Лебедева Екатерина Александровна
Подписано цифровой подписью: Лебедева Екатерина Александровна
Дата: 2026.06.25 14:26:19 +03'00'

Приложение 4

к образовательной программе

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

ФТД.03 Социально-психологические технологии адаптации к профессиональной деятельности
(индекс, наименование дисциплины в соответствии с учебным планом)

40.04.01 Юриспруденция
(код, наименование направления подготовки)

Юридическое обеспечение национальной безопасности
(наименование образовательной программы)

Заочная
(форма обучения)

Год набора – 2025

Нижний Новгород

Автор(ы)-составитель(и) РПД:

Егорова Т.Е., доктор психологических наук, профессор кафедры философии, социологии и психологии управления Нижегородского института управления – филиала РАНХиГС

Рахматуллина Г.А., кандидат психологических наук, доцент кафедры философии, социологии и психологии управления Нижегородского института управления – филиала РАНХиГС

Заведующий кафедрой:

Шангин Никита Владимирович, кандидат социологических наук, доцент, заведующий кафедрой философии, социологии и психологии управления Нижегородского института управления – филиала РАНХиГС

Рабочая программа дисциплины ФТД.03 Социально-психологические технологии адаптации к профессиональной деятельности одобрена на заседании кафедры философии, социологии и психологии управления Нижегородского института управления – филиала РАНХиГС

протокол № 9 от 13 марта 2026 г.

СОДЕРЖАНИЕ

1. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения программы
2. Объем и место дисциплины в структуре образовательной программы
3. Содержание и структура дисциплины
4. Типы оценочных материалов, показатели, критерии, шкалы оценивания
5. Формы аттестации и типовые оценочные материалы для текущего контроля успеваемости обучающихся
6. Формы промежуточной аттестации по дисциплине, типы оценочных материалов, показатели, критерии, шкалы оценивания
7. Методические материалы по освоению дисциплины
8. Учебная литература и ресурсы информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»
9. Материально-техническая база, информационные технологии, программное обеспечение и информационные справочные системы

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

Дисциплина ФТД.03 Социально-психологические технологии адаптации к профессиональной деятельности обеспечивает формирование у обучающихся следующих универсальных компетенций:

ОТФ/ТФ/ и реквизиты ПС	Код компетенции	Наименование компетенции	Код индикатора достижения компетенции	Наименование индикатора достижения компетенции	Образовательный результат
-	УК ОС-1.	Способность применять критический анализ и системный подход для решения профессиональных задач	ИУК ОС.1.1.	Демонстрирует способность критически анализировать информацию для решения профессиональных задач	ИУК ОС-1.1. ***З-1. Знает*** методы анализа информации, различные подходы к оценке достоверности источников, и методы выявление тенденций и закономерностей ИУК ОС-1.1. ***У-1. Умеет*** самостоятельно проводить анализ информации

2. Объем и место дисциплины в структуре образовательной программы

Общая трудоемкость дисциплины составляет 2 зачетных единицы (1 з.е. = 36/27 часов), 72 академических часа.

По заочной форме обучения: количество академических часов, выделенных на контактную работу с преподавателем 14 часов, из них, лекции – 4 часа, практические занятия – 10 часов, консультация – 0 часов. Самостоятельная работа составляет – 54 часов, контроль – 4 часа.

Дисциплина ФТД.03 Социально-психологические технологии адаптации к профессиональной деятельности относится к факультативным дисциплинам. В соответствии с учебным планом изучается на заочной форме обучения на 1 курсе в 1 и 2 семестре после изучения дисциплин:

- Педагогика и психология высшей школы
- Практика публичных выступлений и презентации проекта

3. Содержание и структура дисциплины

3.1. Структура дисциплины

Заочная форма обучения

№ п/п	Наименование тем и (или) разделов		Объем дисциплины, ак.час											Форма текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации
		ВСЕГО	Контактная работа обучающихся с преподавателем по видам учебных занятий								Самостоятельная работа			
			Период теоретического обучения						Период промежуточной аттестации (сессия)					
			Занятия лекционного типа		Занятия семинарского типа		ИК	КСР	КЭ	Кат тэк	Контроль	СРкр	СРэк	СР	
			Л	ВЛ	ЛР	ПЗ									
Тема 1	Социально-психологическая адаптации как фактор успешной профессиональной деятельности	13	1	0	0	2	0	0	0	0		0	0	10	Опрос Доклады Работа в микрогруппах
Тема 2	Модели	13	1	0	0	2	0	0	0	0		0	0	10	Опрос Доклады

	поведения человека в организации													Работа в микрогруппах
Тема 3	Цели, ценности и смысло-жизненные ориентации взрослого человека	14	1	0	0	2	0	0	0	0	0	0	11	Опрос Доклады Работа в микрогруппах
Тема 4	Социально-психологические аспекты успеха и понятие успешной личности	14	1	0	0	2	0	0	0	0	0	0	11	Опрос Доклады Мозговой штурм
Тема 5	Профилактика стресса и профессионального выгорания: техники саморегуляции эмоционального состояния	14	0	0	0	2	0	0	0	0	0	0	12	Работа в микрогруппах Эссе
Промежуточная аттестация		4	0	0	0	0	0	0	0	4	0	0	0	зачет

Итого		72	4	0	0	10	0	0	0	4	0	0	54	

Используемые сокращения:

Л – лекции - занятия, предусматривающие преимущественную передачу учебной информации обучающимся педагогическими работниками организации и (или) лицами, привлекаемыми организацией к реализации образовательных программ на иных условиях,).

ВЛ – видео лекции.

ЛР – лабораторные работы.

ПЗ – практические занятия (за исключением лабораторных работ).

ИК – индивидуальные консультации.

КСР – контроль самостоятельной работы

КЭ – консультации перед экзаменом

Каттэк – контактная работа на аттестацию в период экзаменационных сессий

Контроль - контактная работа на аттестацию в период экзаменационных сессий для заочной формы обучения

СРкр – самостоятельная работа на подготовку курсовой работы/ курсового проекта.

СРэк – самостоятельная работа на подготовку к экзамену.

СР – самостоятельная работа в семестре на подготовку к учебным занятиям.

3.2. Содержание дисциплины

Тема 1. Социально-психологическая адаптация как фактор успешной профессиональной деятельности. ИУК ОС.1.1.

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. ИУК ОС.1.1.

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. ИУК ОС.1.1.

Понятие цели, критерии цели, отличающие от желания и мечты. Принятие решений и постановка цели. Целеполагание. Целенаправленность. Целедостижение. 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. ИУК ОС.1.1.

Понятие успеха. Критерии успешности. Понятие удачи. Стратегия успеха и стратегия избегания неудачи. Социально-психологические основы успешного\неуспешного поведения. Прокрастинация. 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. ИУК ОС.1.1.

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. Типы оценочных материалов, показатели и критерии оценивания

4.1. Оценочные материалы по дисциплине ФТД.03 Социально-психологические технологии адаптации к профессиональной деятельности входят в состав оценочных материалов по образовательной программе. Совокупность оценочных материалов по всем дисциплинам (модулям) образовательной программы составляет фонд оценочных средств (далее – ФОС). ФОС используется при проведении текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся с целью оценивания достижения обучающимися планируемых результатов обучения.

4.2. ФОС разработан как комплекс проверочных заданий различного типа и уровня сложности, включает критерии и шкалы оценивания, а также «ключи» правильных ответов. ФОС формируется как отдельный документ и хранится в электронном виде, доступ к ФОС предоставлен ограниченному кругу лиц.

4.3. Для самостоятельной работы обучающихся при подготовке к текущему контролю успеваемости и промежуточной аттестации в рабочих программах дисциплин размещены типовые проверочные задания, которые можно условно разделить на задания закрытого, комбинированного и открытого типов.

Задания закрытого типа — это тестовые задания, в которых каждый вопрос сопровождается готовыми вариантами ответов, из которых необходимо выбрать один или несколько правильных.

Задания комбинированного типа – это тестовые задания, в которых каждый вопрос сопровождается готовыми вариантами ответов, из которых необходимо выбрать один или несколько правильных и обосновать свой выбор.

Задания открытого типа — это задания, в которых на каждый вопрос должен быть предложен развернутый обоснованный ответ.

В зависимости от типа задания рекомендованы определенная последовательность выполнения и система оценивания выполнения заданий.

4.4. Типы заданий, сценарии выполнения, критерии оценивания

ТИП ЗАДАНИЯ	ИНСТРУКЦИЯ	СЦЕНАРИИ ВЫПОЛНЕНИЯ	КРИТЕРИИ ОЦЕНИВАНИЯ
Задание закрытого типа с выбором одного правильного ответа из нескольких вариантов предложенных	Прочитайте текст, выберите правильный ответ	1.Внимательно прочитать текст задания и понять, что в качестве ответа ожидается только один из предложенных вариантов. 2. Внимательно прочитать предложенные вариант-ты ответа. 3. Выбрать один верный ответ. 4. Записать только номер (или букву) выбранного варианта ответа (например, 3 или В).	Ответ считается верным, если правильно указана цифра или буква
Задание закрытого типа на установление соответствия	Прочитайте текст и установите соответствие	1.Внимательно прочитать текст задания и понять, что в качестве ответа ожидаются пары элементов. 2. Внимательно прочитать оба списка: список 1 – вопросы, утверждения, факты, понятия и т.д.; список 2 – утверждения, свойства объектов и т.д. 3. Сопоставить элементы списка 1 с элементами списка 2, сформировать пары элементов. 4. Записать попарно буквы и цифры (в зависимости от задания) вариантов ответа (например, А1 или Б4).	Ответ считается верным, если правильно указаны цифры или буквы
Задание закрытого типа с выбором нескольких правильных ответов из нескольких вариантов предложенных	Прочитайте текст, выберите правильные ответы	1.Внимательно прочитать текст задания и понять, что в качестве ответа ожидается несколько правильных ответов из предложенных вариантов. 2. Внимательно прочитать предложенные вариант-ты ответа. 3. Выбрать несколько правильных ответов. 4. Записать только номера (или буквы) выбранного варианта ответа (например, 1 4 или А	Ответ считается верным, если правильно установлены все соответствия (позиции из одного столбца верно сопоставлены с позициями другого)

		Г).	
Задание закрытого типа на установление последовательности	Прочитайте текст и установите последовательность	1. Внимательно прочитать текст задания и понять, что в качестве ответа ожидается последовательность элементов. 2. Внимательно прочитать предложенные варианты ответа. 3. Построить верную последовательность из предложенных элементов. 4. Записать буквы/цифры (в зависимости от задания) вариантов ответа в нужной последовательности (например, БВА или 135).	Ответ считается верным, если правильно указана вся последовательность цифр
Задание комбинированного типа с выбором одного правильного ответа из предложенных и обоснованием выбора	Прочитайте текст, выберите правильный ответ и запишите аргументы, обосновывающие выбор ответа	1.Внимательно прочитать текст задания и понять, что в качестве ответа ожидается только один из предложенных вариантов. 2. Внимательно прочитать предложенные варианты ответа. 3. Выбрать один верный ответ. 4. Записать только номер (или букву) выбранного варианта ответа. 5. Записать аргументы, обосновывающие выбор ответа (например, 4 текст обоснования).	Ответ считается верным, если правильно указана цифра или буква и приведены корректные аргументы, используемые при выборе ответа
Задание открытого типа с развернутым ответом	Прочитайте текст и запишите развернутый обоснованный ответ	1. Внимательно прочитать текст задания и понять суть вопроса. 2.Продумать логику и полноту ответа. 3.Записать ответ, используя четкие компактные формулировки. 4.В случае расчетной задачи, записать решение и ответ	Ответ считается верным: 1. Отсутствие фактических ошибок. 2. Раскрытие объема используемых понятий (полнота ответа). 3.Обоснованность ответа (наличие аргументов). 4. Логическая последовательность излагаемого материала.

4.5. Общая шкала оценивания результатов текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся с применением БРС

Итоговая балльная оценка	Традиционная система	Бинарная система	ECTS	
			Для традиционной системы	Для бинарной системы
95-100	Отлично	Зачтено	A	P/ Passed
85-94			B	P/ Passed
75-84	Хорошо		C	P/ Passed
65-74			D	P/ Passed
55-64	Удовлетворительно		E	P/ Passed
0-54	Неудовлетворительно	Не зачтено	F	F/Failed

Соотношение баллов за текущий контроль успеваемости и промежуточную аттестацию, а также повторную промежуточную аттестацию:

Максимальная сумма баллов за текущий контроль успеваемости	Максимальная сумма баллов за промежуточную аттестацию	Максимальная итоговая балльная оценка	Максимальная сумма баллов за повторную промежуточную аттестацию
60 баллов	40 баллов	100 баллов	100 баллов

5. Формы аттестации, типовые оценочные материалы для текущего контроля успеваемости обучающихся, критерии и шкалы оценивания по контрольным точкам

5.1. В ходе реализации дисциплины ФТД.03 Социально-психологические технологии адаптации к профессиональной деятельности используются следующие формы текущего контроля успеваемости обучающихся (в том числе, задания к контрольным точкам):

Опрос
Доклады
Работа в микрогруппах
Мозговой штурм
Эссе

5.2. Типовые оценочные материалы для текущего контроля успеваемости обучающихся (вне контрольных точек):

Тема 1. Социально-психологическая адаптация как фактор успешной профессиональной деятельности. **ИУК ОС.1.1.**

Подготовка к практическому занятию:

– 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 для проведения опроса по теме практического занятия;

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

– готовиться к практическому занятию можно как индивидуально, так и в составе малой группы.

Вопросы для опроса и обсуждения

1. Как вы понимаете термин адаптация?
2. Как вы думаете, сколько может длиться адаптация к трудовой деятельности?
3. Назовите виды социально-психологической адаптации.
4. Обозначьте признаки социально-психологической адаптивности.

Подготовка доклада

– изучить задание и рекомендации данные преподавателем относительно формата и содержания доклада;

– определить тему доклада;

– найти и изучить литературу и другие источники информации по данной теме;

– создать четкую структуру будущего доклада, чтобы обеспечить логичность и последовательность изложения материала;

– представить собранный материал в форме готового текста, сохранив логику и ясность изложения;

– отредактировать написанный текст, устраняя стилистические, грамматические и орфографические ошибки;

– подготовить визуальные материалы, сопровождающие выступление

Примерные темы для докладов

1.Понятие и основные критерии социальной адаптации в профессиональной деятельности.

2. Главные проблемы социально-психологической адаптации при осуществлении трудовой деятельности.

3. Характеристика основных методов успешной профессиональной адаптации.

4. Анализ современных направлений социально-психологических исследований по адаптации к профессиональной деятельности.

Работа в малых группах

- сформировать группы, обеспечивая оптимальное сочетание индивидуальных особенностей каждого студента;

- определить цель и задачи групповой работы, что позволит понять студентам свои роли;

- распределить роли, соответствующие способностям и интересам (например, один студент может отвечать за сбор информации, другой – ее обработку, третий- за презентацию результатов);

- организовать совместную работу: обмен информацией, обсуждение идей, проведение исследований, выполнение практических заданий;

- преподаватель контролирует процесс групповой работы, оказывает необходимую помощь и поддержку. При возникновении трудностей, преподаватель проводит консультации и дает рекомендации по улучшению работы.

- по завершении работы группа представляет результаты своего труда перед аудиторией. Участники демонстрируют свои достижения, отвечают на вопросы и получают обратную связь от преподавателя и коллег.

Примерное задание для работы в микрогруппах:

Студенты делятся на подгруппы по 4-6 человек. Каждая группа получает задание исследовать одну из сторон адаптации сотрудников в профессиональном пространстве. Например: 1) Факторы, влияющие на успешность адаптации. 2) Барьеры и препятствия адаптации. 3) Методики ускоренной адаптации новичков. 4) Организационные мероприятия, поддерживающие интеграцию сотрудников. За отведенное время студенты собирают информацию, формулируют тезисы и готовят выступление. Каждая группа должна представить минимум три ключевых аспекта изучаемого вопроса и привести примеры из практики. Представители каждой группы выступают перед всей группой, презентуя итоги своего анализа и предложенных решений. Другие участники задают уточняющие вопросы и предлагают дополнения. Все участники собираются вместе и обобщают полученные знания. Проводится сравнительный анализ разных подходов и методов адаптации сотрудников. Выявляются общие закономерности и специфические ситуации. Студентам предлагается письменно зафиксировать выводы, полезные мысли и возникшие вопросы по итогам занятий. Преподаватель подводит итог, подчеркивая важность систематической работы по адаптации сотрудников для повышения эффективности организаций.

Тема 2. Модели поведения человека в организации **ИУК ОС.1.1.**

Подготовка к практическому занятию:

– 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 для проведения опроса по теме практического занятия;

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

– готовиться к практическому занятию можно как индивидуально, так и в составе малой группы.

Вопросы для опроса и обсуждения

1. Определите сущность и основные черты организации.
2. Дайте определение понятию организационное поведение, приведите примеры моделей организационного поведения.
3. Опишите структуру профессиональной деятельности.
4. Какие основные элементы в классификации профессий Е. А. Климова

Подготовка доклада

– изучить задание и рекомендации данные преподавателем относительно формата и содержания доклада;

– определить тему доклада;

– найти и изучить литературу и другие источники информации по данной теме;

– создать четкую структуру будущего доклада, чтобы обеспечить логичность и последовательность изложения материала;

– представить собранный материал в форме готового текста, сохранив логику и ясность изложения;

– отредактировать написанный текст, устраняя стилистические, грамматические и орфографические ошибки;

– подготовить визуальные материалы, сопровождающие выступление

Примерные темы для докладов

1. Соотношение теорий X и Y Макгрегора с современными моделями управления персоналом;
2. Влияние типа личности руководителя на эффективную организацию рабочего процесса;
3. Стили общения. Оптимальный стиль общения для сложных переговоров;
4. Культурный аспект в восприятии уровня удовлетворенности работой.

Работа в малых группах

- сформировать группы, обеспечивая оптимальное сочетание индивидуальных особенностей каждого студента;

- определить цель и задачи групповой работы, что позволит понять студентам свои роли;

- распределить роли, соответствующие способностям и интересам (например, один студент может отвечать за сбор информации, другой – ее обработку, третий- за презентацию результатов);

- организовать совместную работу: обмен информацией, обсуждение идей, проведение исследований, выполнение практических заданий;

- преподаватель контролирует процесс групповой работы, оказывает необходимую помощь и поддержку. При возникновении трудностей, преподаватель проводит консультации и дает рекомендации по улучшению работы.

- по завершении работы группа представляет результаты своего труда перед аудиторией. Участники демонстрируют свои достижения, отвечают на вопросы и получают обратную связь от преподавателя и коллег.

Примерное задание для работы в микрогруппах:

Студенты делятся на подгруппы: каждая группа выбирает одну из популярных моделей организационного поведения (например, иерархическую, бюрократическую, демократическую, партисипативную). Необходимо изучить теоретический материал: ознакомиться с основными характеристиками модели, определив ее сильные стороны и ограничения. Далее необходимо найти реальный случай или компанию, где применялась выбранная модель, проанализировать успех или неудачу применения данной модели в конкретной ситуации, разработать рекомендации: подготовить предложения по совершенствованию системы управления в рамках выбранного примера, используя модель.

Задание 2. Прочтите характеристику типа личности менеджера и проанализируйте ситуацию с точки зрения способности находить организационно-управленческие решения и готовности нести за них ответственность: «Тип менеджера «венчурный менеджер» (по классификации Майерс Бригс) умеет подбирать людей в команду и организовать их деятельность, успешно устанавливает новые контакты. Вместе с тем он испытывает затруднения при доведении работы до конца, быстро теряет интерес к деятельности, если она носит рутинный характер».

На каком этапе развития организации будет эффективным такой тип менеджера?

Тема 3. Цели, ценности и смысло-жизненные ориентации взрослого человека. **ИУК ОС.1.1.**

Подготовка к практическому занятию:

– 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 для проведения опроса по теме практического занятия;

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

– готовиться к практическому занятию можно как индивидуально, так и в составе малой группы.

Вопросы для опроса и обсуждения

1. Понятие цели, психофизиологическая основа цели
2. Понятие целеобразования, его основные механизмы
3. Роль эмоций в процессе целеобразования
4. Ценности в психологической структуре личности

Подготовка доклада

– изучить задание и рекомендации данные преподавателем относительно формата и содержания доклада;

– определить тему доклада;

– найти и изучить литературу и другие источники информации по данной теме;

– создать четкую структуру будущего доклада, чтобы обеспечить логичность и последовательность изложения материала;

– представить собранный материал в форме готового текста, сохранив логику и ясность изложения;

– отредактировать написанный текст, устраняя стилистические, грамматические и орфографические ошибки;

– подготовить визуальные материалы, сопровождающие выступление

Примерные темы для докладов

1. Ключевые черты характера и личностные ориентиры зрелого человека
2. Современные тенденции трансформации семейных и профессиональных ценностей
3. Влияние жизненного опыта на формирование мировоззрения
4. Постоянное образование и стремление к профессиональному росту

Работа в малых группах

- сформировать группы, обеспечивая оптимальное сочетание индивидуальных особенностей каждого студента;

- определить цель и задачи групповой работы, что позволит понять студентам свои роли;

- распределить роли, соответствующие способностям и интересам (например, один студент может отвечать за сбор информации, другой – ее обработку, третий- за презентацию результатов);

- организовать совместную работу: обмен информацией, обсуждение идей, проведение исследований, выполнение практических заданий;

- преподаватель контролирует процесс групповой работы, оказывает необходимую помощь и поддержку. При возникновении трудностей, преподаватель проводит консультации и дает рекомендации по улучшению работы.

- по завершении работы группа представляет результаты своего труда перед аудиторией. Участники демонстрируют свои достижения, отвечают на вопросы и получают обратную связь от преподавателя и коллег.

Примерное задание для работы в микрогруппах:

Студенты делятся на малые группы по 3-5 человек. Каждый участник индивидуально составляет список трех важнейших жизненных целей и ценностей, характеризующих его сегодняшний взгляд на жизнь. Затем пишет короткую фразу (1-2 предложения), отражающую его главную жизненную цель или направление движения («мой смысл жизни»). Внутри группы проводится круговая презентация. Каждый делится своими целями, ценностями и основной целью жизни. Остальные члены группы слушают внимательно и записывают, что вызвало отклик лично у них, что показалось важным или интересным. После общего знакомства участники группы проводят взаимное обсуждение услышанного. Важно выяснить следующее: согласуются ли заявленные цели и ценности друг с другом? Видят ли остальные ценность и смысл тех направлений, которые обозначил говорящий? Как бы они сами расставляли акценты на схожих этапах жизни? Группы составляют письменный вывод о своем опыте обсуждения. Отвечают на вопросы: Чему мы научились благодаря этому упражнению? Что оказалось неожиданным или удивительным? Сделали ли мы новые открытия относительно наших собственных взглядов на жизнь? Представление выводов: Представители каждой группы озвучивают выводы, делая акцент на открытиях, касающихся понимания себя и окружающих.

Тема 4. Социально-психологические аспекты успеха и понятие успешной личности. **ИУК ОС.1.1.**

Подготовка к практическому занятию:

– 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 для проведения опроса по теме практического занятия;

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

– готовиться к практическому занятию можно как индивидуально, так и в составе малой группы.

Вопросы для опроса и обсуждения

1. Понятие успеха, классические и современные подходы в изучении успеха/неуспеха личности.
2. Детерминанты успешности: родительская семья, гендерный аспект, субъективно-личностные предпосылки.
3. Формы выражения успеха: репутация, престиж, статус.
4. Социально-психологические особенности влияния «мотива успеха» и «мотива избегания неудач» на социальную адаптацию личности.

Подготовка доклада

– изучить задание и рекомендации данные преподавателем относительно формата и содержания доклада;

– определить тему доклада;

– найти и изучить литературу и другие источники информации по данной теме;

– создать четкую структуру будущего доклада, чтобы обеспечить логичность и последовательность изложения материала;

– представить собранный материал в форме готового текста, сохранив логику и ясность изложения;

– отредактировать написанный текст, устраняя стилистические, грамматические и орфографические ошибки;

– подготовить визуальные материалы, сопровождающие выступление

Примерные темы для докладов

1. Феноменология успеха: историко-культурные предпосылки восприятия успеха
2. Критерии оценки успешности: объективные и субъективные показатели
3. Теории успешности в психологии: классические и современные концепции
4. Социально-психологические основы успешного\неуспешного поведения.

Подготовка к проведению методики «мозговой штурм».

На первом этапе определяется проблема или ситуация, которую предстоит решить, четко оговариваются границы поиска решений и устанавливаются правила проведения сессии. Задача должна быть сформулирована однозначно и понятно, чтобы исключить двусмысленности и недопонимания. На втором этапе участники свободно выдвигают любые идеи, даже самые абсурдные или нереализуемые. Главное правило этого этапа — отсутствие критики или

ограничений. Все идеи принимаются, фиксируется максимальное количество предложений. На третьем этапе полученный массив идей сортируется и классифицируется. Идеи объединяются в группы по общим признакам, отбрасываются повторяющиеся варианты. Особое внимание уделяется необычным и перспективным идеям. На четвертом этапе осуществляется выбор лучшей идеи. Используются различные критерии оценки: реализуемость, экономичность, оригинальность, эффективность и др. Лучшая идея принимается за основу дальнейшего плана действий.

Примерные ситуации для «мозгового штурма»:

Ситуация №1: Молодой специалист без опыта ищет первую работу. Описание ситуации: молодой выпускник вуза ищет первое рабочее место, но сталкивается с проблемами трудоустройства из-за отсутствия опыта и необходимых качеств.

Вопросы для «мозгового штурма»:

1. Какие шаги предпринять молодому специалисту, чтобы быстрее интегрироваться в профессию?
2. Какие личностные качества помогут ему преодолеть неуверенность и сомнения?
3. Какая помощь и поддержка со стороны родственников и друзей окажутся полезными?
4. Какие онлайн-ресурсы и курсы помогут приобрести необходимые компетенции?

Ситуация №2: Человек столкнулся с финансовым кризисом и утратой стабильности.

Описание ситуации: Человек потерял высокооплачиваемую работу, испытывает финансовые затруднения и нуждается в быстром восстановлении прежней стабильности.

Вопросы для «мозгового штурма»:

1.Какие первоочередные шаги помогут восстановить финансовую стабильность?

2.Где искать новые источники дохода или временные заработки?

3.Нужно ли менять сферу деятельности или сосредоточиться на поиске аналогичной должности?

4.Какие важные качества помогут сохранить уверенность в сложный период?

Тема 5. Профилактика стресса и профессионального выгорания: техники саморегуляции эмоционального состояния. **ИУК ОС.1.1.**

Работа в малых группах

- сформировать группы, обеспечивая оптимальное сочетание индивидуальных особенностей каждого студента;

- определить цель и задачи групповой работы, что позволит понять студентам свои роли;

- распределить роли, соответствующие способностям и интересам (например, один студент может отвечать за сбор информации, другой – ее обработку, третий- за презентацию результатов);

- организовать совместную работу: обмен информацией, обсуждение идей, проведение исследований, выполнение практических заданий;

- преподаватель контролирует процесс групповой работы, оказывает необходимую помощь и поддержку. При возникновении трудностей, преподаватель проводит консультации и дает рекомендации по улучшению работы.

- по завершении работы группа представляет результаты своего труда перед аудиторией. Участники демонстрируют свои достижения, отвечают на вопросы и получают обратную связь от преподавателя и коллег.

Примерное задание для работы в микрогруппах:

Ситуация №1: Повышенная нагрузка на рабочем месте

«Вы работаете специалистом по обслуживанию клиентов крупной телекоммуникационной компании. Количество обращений резко увеличилось, требования клиентов становятся все жестче, а сроки исполнения сокращены. Руководство ставит жесткие планы, постоянно напоминает о штрафах за невыполнение показателей. Ваши рабочие дни стали намного длиннее, и вы чувствуете постоянное напряжение».

Вопросы для обсуждения: Какие признаки начинающегося профессионального стресса проявляются в данной ситуации? Какие профилактические меры могли бы снизить уровень напряжения? Предложите стратегию избавления от накопившегося стресса.

Ситуация №2: Нереалистичные ожидания работодателя

«Вас недавно повысили до менеджера отдела продаж крупной фирмы. Однако руководство ожидает от вас сверхрезультатов, ставя невыполнимые задачи. Вас регулярно вызывают на совещания, требуют отчетности каждые полчаса, указывают на малейшие ошибки. Постепенно вы теряете веру в собственные силы и испытываете постоянный страх потерять работу»

Вопросы для обсуждения: Какие факторы приводят к возникновению стресса в данной ситуации? Как действовать менеджеру, чтобы справиться с давлением? Какие действия предпринял бы опытный профессионал для улучшения ситуации

Подготовка к написанию эссе:

- определить тему и формат (объем, стиль письма, наличие цитат и ссылок);

- собрать необходимую информации (подбор литературы, статей, исследований и других ресурсов, относящихся к теме);

- проанализировать и синтезировать собранные сведения (освоение материала, выделение главных положений и подготовка первичного списка аргументов);

- разработать общую структуру текста (вступление, основная часть, заключение);

- сформулировать главную идею, распределить аргументы (выбор фактов, примеров и доказательств, подтверждающих основную мысль);

- создать вступительный абзац, привлекающий внимание читателя и раскрывающий основную идею;

- логично изложить аргументы, подкрепленные примерами и доказательствами;

- резюмировать сказанное через усиление ключевого посыла и возможного обращения к читателю.

Примерные темы для эссе:

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.

5.3. Один или несколько тематических блоков дисциплины завершаются контрольной точкой (далее – КТ). Текущий контроль успеваемости по дисциплине предусматривает не менее 2 (двух) и не более 10 (десяти) КТ в течение периода освоения дисциплины.

Максимальное количество баллов за любой тип работ в рамках КТ составляет 100 (сто) баллов.

Распределение весовых коэффициентов по КТ в рамках текущего контроля успеваемости по дисциплине и формулы расчета:

Наименование контрольной точки	Максимальное количество баллов за работу в рамках КТ, которое может набрать студент	Коэффициент веса контрольной точки	Результат контрольной точки, участвующий в формировании итоговой балльной оценки по дисциплине (отражается в журнале БРС в СДО)
КТ 1	100	0,3	30
КТ 2	100	0,3	30
Итого:	х	0,6	60

Формула расчета результата контрольной точки:
Результат контрольной точки = Количество баллов за работу в рамках КТ х Коэффициент веса контрольной точки.

5.4. Формы текущего контроля успеваемости обучающихся в рамках КТ и типовые оценочные материалы:

КТ-1

Темы 1,2,3

Доклады:

Методические рекомендации для подготовки докладов

– изучить задание и рекомендации данные преподавателем относительно формата и содержания доклада;

– определить тему доклада;

– найти и изучить литературу и другие источники информации по данной теме;

– создать четкую структуру будущего доклада, чтобы обеспечить логичность и последовательность изложения материала;

– представить собранный материал в форме готового текста, сохранив логику и ясность изложения;

– отредактировать написанный текст, устраняя стилистические, грамматические и орфографические ошибки;

– подготовить визуальные материалы, сопровождающие выступление

Темы для докладов

1. Понятие и основные критерии социальной адаптации в профессиональной деятельности.
2. Главные проблемы социально-психологической адаптации при осуществлении трудовой деятельности.
3. Характеристика основных методов успешной профессиональной адаптации.
4. Анализ современных направлений социально-психологических исследований по адаптации к профессиональной деятельности.
5. Соотношение теорий X и Y Макгрегора с современными моделями управления персоналом.
6. Влияние типа личности руководителя на эффективную организацию рабочего процесса.
7. Стили общения. Оптимальный стиль общения для сложных переговоров.
8. Культурный аспект в восприятии уровня удовлетворенности работой.
9. Ключевые черты характера и личностные ориентиры зрелого человека.
10. Современные тенденции трансформации семейных и профессиональных ценностей.
11. Влияние жизненного опыта на формирование мировоззрения.
12. Постоянное образование и стремление к профессиональному росту.

13. Кризис выбора профессии и его последствия для личного благополучия.

Критерии оценивания доклада:

Критерии оценки	Диапазон баллов	Описание критерия
Содержание и раскрытие темы	0-20	Детальное, последовательное описание всех этапов с конкретными примерами
Грамотность изложения	0-20	Соблюдены все правила грамматики, орфографии и пунктуации
Стилистика	0-20	Единый стиль изложения, точные формулировки, уместное использование терминов, лаконичность
Логика изложения	0-20	Чёткая последовательность изложения, логические связи между частями текста, аргументы подтверждают выводы
Оригинальность	0-20	Уникальный подход к теме, нестандартные решения, инновационные идеи, собственная позиция автора
Итого максимально:	100	

КТ – 2.

Тема 4,5.
Доклады, эссе
Методические рекомендации для подготовки докладов:

– изучить задание и рекомендации данные преподавателем относительно формата и содержания доклада;

– определить тему доклада;

– найти и изучить литературу и другие источники информации по данной теме;

– создать четкую структуру будущего доклада, чтобы обеспечить логичность и последовательность изложения материала;

– представить собранный материал в форме готового текста, сохранив логику и ясность изложения;

– отредактировать написанный текст, устраняя стилистические, грамматические и орфографические ошибки;

– подготовить визуальные материалы, сопровождающие выступление.

Темы для докладов:

1. Феноменология успеха: историко-культурные предпосылки восприятия успеха.
2. Критерии оценки успешности: объективные и субъективные показатели.
3. Теории успешности в психологии: классические и современные концепции.
4. Социально-психологические основы успешного\неуспешного поведения.

Методические рекомендации для написания эссе:

- определить тему и формат (объем, стиль письма, наличие цитат и ссылок);

- собрать необходимую информации (подбор литературы, статей, исследований и других ресурсов, относящихся к теме);

- проанализировать и синтезировать собранные сведения (освоение материала, выделение главных положений и подготовка первичного списка аргументов);

- разработать общую структуру текста (вступление, основная часть, заключение);

- сформулировать главную идею, распределить аргументы (выбор фактов, примеров и доказательств, подтверждающих основную мысль);

- создать вступительный абзац, привлекающий внимание читателя и раскрывающий основную идею;

- логично изложить аргументы, подкрепленные примерами и доказательствами;

- резюмировать сказанное через усиление ключевого посыла и возможного обращения к читателю.

Примерные темы для эссе:

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.

Критерии оценивания доклада, эссе

Критерии оценки	Диапазон баллов	Описание критерия
Содержание и раскрытие темы	0-20	Детальное, последовательное описание всех этапов с конкретными примерами
Грамотность изложения	0-20	Соблюдены все правила грамматики, орфографии и пунктуации
Стилистика	0-20	Единый стиль изложения, точные формулировки, уместное использование терминов, лаконичность
Логика изложения	0-20	Чёткая последовательность изложения, логические связи между частями текста, аргументы подтверждают выводы
Оригинальность	0-20	Уникальный подход к теме, нестандартные решения, инновационные идеи, собственная позиция автора
Итого максимально:	100	

5.5. Описание дополнительных материалов и оборудования, необходимых для выполнения проверочных заданий (*при необходимости*). Нет.

6. Формы промежуточной аттестации, критерии и шкала оценивания, типовые оценочные материалы по дисциплине

6.1. Промежуточная аттестация проводится в форме зачета.

6.2. Типовые оценочные материалы промежуточной аттестации.

Типовые проверочные задания для самоподготовки обучающегося к промежуточной аттестации:

Тема 1. Социально-психологическая адаптация как фактор успешной профессиональной деятельности. ИУК ОС.1.1.

1. Задания открытого типа.
1.1. Вопросы открытого типа.

№ п.п.	Вопрос
1	Понятие термина «адаптация»
2	Виды процесса производственной адаптации сотрудника: профессиональная, психофизиологическая, социально-психологическая, организационная, экономическая и санитарно-гигиеническая
3	Психофизиологическая адаптация как вид производственной адаптации сотрудника.
4	Социально-психологическая адаптация как вид производственной адаптации сотрудника.
5	Организационная адаптация как вид производственной адаптации сотрудника.
6	Экономическая и санитарно-гигиеническая адаптации как виды производственной адаптации сотрудника.

Тема 2. Модели поведения человека в организации. ИУК ОС.1.1.

1. Задания открытого типа.
1.1. Вопросы открытого типа.

№ п.п.	Вопрос
1	Понятие «организационное поведение», модели организационного поведения.
2	Структуру профессиональной деятельности.
3	Модели организационного поведения.
4	«Административная школа» как модель организационного поведения
5	«Школа человеческих отношений» как модель организационного поведения
6	Теория ожиданий Виктора Врума как модель организационного поведения

Тема 3. Цели, ценности и смысло-жизненные ориентации взрослого человека. ИУК ОС.1.1.

1. Задания открытого типа.
1.1. Вопросы открытого типа.

№п.п.	Вопрос
1	Понятие цели, психофизиологическая основа цели
2	Ценности в психологической структуре личности
3	Классификация типов смысложизненных ориентаций по Леонтьеву-Д.А.
4	«Экзистенциальный кризис», причины его возникновения
5	Факторы определяют устойчивость смысложизненных ориентиров.
6	Характеристика основных направлений современной экзистенциальной психологии.

Тема 4. Социально-психологические аспекты успеха и понятие успешной личности. ИУК ОС.1.1.

1. Задания открытого типа.
1.1. Вопросы открытого типа.

№ п.п.	Вопрос
1	Понятие успеха, классические и современные подходы в изучении успеха/неуспеха личности
2	Социально-психологические особенности влияния «мотива успеха» и «мотива избегания неудач» на социальную адаптацию личности.
3	Факторы, препятствующие достижению успеха: назовите и охарактеризуйте их.
4	Критерии оценки успешности личности.
5	Представления об успехе в разные исторические эпохи.
6	Особенности мотивации успешных людей.

Тема 5. Профилактика стресса и профессионального выгорания: техники саморегуляции эмоционального состояния. ИУК ОС.1.1.

1.Письменное задание
1.1. Эссе

№ п.п.	Тема
1	Шкала эмоций человека.
2	Факторы стресса в трудовой деятельности

3	Влияние эмоций на успешность профессиональной деятельности.
4	Теория стресса Г. Селье.
5	Понятие стресса и дистресса.
6	Понятие алекситимии, ее влияние на подверженность стрессу

6.3. Критерии и шкала оценивания на основе БРС.

КРИТЕРИИ ОЦЕНИВАНИЯ	РЕЗУЛЬТАТ В БАЛЛАХ
Дан полный, в логической последовательности развернутый ответ на поставленный вопрос, где он продемонстрировал знания предмета в полном объеме учебной программы, достаточно глубоко осмысливает дисциплину, самостоятельно, и исчерпывающе отвечает на дополнительные вопросы, приводит собственные примеры по проблематике поставленного вопроса, решил предложенные практические задания без ошибок	40
Дан развернутый ответ на поставленный вопрос, где обучающийся демонстрирует знания, приобретенные на лекционных и семинарских занятиях, а также полученные посредством изучения обязательных учебных материалов по курсу, дает аргументированные ответы, приводит примеры, в ответе присутствует свободное владение монологической речью, логичность и последовательность ответа. Однако допускается неточность в ответе. Решил предложенные практические задания с небольшими неточностями.	30-39
Дан ответ, свидетельствующий в основном о знании процессов изучаемой дисциплины, отличающийся недостаточной глубиной и полнотой раскрытия темы, знанием основных вопросов теории, слабо сформированными навыками анализа явлений, процессов, недостаточным умением давать аргументированные ответы и приводить примеры, недостаточно свободным владением монологической речью, логичностью и последовательностью ответа. Допускается несколько ошибок в содержании ответа и решении практических заданий.	20-29
Дан ответ, который содержит ряд серьезных неточностей, обнаруживающий незнание процессов изучаемой предметной области, отличающийся неглубоким раскрытием темы, незнанием основных вопросов теории, несформированными навыками анализа явлений, процессов, неумением давать аргументированные ответы, слабым владением монологической речью, отсутствием логичности и последовательности. Выводы поверхностны. Решение практических заданий не выполнено, т.е. обучающийся не способен ответить на вопросы даже при дополнительных наводящих вопросах преподавателя.	0-19

7. Методические материалы по освоению дисциплины (модуля)

Подготовка к лекциям.

Главное в период подготовки к лекционным занятиям – научиться методам самостоятельного умственного труда, сознательно развивать свои творческие способности и овладевать навыками творческой работы. Для этого необходимо строго соблюдать дисциплину учебы и поведения. Четкое планирование своего рабочего времени и отдыха является необходимым условием для успешной самостоятельной работы. В основу его нужно положить рабочие программы изучаемых в семестре дисциплин. Каждому обучающемуся следует составлять еженедельный и семестровый планы работы, а также план на каждый рабочий день. С вечера всегда надо распределять работу на завтрашний день. В конце каждого дня целесообразно подводить итог работы: тщательно проверить, все ли выполнено по намеченному плану, не было ли каких-либо отступлений, а если были, по какой причине это произошло. Нужно осуществлять самоконтроль, который является необходимым условием успешной учебы. Если что-то осталось невыполненным, необходимо изыскать время для завершения этой части работы, не уменьшая объема недельного плана.

Самостоятельная работа на лекции.

Слушание и запись лекций – сложный вид вузовской аудиторной работы. Внимательное слушание и конспектирование лекций предполагает интенсивную умственную деятельность обучающегося. Краткие записи лекций, их конспектирование помогает усвоить учебный материал. Конспект является полезным тогда, когда записано самое существенное, основное и сделано это самим обучающимся. Не надо стремиться записать дословно всю лекцию. Такое «конспектирование» приносит больше вреда, чем пользы. Запись лекций рекомендуется вести по возможности собственными формулировками. Желательно запись осуществлять на одной странице, а следующую оставлять для проработки учебного материала самостоятельно в домашних условиях. Конспект лекции лучше подразделять на пункты, параграфы, соблюдая красную строку. Этому в большой степени будут способствовать пункты плана лекции, предложенные преподавателям. Принципиальные места, определения, формулы и другое следует сопровождать замечаниями «важно», «особо важно», «хорошо запомнить» и т.п. Можно делать это и с помощью разноцветных маркеров или ручек. Лучше если они будут собственными, чтобы не приходилось просить их у однокурсников и тем самым не отвлекать их во время лекции. Целесообразно разработать собственную «маркографию» (значки, символы), сокращения слов. Не лишним будет и изучение основ стенографии. Работая над конспектом лекций, всегда необходимо использовать не только учебник, но и

ту литературу, которую дополнительно рекомендовал лектор. Именно такая серьезная, кропотливая работа с лекционным материалом позволит глубоко овладеть знаниями.

Подготовка к практическим занятиям.

Подготовку к каждому практическому занятию каждый обучающийся должен начать с ознакомления с планом практического занятия, который отражает содержание предложенной темы. Тщательное продумывание и изучение вопросов плана основывается на проработке текущего материала лекции, а затем изучения обязательной и дополнительной литературы, рекомендованную к данной теме. На основе индивидуальных предпочтений обучающемуся необходимо самостоятельно выбрать тему доклада по проблеме практического занятия и по возможности подготовить по нему презентацию. Если программой дисциплины предусмотрено выполнение практического задания, то его необходимо выполнить с учетом предложенной инструкции (устно или письменно). Все новые понятия по изучаемой теме необходимо выучить наизусть и желательно внести в глоссарий, который целесообразно вести с самого начала изучения курса. Результат такой работы должен проявиться в способности обучающегося свободно ответить на теоретические вопросы практического занятия, его выступлении и участии в коллективном обсуждении вопросов изучаемой темы, правильном выполнении практических заданий и контрольных работ.

Работа с источниками.

В процессе подготовки к практическим занятиям, обучающимся необходимо обратить особое внимание на самостоятельное изучение рекомендованной учебно-методической (а также научной и популярной) литературы. Самостоятельная работа с учебниками, учебными пособиями, научной, справочной и популярной литературой, материалами периодических изданий и Интернета, статистическими данными является наиболее эффективным методом получения знаний, позволяет значительно активизировать процесс овладения информацией, способствует более глубокому усвоению изучаемого материала, формирует у обучающихся свое отношение к конкретной проблеме. Более глубокому раскрытию вопросов способствует знакомство с дополнительной литературой, рекомендованной преподавателем, что позволяет обучающимся проявить свою индивидуальность в рамках выступления на занятиях, выявить широкий спектр мнений по изучаемой проблеме.

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.

Рекомендации по написанию докладов:

– изучить задание и рекомендации данные преподавателем относительно формата и содержания доклада;

– определить тему доклада;

– найти и изучить литературу и другие источники информации по данной теме;

– создать четкую структуру будущего доклада, чтобы обеспечить логичность и последовательность изложения материала;

– представить собранный материал в форме готового текста, сохранив логику и ясность изложения;

– отредактировать написанный текст, устраняя стилистические, грамматические и орфографические ошибки;

– подготовить визуальные материалы, сопровождающие выступление

Рекомендации по написанию эссе:

- определить тему и формат (объем, стиль письма, наличие цитат и ссылок);

- собрать необходимую информации (подбор литературы, статей, исследований и других ресурсов, относящихся к теме);

- проанализировать и синтезировать собранные сведения (освоение материала, выделение главных положений и подготовка первичного списка аргументов);

- разработать общую структуру текста (вступление, основная часть, заключение);

- сформулировать главную идею, распределить аргументы (выбор фактов, примеров и доказательств, подтверждающих основную мысль);

- создать вступительный абзац, привлекающий внимание читателя и раскрывающий основную идею;

- логично изложить аргументы, подкрепленные примерами и доказательствами;

- резюмировать сказанное через усиление ключевого посыла и возможного обращения к читателю.

Вопросы для самостоятельной подготовки к лекционным и

практическим занятиям:

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. Понятие дезадаптации.
7. Современные направления социально-психологических исследований по адаптации к профессиональной деятельности.
8. Типология субъектов профессиональной деятельности и их основные характеристики.
9. Метапрограммы, детерминирующие поведение человека при осуществлении трудовой деятельности. 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. Целеполагание.
15. Целенаправленность.
16. Целедостижение.
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. Прокрастинация.
25. Сила намерения.
26. Самооценка и ограничивающие убеждения.
27. Типологические особенности успешного человека.
28. Техники тренировки достижения успеха.
29. Шкала эмоций человека.
30. Влияние эмоций на успешность профессиональной деятельности.
31. Понятие стресса и дистресса. Теория стресса Г. Селье.
32. Факторы стресса в трудовой деятельности.

33. Понятие профессионального выгорания. Основные причины профессионального выгорания.
34. Меры профилактики трудового стресса и профессионального выгорания. Приёмы саморегуляции эмоционального состояния.

Для самостоятельной подготовки к лекционным и практическим занятиям рекомендуется использовать электронные информационно-образовательные ресурсы Нижегородского института управления – филиала РАНХиГС - http://lms.ranepa.ru/.

8. Учебная литература и ресурсы информационно-телекоммуникационной сети Интернет

8.1. Основная литература

1. Егорова, Н. Н. Социально-психологический тренинг профессионального общения: теория и практика: учебное пособие / Н. Н. Егорова. — Москва, Вологда: Инфра-Инженерия, 2025. — 220 с. — ISBN 978-5-9729-2580-3. — Текст: электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART: [сайт]. — URL: https://www.iprbookshop.ru/154454.html

2. Шкроб, Н. В. Психология межличностных и межгрупповых отношений в профессиональной (служебной) деятельности: учебное пособие / Н. В. Шкроб, Ю. Г. Хлоповских. — Железногорск: Сибирская пожарно-спасательная академия ГПС МЧС России, 2023. — 167 с. — Текст: электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART: [сайт]. — URL: https://www.iprbookshop.ru/130879.html

8.2. Дополнительная литература

1. Корягина, Н. А. Социальная психология: теория и практические методы : учебник и практикум для вузов / Н. А. Корягина. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 316 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-01491-4. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/489347

2. Социальная психология : учебник и практикум для вузов / И.С. Клецина, Е.В. Юркова, И.Б. Терешкина [и др.] ; под редакцией И.С. Клециной. - Москва : Юрайт, 2020. - 348 с. - (Высшее образование). - ISBN 978-5-534-01175-3. - Текст : электронный // ЭБС "Юрайт" : [сайт]. - URL: https://urait.ru/bcode/466468

3. Психология труда : учебник для академического бакалавриата [Электронный ресурс]/ Е. А. Климов [и др.] ; под ред. Е. А. Климова, О. Г. Носковой. – Электрон. дан.— М. : Издательство Юрайт, 2017. — 249 с. – Режим доступа: https://biblio-online.ru/book/2465F935-4558-49C3-A2ED-87615126E490. – Загл. с экрана.

8.3. Нормативные правовые документы и иная правовая информация

1. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 №273-ФЗ.
2. Приказ Министерства образования и науки РФ от 06.04.2021 №245 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по образовательным программам высшего образования - программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры»
3. Приказ от 12 декабря 2024 года N 02-2531 "Об утверждении Положения о единой балльно-рейтинговой системе оценивания успеваемости студентов Академии и ее использовании при поведении текущей и промежуточной аттестации"
4. Указ Президента Российской Федерации от 30.06.2016 №306 (ред. от 19.07.2018 г.) «О Совете при Президенте Российской Федерации по стратегическому развитию и приоритетным проектам».
5. Указ Президента Российской Федерации от 7 мая 2018 г. № 204 «О национальных целях и стратегических задачах развития Российской Федерации до 2024 года».
6. Постановление Правительства РФ от 31.10.2018 №1288 (ред. от 03.01.2019) «Об организации проектной деятельности в Правительстве Российской Федерации» (вместе с «Положением об организации проектной деятельности в Правительстве Российской Федерации»).
7. ГОСТ Р ИСО 21500-2014 «Руководство по проектному менеджменту».
8. ГОСТ Р 52807-2007 «Руководство по оценке компетентности менеджеров проектов».
9. Методические рекомендации по подготовке региональных проектов от 30.11.2018 №9861п-П6.
10. Система менеджмента качества, ISO 9001.

8.4. Интернет-ресурсы

Сайты библиотек разных вузов:

http://psylib.org.ua/
http://bookap.by.ru/
http://www.psychology.ru/
http://www.psychol-ok.ru/
http://www.psychology-online.net/
http://psyvoren.narod.ru/bibliot.htmhttp://flogiston.ru/
http://www.terpsy.ru/
http://yurpsy.by.ru/biblio/index_biblio.htm
http://www.psycheya.ru/
http://www.top-personal.ru/
http://www.hr-journal.ru/

Дополнительно:

1. ИМА-консалтинг: www.ima-consulting.ru

2. Институт предкризисных исследований: www.ipi.ru
3. "ИМИДЖ-Контакт": www.image-contact.ru
4. Международный пресс-клуб: www.pressclub.host.ru
5. Р.И.М.: www.rim.ru
6. Служба PR: www.prserv.ru
7. ЦПК "Николо М": www.nikkolom.ru
8. Фонд эффективной политики: www.fep.ru
9. Фонд "ИНДЕМ": www.indem.ru
10. www.dol.ru/users/vcgks/home.htm.
11. www.duma.ru
12. www.fsforus.ru
13. http://www.pressclub.host.ru/PR_Lib/PR_Rabots.shtml#B3
14. http://www.kursach.com/biblio/0005001/000.htm
15. http://www.sovetnik.ru/documents/ профессиональный ПР-портал
16. http://www.press-service.ru/ электронная версия журнала Пресс-служба

8.5. Иные источники

1. Электронные информационно-образовательные ресурсы Нижегородского института управления – филиала РАНХиГС - http://sdo.niu.ranepa.ru/.

2. Апенько С.Н. Коммуникационный консалтинг. Архитектоника организационных коммуникаций [Электронный ресурс]: учебное пособие/ Апенько С.Н., Гилева К.В.— Электрон. текстовые данные.— Омск: Омский государственный университет, 2014.— 220 с.— Режим доступа: http://www.iprbookshop.ru/24892.— ЭБС «IPRbooks», по паролю

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

9.1. 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 просмотр видеофайлов в форматах AVI, MPEG-4, DivX, RMVB, WMV и др.

9.2. Информационные технологии, программное обеспечение:

При осуществлении образовательного процесса по дисциплине используются 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, средства работы с презентационными материалами и т.д.).
5. Архиватор 7-Zip.
6. Система дистанционного обучения.
7. Автоматизированная библиотечная система.

9.3.Информационные справочные системы:

1. https://www.iprbookshop.ru – Электронно-библиотечная система [ЭБС] «IPRSMART» (ранее – IPRBooks)
2. https://e.lanbook.com - Электронно-библиотечная система [ЭБС] «Лань».
3. Электронно-библиотечная система [ЭБС] «Znanium.com».
4. https://www.book.ru - Электронно-библиотечная система [ЭБС] «Book.ru».
5. https://ibooks.ru - Электронно-библиотечная система [ЭБС] «ibooks.ru».
6. https://ranepalib.miflib.ru - Электронная библиотека издательства «МИФ».
7. https://eivis.ru – Ивис. Полные тексты российских научных и практических журналов, а также газет центральной прессы России. Доступ с ip-адресов локальной сети Института.
8. http://www.consultant.ru/ - Справочно-правовая система «Консультант».
9. http://www.garant.ru/ Справочно-правовая система «Гарант».