоретических знаний в области информационно-коммуникационных технологий.

Количество академических часов, выделенных на контактную работу с преподавателем (по видам учебных занятий) и на самостоятельную работу обучающихся; форма (ы) промежуточной аттестации в соответствии с учебным планом:

Вид учебных занятий и самостоятельная работа		Всего
Очная форма обучения		
Контактная работа обучающихся с преподавателем, в том числе:		*48*
лекционного типа (Л)		*16*
практического (семинарского) типа (ПЗ)		*32*
Самостоятельная работа обучающихся (СР)		*20*
Промежуточная аттестация	форма	*зачет*
	час.	*4*
	Общая трудоемкость (час. / з.е.)	*72/2*
Заочная форма обучения		
Контактная работа обучающихся с преподавателем, в том числе:		*14*
лекционного типа (Л)		*4*
практического (семинарского) типа (ПЗ)		*10*
Самостоятельная работа обучающихся (СР)		*54*
Промежуточная аттестация	форма	*зачет*
	час.	*4*
	Общая трудоемкость (час. / з.е.)	*72/2*

3. Содержание и структура дисциплины

3.1. Структура дисциплины

Таблица 2.

№ п/п	Наименование тем (разделов),	Объем дисциплины (модуля), час.						Форма текущего контроля успеваемости**, промежуточной аттестации
		Всего	Контактная работа обучающихся с преподавателем по видам учебных занятий				СРО	
			Л/ЭО, ДОТ*	ЛР/ЭО, ДОТ*	ПЗ/ЭО, ДОТ*	КСР		
Очная форма обучения								
Тема 1	Социально-психологическая адаптациикак фактор успешной профессиональной деятельности	13	3		6		4	Д
Тема 2	Типология субъектов профессиональной деятельности и их основные характеристики.	13	3		6		4	Д
Тема 3	Цели, ценности и смысло-жизненные ориентации взрослого человека	13	3		6		4	Д, МГ
Тема 4	Социально-психологические аспекты успеха и понятие успешной личности.	13	3		6		4	Д, К, МШ
Тема 5	Профилактика стресса и профессионального выгорания: техники саморегуляции эмоционального состояния.	16	4		8		4	Э
Промежуточная аттестация		4						зачет
Всего (в з.е./акад.часах/астр.часах):		**2/72/54**	**16/12**		**32/24**		**20/15**	**4/3**
Заочная форма обучения								
Тема 1	Социально-психологическая адаптациикак фактор успешной профессиональной деятельности	14	2		2		10	Д
Тема 2	Типология субъектов профессиональной деятельности и их основные характеристики.	12			2		10	Д
Тема 3	Цели, ценности и смысложизненные ориентациивзрослого человека	12			2		10	Д, МГ
Тема 4	Социально-психологические аспекты успеха и понятие успешной личности.	14	2		2		10	Д, К, МШ
Тема 5	Профилактика стресса и профессионального выгорания: техники саморегуляции эмоционального состояния.	16			2		14	Э

№ п/п	Наименование тем (разделов),	Объем дисциплины (модуля), час.						Форма текущего контроля успеваемости**, промежуточной аттестации
		Всего	Контактная работа обучающихся с преподавателем по видам учебных занятий				СРО	
			Л/ЭО, ДОТ*	ЛР/ЭО, ДОТ*	ПЗ/ЭО, ДОТ*	КСР		
Промежуточная аттестация		4						зачет
Всего (в з.е./акад.часах/астр.часах):		**2/72/54**	**4/3**		**10/7,5**		**54/40,5**	**4/3**

Примечание:

** – при применении электронного обучения, дистанционных образовательных технологий в соответствии с учебным планом).*

*** - формы текущего контроля успеваемости: эссе (Э), дискуссия (Д), коллоквиум (К, мозговой штурм (МШ), работа в микрогруппах (МГ).*

3.2. Содержание дисциплины

Тема 1. Социально-психологическая адаптации как фактор успешной профессиональной деятельности

Понятие и основные критерии социальной адаптации в профессиональной деятельности. Определение социальной адаптации. Этапы адаптации. Главные проблемы социально-психологической адаптации при осуществлении трудовой деятельности. Характеристика основных методов успешной профессиональной адаптации. Понятие дезадаптации. Анализ современных направлений социально-психологических исследований по адаптации к профессиональной деятельности.

Тема 2. Модели поведения человека в организации

Типология субъектов профессиональной деятельности и их основные характеристики. Метапрограммы, детерминирующие поведение человека при осуществлении трудовой деятельности. Модели организационного поведения. Принципы построения модели организационного поведения. Формирование поведенческих моделей в организации и первичные навыки их диагностики.

Тема 3. Цели, ценности и смысло-жизненные ориентации взрослого человека

Понятие цели, критерии цели, отличающие от желания и мечты. Принятие решений и постановка цели. Понятия: целеполагание, целенаправленность и целедостижение; их взаимосвязь и взаимодополнение. Колесо баланса жизненных целей. Формула успеха достижения целей. Жизненные ценности и смысло-жизненные ориентации: их роль в достижении цели.

Тема 4. Социально-психологические аспекты успеха и понятие успешной личности Понятие успеха. Критерии успешности. Понятие удачи. Стратегия успеха и стратегия избегания неудачи. Социально-психологические основы успешного\неуспешного поведения. Прокрастинация: причины возникновения и способы её преодоления. Сила намерения.

Самооценка и ограничивающие убеждения. Типологические особенности успешного человека. Простые техники тренировки достижения успеха.

Тема 5. Профилактика стресса и профессионального выгорания: техники саморегуляции эмоционального состояния

Шкала эмоций человека. Влияние эмоций на успешность профессиональной деятельности. Понятие стресса и дистресса. Теория стресса Г. Селье. Факторы стресса в трудовой деятельности. Понятие профессионального выгорания. Основные причины профессионального выгорания. Меры профилактики трудового стресса и профессионального выгорания. Приёмы саморегуляции эмоционального состояния.

4. Материалы текущего контроля успеваемости обучающихся

4.1. В ходе реализации дисциплины ФТД.03 Социально-психологические технологии адаптации к профессиональной деятельности используются следующие **методы текущего контроля успеваемости** обучающихся:

Таблица 3.

Тема и/или раздел	Методы текущего контроля успеваемости*
Тема 1. Социально- психологическая адаптации как фактор успешной профессиональной деятельности	Д
Тема 2. Типология субъектов профессиональной деятельности и их основные характеристики.	Д
Тема 3. Цели, ценности и смысло-жизненные ориентации взрослого человека	Д, МГ
Тема 4. Социально- психологические аспекты успеха и понятие успешной личности.	Д, К, МШ
Тема 5. Профилактика стресса и профессионального выгорания: техники саморегуляции эмоционального состояния.	Э

** - формы текущего контроля успеваемости: эссе (Э), дискуссия (Д), коллоквиум (К), мозговой штурм (МШ), работа в микрогруппах (МГ).*

4.2. Типовые материалы текущего контроля успеваемости обучающихся

Материалы текущего контроля успеваемости по теме 1

Социально-психологическая адаптации как фактор успешной профессиональной деятельности

Примерные вопросы для дискуссии и сообщений по теме 1

1. Главные проблемы социально-психологической адаптации при осуществлении трудовой деятельности.
2. Характеристика основных методов успешной профессиональной адаптации.
3. Анализ современных направлений социально-психологических исследований по адаптации к профессиональной деятельности.

Материалы текущего контроля успеваемости по теме 2.

Модели поведения человека в организации

Примерные вопросы для дискуссии и докладов по теме 2

1. Типология субъектов профессиональной деятельности и их основные характеристики.
2. Метапрограммы, детерминирующие поведение человека при осуществлении трудовой деятельности.
3. Модели организационного поведения.
4. Принципы построения модели организационного поведения.

Материалы текущего контроля успеваемости по теме 3.

Цели, ценности и смысло- жизненные ориентации взрослого человека

Примерные вопросы для дискуссии и докладов по теме 3

1. Понятие цели, критерии цели, отличающие от желания и мечты.
2. Принятие решений и постановка цели.
3. Целеполагание. Целенаправленность. Целедостижение.
4. Жизненные ценности и смысло-жизненные ориентации: их роль в достижении цели.

Работа в микрогруппах

Совместная деятельность группы обучающихся и преподавателя под управлением преподавателя с целью решения учебных и профессионально-ориентированных задач

путем игрового моделирования реальной проблемной ситуации. Позволяет оценивать умение анализировать и решать типичные профессиональные задачи.

Этап погружения в совместную деятельность

Основная задача: формирование мотивации к совместной деятельности, проявление инициатив участников.

1) раздается текст студентам;

2) определяется основная проблема, лежащая в основе кейса.

Этап организации совместной деятельности

Основная задача: организация деятельности по решению проблемы, деятельность может быть организована в малых группах или индивидуально.

1) студенты распределяются по группам и в отведенное время, отвечают на вопросы;

2) студенты составляют индивидуальные ответы в единой позиции для презентации;

3) выбирается спикер, который будет презентовать решение;

4) оценивается содержательная сторона решения, техника презентации;

5) преподаватель организует и направляет общую дискуссию.

Этап анализа и рефлексии совместной деятельности

Основная задача: проявить образовательные и учебные результаты работы с кейсом.

1) анализируется эффективность организации занятия;

2) ставятся задачи для дальнейшей работы;

3) преподаватель завершает дискуссию, анализирует работу групп, подводит итоги.

Типовое задание для работы в микрогруппе:

Студенты разбиваются на группы по 4-5 человек

Каждая группа получает от преподавателя сюжет (описание) социального взаимодействия субъектов в ситуации, соответствующей изучаемой теме. Студенты выполняют задания по изученному алгоритму, применяя методики анализа современных социальных явлений и процессов, отрабатывая умение интерактивного взаимодействия и сотрудничества, толерантного поведения в социуме, используя методы формирования команды и определения собственной роли в работе команды, применяя знания динамических процессов и особенностей ролевых позиций в группе.

Время одного раунда – 15-20 мин. Шеринг в микрогруппе – 5 мин.

Материалы текущего контроля успеваемости по теме 4.

Социально-психологические аспекты успеха и понятие успешной личности.

Примерные вопросы для дискуссии и сообщений по теме 4.

1. Соотношений понятий успеха и удачи.
2. Стратегия успеха и стратегия избегания неудачи.
3. Социально-психологические основы успешного\неуспешного поведения.
4. Самооценка и ограничивающие убеждения.
5. Типологические особенности успешного человека.

Примерные темы коллоквиума для самостоятельной подготовки по теме 4

1. Понятие успеха.
2. Критерии успешности.
3.Понятие удачи.
4. Стратегия успеха и стратегия избегания неудачи.
5. Социально-психологические основы успешного\неуспешного поведения.
6. Прокрастинация и пути её преодоления.
7. Сила намерения.
8. Простые техники тренировки достижения успеха.

Примерный перечень тем для мозгового штурма

1. Понятие и критерии цели

2. Желания и мечты: в чём разница.
3. Принятие решений и постановка цели.
4. Целеполагание и целенаправленность: в чём разница.
5. Сектора колеса баланса жизненных целей.
6. Формула успеха достижения целей.

Материалы текущего контроля успеваемости по теме 5.

Профилактика стресса и профессионального выгорания: техники саморегуляции эмоционального состояния.

Примерные темы эссе для самостоятельной подготовки по теме 5

1. Шкала эмоций человека.
2. Влияние эмоций на успешность профессиональной деятельности.
3. Понятие стресса и дистресса.
4. Теория стресса Г. Селье.
5. Факторы стресса в трудовой деятельности.
6. Понятие профессионального выгорания.
7. Основные причины профессионального выгорания.
8. Меры профилактики трудового стресса и профессионального выгорания.
9. Приёмы саморегуляции эмоционального состояния.

5. Оценочные материалы промежуточной аттестации по дисциплине

5.1. Зачет проводится с применением следующих методов (средств): проведение устного зачета, включающего теоретическую часть и практико-ориентированное задание, требующее демонстрации уровня владения умениями/навыками.

5.2. Оценочные материалы промежуточной аттестации

Таблица 4.

Код компонента освоения компетенции	Компонент освоения компетенции	Код промежуточного индикатора освоения компетенции	Промежуточный индикатор освоения компетенции	Критерий оценивания
УК-5.1	Способен работать в коллективе толерантно воспринимая социальные, этнические, конфессиональные и культурные различия и управлять командной деятельностью, с целью принятия эффективных управленческих решений на основе анализа социальных процессов	ИУК-5.1	Организует деловые контакты и эффективную командную работу соблюдая этические нормы и права человека и особенности социального взаимодействия с учетом национальных, этнокультурных, конфессиональных особенностей	Использует психологические инструменты социального взаимодействия при решении профессиональных задач, демонстрирует (в учебной группе и профессиональной среде) навыки профессионального взаимодействия и технологии достижения успеха в поликультурной среде организации

Типовые оценочные материалы промежуточной аттестации

Примерный перечень теоретических вопросов к зачету:

1. Понятие и основные критерии социальной адаптации в профессиональной деятельности.
2. Определение социальной адаптации.
3. Этапы адаптации.
4. Главные проблемы социально-психологической адаптации при осуществлении трудовой деятельности.
5. Характеристика основных методов успешной профессиональной адаптации.
6. Анализ современных направлений социально-психологических исследований по адаптации к профессиональной деятельности.
7. Типология субъектов профессиональной деятельности и их основные характеристики.
8. Метапрограммы, детерминирующие поведение человека при осуществлении трудовой деятельности.
9. Модели организационного поведения.
10. Принципы построения модели организационного поведения.
11. Формирование поведенческих моделей в организации и первичные навыки их диагностики.
12. Понятие цели, критерии цели, отличающие от желания и мечты.
13. Принятие решений и постановка цели.
14. Характеристика процесса целеполагания.
15. Характеристика целенаправленности.
16. Понятие целедостижения.
17. Колесо баланса жизненных целей.
18. Формула успеха достижения целей.
19. Жизненные ценности и смысло-жизненные ориентации: их роль в достижении цели.
20. Понятие успеха.
21. Критерии успешности.
22. Понятие удачи.
23. Стратегия успеха и стратегия избегания неудачи.
24. Социально-психологические основы успешного\неуспешного поведения.
25. Основные направления повышения его эффективности человека в трудовой деятельности
26. Сила намерения.
27. Самооценка и ограничивающие убеждения.
28. Типологические особенности успешного человека.
29. Простые техники тренировки достижения успеха.
30. Шкала эмоций человека.
31. Влияние эмоций на успешность профессиональной деятельности.
32. Понятие стресса
33. Понятие дистресса.
34. Теория стресса Г. Селье.
35. Факторы стресса в трудовой деятельности.
36. Понятие профессионального выгорания.
37. Основные причины профессионального выгорания.
38. Меры профилактики трудового стресса и профессионального выгорания.
39. Приёмы саморегуляции эмоционального состояния

Практико-ориентированные (практические) задания к зачету:

УК-5.1 Способен работать в коллективе толерантно воспринимая социальные, этнические, конфессиональные и культурные различия и управлять командной деятельностью, с целью принятия эффективных управленческих решений на основе анализа социальных процессов

В рамках управления человеческим капиталом особую роль играет готовность руководить коллективом в сфере своей профессиональной деятельности, толерантно воспринимая социальные, этнические, конфессиональные и культурные различия, поскольку от этого зависит успех в бизнесе. В практике встречаются следующие варианты:

- руководитель принимает решение и сообщает результат подчиненным, если это необходимо;
- руководитель принимает решение и сообщает, почему он его принял;
- руководитель принимает решение, но при этом интересуется мнением подчиненных, приветствует их вопросы, получая, таким образом, возможность проверить решение и в случае необходимости изменить его;
- руководитель принимает решение и представляет его группе на доработку;
- руководитель излагает суть проблемы, спрашивает, какие будут предложения, и, выслушав их, принимает решения;
- руководитель излагает проблему и просит группу принять решение, оставляя за собой право выбора и утверждение варианта;
- руководитель излагает проблему и принимает решение группы.

Какой из предложенных вариантов вы считаете предпочтительным? Обоснуйте свою позицию.

Шкала оценивания

Промежуточная аттестация проводится в форме зачета без применения балльно-рейтинговой системы оценивания - посредством аттестационных испытаний в форме традиционного зачета.

Результаты промежуточной аттестации оцениваются: по бинарной системе оценивания («зачтено», «не зачтено»), или традиционной балльной системе оценивания.

Наряду с оцениванием учебных достижений обучающихся по принятой образовательной организации системе оценок и использованием ее при оформлении официальных дипломов Академии о высшем образовании, вводят повышенный («Excellent» и «Good») и базовый («Very good» и «Satisfactory») уровень оценок «отлично» и «хорошо» для использования при оформлении ЕПД, согласно Положению об оформлении и выдаче ЕПД.

Таблица 5.

Соответствие академической оценке

Академическая оценка		Оценка по шкале ESTS	
зачтено	отлично	Passed	A (Excellent)
			B (Very Good)
	хорошо		C (Good)
			D (Satisfactory)
	удовлетворительно		E (Sufficient)
не зачтено	неудовлетворительно	-	-

Критерии оценивания в ходе промежуточной аттестации

Оценка «зачтено» выставляется обучающемуся:

– если он глубоко и прочно усвоил программный материал, исчерпывающе, последовательно, четко и логически стройно излагает его на зачет, умеет тесно увязывать теорию с практикой, свободно справляется с задачами, вопросами и другими видами знаний, причем не затрудняется с ответом при видоизменении заданий, правильно

обосновывает принятое решение; учебные достижения и результаты текущего контроля успеваемости демонстрируют высокую степень сформированности соответствующих компетенций.

– если он твердо знает материал, грамотно и по существу излагает его, не допуская существенных неточностей в ответе на вопрос, правильно применяет теоретические положения при решении практических вопросов и задач, владеет необходимыми навыками и приемами их выполнения; учебные достижения и результаты текущего контроля успеваемости демонстрируют хорошую степень сформированности соответствующих компетенций.

– если он имеет знания только основного материала, но не усвоил его деталей, допускает неточности, недостаточно правильные формулировки, нарушения логической последовательности в изложении программного материала, испытывает затруднения при выполнении практических работ; учебные достижения и результаты текущего контроля успеваемости демонстрируют удовлетворительную степень сформированности соответствующих компетенций.

Оценка «не зачтено» выставляется обучающемуся:

– если он не знает значительной части программного материала, допускает существенные ошибки, неуверенно, с большими затруднениями выполняет практические работы; учебные достижения и результатами текущего контроля успеваемости демонстрируют низкую степень сформированности соответствующих компетенций.

6. Методические материалы по освоению дисциплины

Обучение по дисциплине ФТД.03 Социально-психологические технологии адаптации к профессиональной деятельности предполагает изучение курса на аудиторных занятиях (лекции, практические) и самостоятельной работы студентов.

Практические занятия дисциплины предполагают их проведение в различных формах с целью выявления полученных знаний, умений, навыков и компетенций.

Подготовка к лекции студентами заключается в следующем:

– повторить материал предыдущей лекции, прочитав его повторно;

– ознакомиться с темой предстоящей лекции (в рабочей программе учебной дисциплины);

– ознакомиться с учебными материалами по данной теме в соответствии с предложенным списком литературы в рабочей программе учебной дисциплины или с электронными материалами, предложенными лектором;

– записать возможные вопросы, которые можно будет задать лектору.

Подготовка к практическим (семинарским) занятиям:

– внимательно прочитать материал лекций, относящихся к данному занятию, ознакомиться с учебными материалами, включая электронные в соответствии с предложенным списком литературы в рабочей программе учебной дисциплины;

– подготовить развернутые ответы на вопросы, предложенные в рабочей программе дисциплины, для обсуждения;

– выполнить задания, если они предусмотрены в письменной форме;

– понять, что для вас осталось неясными и постараться получить на них ответ заранее;

– готовиться к практическим (семинарским) занятиям можно как индивидуально, так и в составе малой группы;

– рабочую программу учебной дисциплины необходимо использовать в качестве основного ориентира в организации обучения;

– электронная версия рабочей программы по дисциплине размещена на сайте Нижегородского института управления, к которой предоставлен авторизованный доступ.

Подготовка к зачету. К зачету необходимо готовиться целенаправленно, регулярно, систематически и с первых дней обучения по данной дисциплине. В самом начале учебного курса необходимо ознакомиться со следующей учебно-методической документацией:

- программой дисциплины;
- перечнем знаний и умений, которыми студент должен владеть;
- тематическими планами лекций, семинарских занятий;
- учебником, учебными пособиями по дисциплине, а также электронными ресурсами;
- перечнем и тематикой письменных работ, а также методическими рекомендациями по их выполнению;
- перечнем вопросов к зачету.

Систематическое выполнение всех видов заданий на лекциях, практических занятиях, а также самостоятельная работа позволит успешно освоить дисциплину и создать хорошую базу для прохождения промежуточной аттестации**.**

Эффективность лекционных, семинарских и практических занятий по дисциплине во многом зависит от качества самостоятельной работы студентов, от их самоподготовки.

Часть времени, отведенного на самостоятельную работу должна использоваться на подготовку к аудиторным занятиям, другая часть на выполнение домашней работы, осмысление и оформление результатов практических занятий.

При подготовке к занятиям студенту полезно:

- изучить теоретический материал по данной теме (конспект занятия);
- ознакомиться с литературой, рекомендованной преподавателем;
- выполнить задания, предложенные преподавателем, к занятию;
- составить перечень вопросов, вызывающих затруднения, неясности или сомнения, обсудить их с преподавателем или на занятии;
- заниматься самостоятельным поиском дополнительной литературы по изучаемой теме.

В рамках данной дисциплины самостоятельная работа обучающихся включает самостоятельную работу с литературой.

Самостоятельная работа с исследовательской и учебной литературой, изданной на бумажных носителях, сохраняется как важное звено самостоятельной работы в целом, но информационные технологии позволяют использовать как основу для самостоятельной работы не только печатную продукцию учебного или исследовательского характера, но и электронные издания, ресурсы сети Интернет – электронные базы данных, каталоги и фонды библиотек, архивов и т. д.

Самостоятельная работа по лекционному курсу дисциплины в основном выполняется в виде проработки учебного материала лекционных занятий из-за сложности материала, прочитанного ведущим преподавателем.

Самостоятельная работа по подготовке к семинару в основном выполняется в виде самостоятельного изучения учебного материала.

Для подготовки к семинарским занятиям, обучающимся предоставляется возможность самостоятельно заниматься на компьютерах оснащенных электронными учебниками и подключенных к интернету в библиотеке института.

Вопросы для самостоятельной подготовки к лекционным и практическим занятиям

Тема 1. Социально- психологическая адаптации как фактор успешной профессиональной деятельности

1. Виды адаптации в профессиональной деятельности.

2. Характерные затруднения социально-психологической адаптации при осуществлении трудовой деятельности.

3. Причины основных затруднений профессиональной адаптации.

4. Регулятивные, оценочные, санкционирующие и стабилизирующие функции групповых норм

Тема 2. Типология субъектов профессиональной деятельности и их основные характеристики.

1. Типология сотрудников и их основные социально-психологические характеристики.

2. Специфика поведения в организации в зависимости от типа сотрудника.

3. Типология руководителей и уровень развития организации

4. Фильтры восприятия и модели организационного поведения.

Тема 3. Цели, ценности и смысло-жизненные ориентации взрослого человека

1. Индивидуальная система смыслов, самобытность, неповторимость, уникальность личности.

2. Жизненное и профессиональное самоопределение.

3. Сферы жизни, в которых человек может найти смысл своей жизни.

4. Связь смысла жизни с будущим, настоящим и прошлым человека.

5. Смысл жизни - ведущий критериий сформированности личности.

Тема 4. Социально- психологические аспекты успеха и понятие успешной личности.

1. Критерии оценки успеха.

2. Дифференциация понятий «успех» и «успешность».

3. Субъективное переживание и условия достижения успеха.

4. Стереотипные представления об успехе и успешном человеке.

5. Способы достижения успеха

Тема 5. Профилактика стресса и профессионального выгорания: техники саморегуляции эмоционального состояния.

1. Саморегуляция как способ восстановления сил и мобилизации ресурсов организма.

2. Управление психоэмоциональным состоянием с помощью слов, мыслеобразов и др.

3. Эмоциональное напряжение специалиста.

4. Профессиональный стресс и проблема эмоционального выгорания.

5. Психическая регуляция как способ профилактики синдрома эмоционального выгорания.

7. Учебная литература и ресурсы информационно-телекоммуникационной сети Интернет

7.1. Основная литература

1. Пряжникова, Е. Ю. Психология труда: теория и практика : учебник для вузов / Е. Ю. Пряжникова. — 2-е изд. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 469 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-21553-3. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/577330

2. Психология труда : учебник для вузов / под редакцией Е. А. Климова, О. Г. Носковой. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 308 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-16233-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/562756

7.2. Дополнительная литература

1. Елисеев, О. П. Практикум по психологии личности : учебник для вузов / О. П. Елисеев. — 4-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 390 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-10962-7. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/538770.

2. Психология труда : учебник для вузов / Е. А. Климов [и др.] ; под редакцией Е. А. Климова, О. Г. Носковой. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 308 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-16233-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/538808.

3. Психология труда, инженерная психология и эргономика : учебник для вузов / Е. А. Климов [и др.] ; под редакцией Е. А. Климова, О. Г. Носковой, Г. Н. Солнцевой. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 661 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-15490-0. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/544722

4. Пряжникова, Е. Ю. Психология труда: теория и практика : учебник для вузов / Е. Ю. Пряжникова. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 520 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-17786-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/533737

7.3. Нормативные правовые документы

1. Конституция Российской Федерации (принята всенародным голосованием 12 декабря 1993 года) (с изменениями на 21 июля 2014 года) [Электронный ресурс] // Консультант Плюс: справочно-правовая система. 1997-2016. Режим доступа: https://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_28399/

2. Федеральный закон от 27 июля 2004 года N 79-ФЗ «О государственной гражданской службе Российской Федерации» (с изменениями на 30 декабря 2015 года). [Электронный ресурс] // Консультант Плюс: справочно-правовая система. 1997-2016. Режим доступа: https://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_48601/

3. Федеральный закон от 27 мая 2003 года N 58-ФЗ «О системе государственной службы Российской Федерации» (с изменениями на 13 июля 2015 года). [Электронный ресурс] // Консультант Плюс: справочно-правовая система. 1997-2016. Режим доступа: https://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_42413/.

4. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 №273-ФЗ.

5. Приказ Министерства науки и высшего образования Российской Федерации от 06.04.2021 №245 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по образовательным программам высшего образования - программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры»

6. Образовательный стандарт ФГБОУ ВО «Российской академии народного хозяйства и государственной службы при Президенте Российской Федерации», утвержденный приказом ректора Академии от 29.03.2021 г. № 01-3046 и разработанного на основе федерального государственного образовательного стандарта высшего образования – магистратура по направлению подготовки 38.04.04 Государственное и муниципальное управление, утвержденного приказом Министерства науки и высшего образования Российской Федерации от 13.08.2020 г. № 1000 (зарегистрировано в Министерстве юстиции Российской Федерации 28.08.2020 г., регистрационный №59530).

7.4. Интернет-ресурсы

1. Научная электронная библиотека eLibrary
2. Научная электронная библиотека КиберЛенинка
3. Административно-управленческий портал http://www.aup.ru/

4. Единое окно доступа к образовательным ресурсам http://window.edu.ru/
5. Официальный сайт Правительства Нижегородской области http://www.government- nnov.ru
6. РосБизнесКонсалтинг http://nn.rbc.ru/
7. Официальный сайт Министерства экономического развития РФ http://economy.gov.ru/

7.5. Иные источники

1. Электронные информационно-образовательные ресурсы Нижегородского института управления – филиала РАНХиГС - http://sdo.niu.ranepa.ru/.
2. Портал электронной библиотеки [Электронный ресурс] – URL: http://www.ihtik.lib.ru/
3. Электронная библиотека студента «КнигаФонд» [Электронный ресурс] – режим доступа: http://www.knigafund.ru/
4. Козьяков, Р.В. Социальная психология : учебник / Р.В. Козьяков. - М. : Директ-Медиа, 2013. - 376 с. : рис., табл. - ISBN 978-5-4458-3613-1.
5. Социальная психология : учебник / под ред. А.М. Столяренко. - 2-е изд., доп. - М. : Юнити-Дана, 2012. - 511 с. - ISBN 978-5-238-01480-7.

8. Материально-техническая база, информационные технологии, программное обеспечение и информационные справочные системы

8.1. **Материально-техническая база**

Перечень материально-технического обеспечения:

1. Учебные аудитории, оборудованные для проведения учебных занятий лекционного и семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, коллоквиумов, мероприятий текущего контроля и промежуточной аттестации, в том числе мультимедийным оборудованием для демонстрации электронных презентаций и аудио- и видеоматериалов;
2. Компьютерные классы для выполнения групповых тестовых и иных заданий, а также для самостоятельной работы обучающихся оснащенные компьютерной техникой и обеспечением доступа к сети «Интернет» и доступа в электронную информационно- образовательную среду организации;
3. Специализированные аудитории и лаборатории;
4. Библиотека с обеспечением печатными изданиями или электронно-библиотечная система обеспечивающая доступ к электронным изданиям (электронная библиотека);
5. Читальный зал;
6. Технические средства обучения: персональные компьютеры; компьютерные проекторы; звуковые динамики; программные средства, обеспечивающие просмотрвидеофайлов в форматах AVI, MPEG-4, DivX, RMVB, WMV и др.

8.2. Информационные технологии, программное обеспечение:

При осуществлении образовательного процесса по дисциплине используется информационные технологии и программное обеспечение:

1. Современная операционная система.
2. Kaspersky Endpoint Security (или аналог).
3. Средство просмотра файлов формата pdf.
4. Современные офисные средства (текстовые и табличные редакторы, средствработы с презентационными материалами и т.д.).
5. Архиватор 7-Zip.
6. Система дистанционного обучения.
7. Автоматизированная библиотечная система.

8.3. Информационные справочные системы:

1. https://www.urait.ru –Электронно-библиотечная система [ЭБС] Юрайт;
2. https://www.iprbookshop.ru – Электронно-библиотечная система [ЭБС] «IPRSMART» (ранее – IPRBooks)
3. https://e.lanbook.com - Электронно-библиотечная система [ЭБС] «Лань».
4. https://znanium.ru - Электронно-библиотечная система [ЭБС] «Znanium.com».
5. https://www.book.ru - Электронно-библиотечная система [ЭБС] «Book.ru».
6. https://ibooks.ru - Электронно-библиотечная система [ЭБС] «ibooks.ru».
7. https://ranepalib.miflib.ru - Электронная библиотека издательства «МИФ».
8. https://eivis.ru – Ивис (East View). Полные тексты российских научных и практических журналов, а также газет центральной прессы России. Доступ с ip-адресов локальной сети Института.
9. https://grebennikon.ru - Полные тексты 38 научно-практических журналов по маркетингу, менеджменту, финансам и управлению персоналом ИД «Гребенников». Доступ с ip-адресов локальной сети Института.
10. http://www.consultant.ru/ - Справочно-правовая система «Консультант».
11. http://www.garant.ru/ Справочно-правовая система «Гарант».