

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ  
ФЕДЕРАЦИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«КУБАНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»  
Физико-технический факультет

УТВЕРЖДАЮ:  
Проректор по учебной работе,  
качеству образования – первый  
проректор

Хагуров Т.А.



подпись

27 » мая 2022 г.

## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

### Б1.В.11 ПСИХОЛОГИЯ СОЦИАЛЬНОЙ АДАПТАЦИИ

Направление подготовки 03.03.02 Физика

Направленность   Фундаментальная физика

Форма обучения   очная

Квалификация бакалавр

Краснодар 2022

Рабочая программа дисциплины «Психология социальной адаптации» составлена в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом высшего образования (ФГОС ВО) по направлению подготовки 03.03.02 Физика (профиль) «Фундаментальная физика»

Программу составил:  
С.А.Сухих, профессор



подпись

Рабочая программа дисциплины утверждена на заседании кафедры физики и информационных систем  
протокол № 11 от «15» апреля 2022 г  
заведующий кафедрой физики и информационных систем  
Богатов Н.М.



подпись

Утверждена на заседании учебно-методической комиссии физико-технического факультета  
протокол № 8 от «15» апреля 2022 г  
Председатель УМК факультета  
Богатов Н.М.



подпись

Рецензенты:

Галуцкий В.В., канд. физ.-мат. наук, доцент кафедры оптоэлектроники

Григорьян Л.Р., генеральный директор ООО НПФ «Мезон»

## **1 Цели и задачи изучения дисциплины (модуля).**

### **1.1 Цель освоения дисциплины.**

Формирование представлений о закономерностях и структуре взаимодействия в процессе делового общения, а также способах управления взаимодействием и толерантного восприятия деловых партнеров, поддержания оптимального функционального состояния.

### **1.2 Задачи дисциплины.**

- 1) Познакомит студентов с социально-психологическими закономерностями адаптивного взаимодействия в коллективе;
- 2) Сформировать представления о психологических факторах проницательности в восприятии социальных, этнических и культурных различий;
- 3) Освоить техники саморегуляции при нарушении функциональных состояний субъектов профессиональной деятельности;

### **1.3 Место дисциплины (модуля) в структуре образовательной программы.**

Дисциплина «Психология социальной адаптации» относится к базовой / вариативной части Блока 1 "Дисциплины (модули)" учебного плана.

Освоение данной дисциплины необходимо владеть представлениями о природе человеческого взаимодействия. Освоение данной дисциплины опирается на знания по курсам психологии и педагогики, основы педагогического мастерства.

### **1.4 Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы.**

Изучение данной учебной дисциплины направлено на формирование у обучающихся общекультурных/общепрофессиональных компетенций

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций:

ОК-6, ПК-3;

Индекс компетенции	Содержание компетенции (или её части)	В результате изучения учебной дисциплины обучающиеся должны		
		знать	уметь	владеть
ОК-6	Способностью работать в коллективе толерантно воспринимать социальные, этнические, конфессиональные и культурные различия	1. Особенности взаимодействия и общения в коллективе 2. Типы и виды помех и барьеров в коммуникаций 3. Закономерности воздействия в общении 4. техники саморегуляции	1. Выявлять все виды помех в деловом общении 2. Анализировать составляющие толерантного отношения в коллективе 3. Регулировать свое психоэмоциональное состояние	1. Навыками воздействия логическими и психологическими аргументами в общении 2. Техниками наведения аттракции между партнерами 3. Техниками психофизиологической саморегуляции
ПК-3	Готовностью применять на практике профессиональные знания теории и	Теорию и методы физических исследований, применяемые	Применять на практике профессиональные знания теории и методов	Профессиональными знаниями теории и методами

Индекс компетенции	Содержание компетенции (или её части)	В результате изучения учебной дисциплины обучающиеся должны		
		знать	уметь	владеть
	методов физических исследований	для определения психоэмоционального состояния человека	физических исследований	физических исследований, применяемым и для определения психоэмоционального состояния человека

## 2. Структура и содержание дисциплины.

### 2.1 Распределение трудоёмкости дисциплины по видам работ.

Общая трудоёмкость дисциплины составляет 2 зач.ед. (72 часов), их распределение по видам работ представлено в таблице

Вид учебной работы	Всего часов	Семестры (часы)			
		8	—		
<b>Контактная работа, в том числе:</b>					
<b>Аудиторные занятия (всего):</b>	<b>42.2</b>	<b>42.2</b>			
Занятия лекционного типа	20	20	-	-	-
Лабораторные занятия	20	20	-	-	-
Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия)			-	-	-
<b>Иная контактная работа:</b>					
Контроль самостоятельной работы (КСР)	2	2			
Промежуточная аттестация (ИКР)	0.2	0,2			
<b>Самостоятельная работа, в том числе:</b>	<b>30</b>	<b>30</b>			
Курсовая работа	нет-	-	-	-	-
Проработка учебного (теоретического) материала	12	12	-	-	-
Выполнение индивидуальных заданий (подготовка сообщений, презентаций)	4	4	-	-	-
Реферат	4	4	-	-	-
Подготовка к текущему контролю	10	10	-	-	-
<b>Контроль:</b>					
Подготовка к зачету					
<b>Общая трудоемкость</b>	<b>час.</b>	<b>72</b>	<b>72</b>	<b>-</b>	<b>-</b>
	<b>в том числе контактная работа</b>	<b>42.2</b>	<b>42,2</b>		
	<b>зач. ед.</b>	<b>2</b>	<b>2</b>		

## 2.2 Структура дисциплины:

Распределение видов учебной работы и их трудоемкости по разделам дисциплины.  
Разделы дисциплины, изучаемые в 8 семестре (очная форма)

№ раздела	Наименование разделов	Количество часов				
		Всего	Аудиторная работа			Самостоятельная работа
			Л	ПЗ	ЛР	
1	2	3	4	5	6	7
1.	Тема 1. Значение коммуникации в процессе социальной адаптации	9	2		2	5
2.	Тема 2. Принципы конструктивной коммуникации и ее помехи	9	2		2	5
3.	Тема 3. Техники воздействия в коммуникации	13	4		4	5
4.	Тема 4. Основы проницательности в общении	9	2		2	5
5.	Тема 5 Психология конфликтных эмоциональных состояний	11	4		2	5
6.	Тема 6 Профилактика стрессовых состояний	19	6		8	5
Итого по дисциплине:		70	20		20	30

## 2.3 Содержание разделов дисциплины:

### 2.3.1 Занятия лекционного типа.

№ раздела	Наименование раздела	Содержание раздела	Форма текущего контроля
1	2	3	4
	Тема-1 Значение коммуникации в процессе социальной адаптации	Понятие коммуникации. Человек символический. Сознание как инструмент адаптации в социальном мире. Типы и виды коммуникативного мира. Функции и смыслы коммуникации.	Реферат
	Тема -2 Принципы конструктивной коммуникации	Вербальная коммуникация. Особенности рефлексии коммуникативного процесса. Максимумы Грайса. Причины нарушения конструктивной коммуникации. особенности письменной подачи информации. коммуникация в организациях. Невротические стили общения.	Тестирование
	Тема 3.	Персуативная коммуникация. Типология аргументов. Законы убеждающей коммуникации. Уловки в споре. Психотехнические приемы	Письменный опрос

	Техники воздействия в коммуникации	аргументации. Социальное влияние. Механизмы группового воздействия. Феномен подчинения. Условия получения согласия . Процесс убеждения-изменения установки: лично-индивидуальные особенности. Психология манипуляции. Понятие манипуляции. Механизмы манипулятивного воздействия.		
	Тема- 4 Основы психологической проницательности в общении	Типология коммуникантов. Психологический темперамент в коммуникации. Конституциональная информация о коммуниканте. Физиогномические возможности категоризации субъектов общения.	эссе	
	Тема 5 Психология конфликтных эмоциональных состояний	Психология эмоциональной сферы. Особенности конфликтных эмоциональных состояний. Функции эмоций в жизни человека. Конфликтные личности. Особенности взаимодействия с конфликтными личностями	дискуссия	
	Тема 6 Профилактика стрессовых состояний	Типы стрессовых состояний. Физиологические и психологические параметры стрессовых состояний. Дыхательные техники. Техники работы с энергетическими центрами. Приемы психофизиологической регуляции: физические и медитативные	Дневник наблюдений	

### 2.3.2 Занятия семинарского типа

Семинарские занятия - не предусмотрены

### 2.3.3 Лабораторные занятия.

№	Наименование лабораторных работ	Форма текущего контроля
1	3	4
	Тема 1.Значение коммуникации в социальном процессе адаптации 1.Барьеры коммуникации 2. Измерение уровня толерантности	1. Схема барьеров коммуникации 2.Результаты психодиагностики
	Тема 2 Принципы конструктивной коммуникации 1.Коммуникативные способности личности	1. результаты психодиагностики

	2. Особенности невротических стилей коммуникации	2. измерение индекса Фог в письменных текстах
	Тема 3. Техники воздействия в коммуникации 1. Методы убеждающей коммуникации 2. Механизмы скрытого влияния на человека	1. построение схемы законов убеждающей коммуникации 2. анализ манипулятивных текстов
	Тема- 4 Основы психологической проницательности в общении 1. Типологии партнеров по коммуникации	1. Результаты анализа невербальных актов поведения 2. отчет об анализе наблюдения поведения разных конституциональных типов в общении
	Тема 5 Психология конфликтных эмоциональных состояний 1. Диагностика функциональных состояний субъекта 2. Измерение уровня стресса	1 Результаты субъективных измерений
1.	Тема 6. Профилактика стрессовых состояний 1. Техника абдоминального дыхания 2. Дыхание по восьмерке	Результаты приборного контроля
2.	Тема 6. Профилактика стрессовых состояний 1. Техника активации энергетических центров дыханием 2. Самомассаж «умывание без воды»	Результаты приборного контроля
3.	Тема 6. Профилактика стрессовых состояний Работа со вторым энергетическим центром Работа с концентрацией на ЦНС	Результаты приборного контроля
4	Тема 6. Профилактика стрессовых состояний Техника активации энергетического состояния Работа с семью энергетическими центрами	Результаты приборного контроля
11	Составление отчета по самостоятельной работе по диагностическим и практическим измерениям	Электронный вариант дневника отчета

### 2.3.4 Примерная тематика курсовых работ (проектов)

Курсовые работы - не предусмотрены

### 2.4 Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю)

№	Вид СРС	Перечень учебно-методического обеспечения дисциплины по выполнению самостоятельной работы
1	Проработка теоретического материала	Методические рекомендации по организации самостоятельной работы студентов, ФГБОУ ВО «КубГУ», 2012. - 33 с.
2	Реферат	1. Бушенева Ю.И. Как правильно написать реферат, курсовую и дипломную работы: Учебное пособие для бакалавров [Электронный ресурс]: учеб. пособие – Электрон. дан. – М.: Дашков и К, 2016. – 140 с. <a href="https://e.lanbook.com/book/93331">https://e.lanbook.com/book/93331</a> .

		2. Кузнецов И.Н. Рефераты, курсовые и дипломные работы. Методика подготовки и оформления [Электронный ресурс]: учеб. пособие – Электрон. дан. – М.: Дашков и К, 2016. – 340 с. <a href="https://e.lanbook.com/book/93303">https://e.lanbook.com/book/93303</a> .
3	Подготовка презентации по теме реферата	Вылегжанина А.О. Деловые и научные презентации [Электронный ресурс]: учебное пособие – Электрон. дан. – М., Берлин: Директ-Медиа, 2016. – 115 с. <a href="http://biblioclub.ru/index.php?page=book_view_red&amp;book_id=446660">http://biblioclub.ru/index.php?page=book_view_red&amp;book_id=446660</a>

### 3. Образовательные технологии.

Следующие активные и интерактивные образовательные технологии: дискуссия, работа в малых группах, деловые игры, разбор практических задач и случаев, исследовательский метод, написание эссе, доклады, комментирование и обратная связь.

Студентам с ограниченными возможностями здоровья предоставляется право выбора целей, средств, форм работы, самостоятельной работы в собственном диапазоне возможностей. Как правило, обучение студентов с ограниченными возможностями здоровья проводится в академической группе. С целью оказания помощи в установлении полноценных межличностных отношений с другими студентами, создания комфортного психологического климата в студенческой группе используется индивидуальный подход к обучению.

№ п/п	Раздел	Вид работ	Форма	Компетенции
1.	1	Дискуссия: «Природа человека в современной науке»	Интерактив-ная	ОК-6,
2.	1	Практическое занятие «Коммуникативные способности личности».	Активная	ОК-6,
3.	2, 1	Семинарское занятие «типология личности коммуниканта».	Активная	ОК-6
4.	2, 3	Практическое занятие «Диагностика психоэмоциональных состояний».	Активная	ОК-6, ПК-3
5.	3.1	Практическое занятие «диагностика партнеров по общению»	Интерктив-ная	ОК-6,
6.	3.2	Лабораторная работа «Методы активации биоэнергетики»	Активная	ОК-6, ПК-3
7.	3.3	Дискуссия: «Биорезонансные технологии регуляции функциональных состояний»	Интерктив-ная	ОК-6, ПК-3



#### 4. Оценочные средства для текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации.

##### 4.1 Фонд оценочных средств для проведения текущего контроля.

Для оценки знаний используется дифференцированный подход на базе 4-бальной системы оценок со следующими критериями. Баллы определяются как процент правильных ответов в тесте.

Оценка	проценты
неудовлетворительно	0-54
удовлетворительно	55-69
хорошо	70-89
отлично	90-100

#### Тема 1

1. Коммуникацию понимают как:
  - А) процесс идентификации и процесс снятия неопределенности ситуации
  - Б) процесс обмена информацией и процесс изменения информационного состояния сознания
  - В) способ воздействия и самовыражения
2. Назначение коммуникации состоит в:
  - А) выработке общего смысла, контроля других, уменьшения неопределенности
  - Б) управлении манипулировании коммуникантами и их развитии
  - В) конкуренции, кооперации, поддержании контакта
3. Основная идея модели коммуникации М. де Флера состоит в:
  - А) избыточности коммуникативных сигналов
  - Б) двуканальном способе передачи информации
  - В) несовпадении посланной и полученной информации
4. Комплементарная коммуникация – это когда общаются:
  - А) врач и пациент; учитель и ученик
  - Б) учитель-учитель; врач-врач
  - В) жена, выступающая в материнской функции, по отношению к мужу как к ребенку, а муж в свою очередь выступает в отцовской функции, воспитывающей свою дочь
5. Первичная коммуникация – это
  - А) когда коммуникант получает информацию по средствам массовой информации
  - Б) когда коммуникант получает информацию от людей, которые значимы для этого коммуниканта
  - В) когда коммуникант был непосредственным участником или свидетелем сообщаемой информации
6. Перформанская коммуникация предполагает:
  - А) сообщения, содержащие вымысел и действительность, лежащие в основе стереотипного поведения и используемое в СМИ для манипуляции их сознанием
  - Б) опору на информацию, конструируемую промежуточный мир между реальностью и коммуникантом
  - В) ритуальность, действия по определенным игровым правилам, зачастую неосознаваемые
7. Человеческие барьеры коммуникации включают:
  - А) акустические, температурные, погодные
  - Б) социокультурные, психофизиологические, психологические
  - В) отвлекающий дизайн, помехи в канале связи, эмоциональное состояние
8. Чем отличаются экстраверты коммуниканты от интровертов?
  - А) ничем

- Б) возбудимостью
- В) степенью участия в коллективной деятельности

#### Тема 2

9 Коммуникация в организациях выполняет роль:

- А) внутреннего упорядочивания, объединения людей, сопряжение процессов
- Б) реализации программ на уровне: структуры, процесса, социально-психологическом
- В) структурирования внутренней среды: социальной, технической, административной

10. Коммуникативный климат поддержки предполагает:

А) оценка и контроль поведения сотрудников, подчеркивание превосходства, определенность через построение жестких стратегий

Б) дискриптивность, проблемная ориентация поведения людей, спонтанность, эмпатия, равенство,

В) координацию целей, решение проблемы, обмен информации, разрешение конфликтов

11. Основные проблемы восходящей информации:

А) задержка, фильтрация, искажение с личной прагматической целью

Б) стресс, безразличие, авторитарность управления

В) отсутствие обратной связи и доверия, нарушение принципа справедливости

12. Коммуникативная роль мостик – это

А) когда коммуникант не принадлежит не к одной из групп

Б) когда коммуникант не идентифицирует себя не с какой группой

В) когда коммуникант является членом одной из групп

13. Коммуникативная сеть наиболее приемлема для решения

А) творческих задач коллектива

Б) экстремальных задач коллектива

В) конфиденциальных задач коллектива

14. Приемы конструктивной критики предполагают:

А) критика с целью помочь делу, показать себя, сведения счетов, перестраховки

Б) приемы: имя собственное, зеркало отношений, золотые слова, терпеливый слушатель

В) учитывать индивидуальность, сочетать критику с позитивной оценкой, аргументированность

15. Ограничения коммуникативных способностей менеджера касаются:

А) недостаточная толерантность к ошибкам, излишнее побуждение, надменная доминирование нарцисстических потребностей

Б) слабой компетентности, типа нервной системы, характера

В) философии компании, предпринимательской этики, сервильности

#### Тема 3

16. Нормативное социальное влияние основано на:

А) недостатке информации

Б) социальном сравнении

В) внешней конформности

17. Какая информация более убедительна?

А) которая соответствует доминантной групповой тенденции

Б) которая высказана способным и компетентным человеком

В) которая содержит фактоиды

18. Человек опирается на стереотипные оценки в случаях:

А) недостатка информации, высокой тревожности, низкого социального статуса

Б) неоднозначности ситуации, стремления самоподтверждения,

В) сложности ситуации, дефицита времени, эмоционального возбуждения

19. Сублиминальное предъявление ведет к

А) быстрому узнаванию эмоций, связанных с другими стимулами

Б) представлению односторонней точки зрения

- В) не критической оценке воспринимаемой информации
20. Манипулятивный прием «нога в дверь» опирается на:
- А) сформированность установок
  - Б) нормы ответственности и социальной взаимности
  - В) теорию обоснованности действий
21. Сильный аргумент с точки зрения психологии
- А) информация, содержащая ссылки на законодательство, статистику
  - Б) информация, содержащая ссылки на личный опыт и научные данные
  - В) информация, учитывающая интересы и мотивы партнера
22. Фантазийные анализ позволяет выявить:
- А) уровни психики, подвергнутые манипулятивному воздействию
  - Б) ложные послышки аргументации манипулятора
  - В) содержание бессознательных проекций, используемых в манипуляции
23. Какой психический контур, по Р. Уилсону, наиболее уязвимый для манипулятивного воздействия?
- А) Семантический
  - Б) биовыживательный
  - В) эмоционально-территориальный
24. Какие звуковые сигналы обладают сублиминальным воздействием?
- А) инфразвук
  - Б) звук высокой частоты
  - В) низкочастотные звуки
25. Что такое копинг стратегии?
- А) способ позиционировать себя в обществе
  - Б) способ справиться с внутренним конфликтом
  - В) техники регулирования своего функционального состояния
26. Что такое абдоминальное дыхание?
- А это поверхностное дыхание
  - Б это дыхание без пауз на вдохе и выдохе
  - В это медленный выдох с помощью подтягивания живота
27. Что представляет собой работа со вторым энергетическим центром?
- А это физический массаж нижней части живота
  - Б это мысленная концентрация на красном шаре в районе ниже пупка
  - В это интенсивное дыхание с концентрацией на нижней части живота
28. как активизировать энергетику центров
- А. с помощью массажа
  - Б. с помощью контрастного душа
  - В. с помощью холотропного дыхания через эти центры
29. Проецирование как одна из помех, связанная с пониманием поведения других в коммуникации предполагает:
- А) вымещение на других своих агрессивных импульсов
  - Б) оправдание своих слабостей рациональными аргументами
  - В) приписывание другим своих отрицательных качеств
30. Прием «сюрприз» на переговорах означает:
- А) изложение аргументов в определенной последовательности
  - Б) изложение неожиданной для другой стороны информации
  - В) предложение вернуться к высказыванию другой стороны позже
30. Социальная адаптация это процесс
- А) выживания человека в обществе
  - Б) получение психологических преимуществ с помощью других членов общества
  - В) принятия социальных конвенций и правил совместного бытия

Примерный перечень тем рефератов для самостоятельной работы

1. Роль мифологической коммуникации в формировании необходимых имиджей
2. Техники скрытого влияния на коллективный субъект
3. Типология коммуникантов
4. Энергоинформационный подход к пониманию человека
5. . Активное слушанье
6. Принципы и техники убеждающей коммуникации
7. Вибрационная медицина –горизонты современной энергоинформационной модели в медицине
8. Возможности саморегуляции ФС в европейской и восточной традициях
9. толерантное поведение – его составляющие
10. Причины социальной дезадаптации личности
11. Моделирование коммуникации

**4.2 Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации.**

од и наименование компетенций	Соответствие уровней освоения компетенции планируемым результатам обучения и критериям их оценивания		
	пороговый	базовый	продвинутый
	Оценка		
	Удовлетворительно	Хорошо	Отлично
ОК-6	<p>Знает 1.основные причины социальной дезадаптации, содержание помех и барьеров в коммуникации;</p> <p>2. основные техники саморегуляции</p> <p>Умеет выявлять основные причины социальной дезадаптации, содержание помех и барьеров в коммуникации;</p> <p>Владеет навыками анализа потенциальных барьеров коммуникации и методами их преодоления,</p>	<p>Знает1.основные причины социальной дезадаптации, содержание помех и барьеров в коммуникации;</p> <p>2. основные техники саморегуляции</p> <p>Умеет 1. выявлять основные причины социальной дезадаптации, содержание помех и барьеров в коммуникации;</p> <p>2. использовать методы по поддержанию оптимального функционального состояния</p> <p>Владеет методами контроля своего функционального состояния и его коррекции</p>	<p>Знает 1. общие принципы конструктивного общения.</p> <p>2. причины психологических помех толерантности восприятия в группе.</p> <p>Умеет определять источники психологической защиты собеседника.</p> <p>Владеет 1. навыками анализа потенциальных барьеров коммуникации и методами их преодоления, формулирования логических и психологических аргументов;</p> <p>2. контроля своего функционального состояния и методами его коррекции</p>

## Вопросы для письменных ответов

### Тема 1. Значение коммуникации в процессе социальной адаптации

1. Какими признаками характеризуется социальная адаптация?
2. В чем смысл коммуникации?
3. На основании каких критериев различают виды коммуникаций?
4. Как представляют коммуникацию с точки зрения ее структурирования?
5. Какими свойствами характеризуются уровни сознания человека?
6. Каковы смыслы бытия человека?

### Тема 2. Принципы конструктивной коммуникации и ее помехи

7. Что такое постулаты нормального общения?
8. Что означает индекс Фог при конструировании текста?
9. Каким образом сохраняется конгруэнтность поведения в коммуникации?
10. Что такое аттракция между партнерами и как она создается?
11. Что составляет содержание коммуникативных барьеров?
12. Каковы психологические источники непонимания в общении?
13. Каковы типы коммуникативных климатов существуют в организациях?

### Тема 3. Техники воздействия в коммуникации

14. Каковы законы убеждающей коммуникации?
15. Каковы типы аргументов используются в коммуникации ?
16. Что такое уловки в споре?
17. Что такое психологические аргументы?
18. В чем разница сильных аргументов логики психологии ?
19. Каковы механизмы группового воздействия ?
20. Как достигается феномен получения согласия?.
21. Что такое манипуляция?
22. Каковы механизмы скрытого влияния?

### Тема 4. Основы проницательности в общении

23. Что такое феномен проницательности коммуниканта в общении?
24. Какую информацию несет в себе невербальная коммуникация?
25. О чем может сообщать конституциональное сложение человека?
26. Как тип нервной системы проявляется во внешней активности?
27. Что включает в себя феномен наблюдательности?

### Тема 5 Психология конфликтных эмоциональных состояний

28. Чем характеризуется состояние фрустрации?
29. Что такое депрессия и каковы последствия этого состояния для жизни человека?
30. Каким видам стресса подвержен человек?
31. Как влияют конфликтные эмоциональные состояния на общение?
32. Каковы последствия реактивной агрессии?
33. Как соотносятся категории толерантности и агрессивности в общении?

### Тема 6 Профилактика стрессовых состояний

34. Какие виды дыхательных техник используется человеком?
35. Что такое работа с энергетическими центрами?
36. Какова методика работы с энергетическим коконом?
37. Какова техника работы с «красным шаром»
38. Какие техники используются для накопления энергии?
39. Что такое прогрессивная релаксация?
40. Какие приборы могут использоваться для преодоления стрессовых состояний?

## **5. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины (модуля)**

### **5.1 Основная литература:**

1. Арефьева, А. В. Нейрофизиология : учебное пособие для вузов / А. В. Арефьева, Н. Н. Гребнева. — М. : Издательство Юрайт, 2017. — 189 с. — (Серия : Университеты России). — ISBN 978-5-534-04758-5.  
<https://biblio-online.ru/catalog/CB60977F-4870-4AAF-BA99-B36D1F1B14E8>.

2. Гончарова, В.Г. Комплексное медико-психолого-педагогическое сопровождение лиц с ограниченными возможностями здоровья в условиях непрерывного инклюзивного образования : монография / В.Г. Гончарова, В.Г. Подопригора, С.И. Гончарова ; Министерство образования и науки Российской Федерации, Сибирский Федеральный университет. - Красноярск : Сибирский федеральный университет, 2014. - 248 с. : табл, схем., ил. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-7638-3133-7.  
<http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=435603>.

3. Сухих С.А. Коммуникативная компетентность личности в общении [Текст] : учебное пособие / С. А. Сухих ; М-во образования и науки Рос. Федерации, Кубанский гос. ун-т. - Краснодар : [Кубанский государственный университет], 2016. - 248 с. : ил. - ISBN 978-5-8209-1279-5.

### **5.2 Дополнительная литература**

1. Социальная психология развития [Электронный ресурс]: учебник для бакалавриата и магистратуры : в 2 ч. Ч. 1 / Н. Н. Толстых [и др.] ; под ред. Н. Н. Толстых. - М. : Юрайт, 2017. - 216 с.  
<https://biblio-online.ru/book/79983E4F-C792-435C-BAD0-D56BD8AE625C>.

2. Социальная психология развития [Электронный ресурс] : учебник для бакалавриата и магистратуры : в 2 ч. Ч. 2 / Н. Н. Толстых [и др.] ; под ред. Н. Н. Толстых. - М. : Юрайт, 2017. - 395 с.  
<https://biblio-online.ru/book/F06F350E-ED90-45BC-80C2-423F4A64ED8C>.

3. Ясько Б.А. Саморегуляция и профилактика профессионального выгорания [Текст] : практикум / Б. А. Ясько ; М-во образования и науки Рос. Федерации, ; Кубанский гос. ун-т. - Краснодар : [КубГУ], 2009. - 61 с. - Библиогр.: с. 59-60.

### **5.3. Периодические издания:**

## **6. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины (модуля)**

<http://elibrary.ru>,

<http://www.imaton.ru>

<http://www.biblio-online>

<http://212.192.134.46.Mega Pro/web>

[www.biblioclub.ru](http://www.biblioclub.ru)

<http://e.lanbook.com/>

[www.grebennikov.ru](http://www.grebennikov.ru)

Зазыкин В.Г. Психология проницательности - М: Изд-во РАГС, 2002. - 130 с.

[www.klex.ru/98p](http://www.klex.ru/98p)

Деловая коммуникация//portal.tpu.ru

## **7. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (модуля).**

По курсу предусмотрено проведение лекционных занятий, на которых дается основной систематизированный материал относительно структурной, функциональной и

составляющих коммуникативную компетентности лабораторные работы занятий по тематике формирования навыков саморегуляции и понимания партнепров по коммуникации в профессиональной сфере.

**Задания для самостоятельной работы по теме 1.**

**ТЕМЫ ДЛЯ САМОСТОЯТЕЛЬНОГО ИЗУЧЕНИЯ**

№ п/п	Наименование темы	Количество часов	Форма и сроки отчета
1	Тема 1 Значение коммуникации в социальном процессе адаптации	2	Реферат март
2	Тема 2 Принципы конструктивной коммуникации	2	эссе апрель
3	Тема 6. Профилактика стрессовых состояний	8	Отчет в форме электронного вариант дневника самонаблюдений май

**Вопросы и задания для самопроверки по некоторым разделам дисциплины.**

1. Критерии моделирования коммуникации
2. Типы коммуникаций
3. Оптимизация вертикальной коммуникации в организации
4. Типы коммуникативных климатов в организации
5. Виды коммуникативных барьеров
6. Психологические механизмы скрытого воздействия
7. Измерение эффективности делового совещания
8. Принципы конструктивной критики
9. Методы саморегуляции
10. Методы рационального воздействия в переговорах
11. Типология конфликтных эмоциональных состояний
12. Психологические основы проницательности

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

Темы занятий	Информационные источники
Тема 1 Значение коммуникации в социальном процессе адаптации	Гончарова, В.Г. Комплексное медико-психолого-педагогическое сопровождение лиц с ограниченными возможностями здоровья в условиях непрерывного инклюзивного образования : монография / В.Г. Гончарова, В.Г. Подопригора, С.И. Гончарова ; Министерство образования и науки Российской Федерации, Сибирский Федеральный университет. - Красноярск : Сибирский федеральный университет, 2014. - 248 с. Болотова А.К. Жуков Ю.М. Петровская Л.А. Социальные коммуникации. Психология общения. М., 2017.// <a href="http://www.biblio-online.ru">http://www.biblio-online.ru</a> Сухих С.А. Коммуникативная компетентность личности в общении. Краснодар. 2016.

	<p>Гавр Д.П. Основы теории коммуникации. СПб.2017.//<a href="http://www.biblio-online.ru">http://www.biblio-online.ru</a></p> <p>Панфилова А.П. Деловая коммуникация. СПб. 2004//<a href="http://torrentino.me">torrentino.me</a></p>
<p>Тема 2 Принципы конструктивной коммуникации.</p>	<p>Гончарова, В.Г. Комплексное медико-психолого-педагогическое сопровождение лиц с ограниченными возможностями здоровья в условиях непрерывного инклюзивного образования : монография / В.Г. Гончарова, В.Г. Подопригора, С.И. Гончарова ; Министерство образования и науки Российской Федерации, Сибирский Федеральный университет. - Красноярск : Сибирский федеральный университет, 2014. - 248 с.</p> <p>Болотова А.К. Жуков Ю.М. Петровская Л.А. Социальные коммуникации. Психология общения. М., 2017.// <a href="http://www.biblio-online.ru">http://www.biblio-online.ru</a></p> <p>Муниин А.М. Деловое общение. Учебное пособие. М. 2010. Деловая коммуникация//<a href="http://portal.tpu.ru">portal.tpu.ru</a></p> <p>Панфилова А.П. Деловая коммуникация. СПб. 2004//<a href="http://torrentino.me">torrentino.me</a></p> <p>Сухих С.А. Коммуникативная компетентность личности в общении. Краснодар. 2016.</p> <p>Сидоров П.И. Деловое общение [Текст]: учебник для студентов вузов / П.И. Сидоров, М.Е. Путин, И.А. Коноплева. - 2-е изд., перераб. - М.: ИНФРА-М, 2012. - 383 с</p>
<p>Тема 3. Техники воздействия в коммуникации</p>	<p>Арефьева, А. В. Нейрофизиология : учебное пособие для вузов / А. В. Арефьева, Н. Н. Гребнева. — М. : Издательство Юрайт, 2017. — 189 с.</p> <p>Сафонова Л.В. Психология социальной работы. М.,2012//<a href="http://academia-moscow.ru">academia-moscow.ru</a></p> <p>Панфилова А.П. Деловая коммуникация. СПб. 2004//<a href="http://torrentino.me">torrentino.me</a></p>
<p>Тема 4. Основы проницательности в общении</p>	<p>Арефьева, А. В. Нейрофизиология : учебное пособие для вузов / А. В. Арефьева, Н. Н. Гребнева. — М. : Издательство Юрайт, 2017. — 189 с.</p> <p>Бороздина Г.В. Психология и этика делового общения [Текст]: учебник для бакалавров: учебник для студентов вузов / Г.В. Бороздина, Н.А. Кормнова; под общ. ред. Г.В. Бороздиной. – М.: Юрайт, 2013. - 463 с.</p>
<p>Тема 5. Психология конфликтных эмоциональных состояний</p>	<p>Арефьева, А. В. Нейрофизиология : учебное пособие для вузов / А. В. Арефьева, Н. Н. Гребнева. — М. : Издательство Юрайт, 2017. — 189 с.</p> <p>Водопьянова, Н. Е. Синдром выгорания. Диагностика и профилактика : практ. пособие / Н. Е. Водопьянова, Е. С. Старченкова. М. : Издательство Юрайт, 2017. — 343 с. — Режим доступа: <a href="https://www.biblio-online.ru/book/18FECDBD-EFA2-4ED7-8978-D91241B27E0B">https://www.biblio-online.ru/book/18FECDBD-EFA2-4ED7-8978-D91241B27E0B</a>. Шапиро Д. Невротические</p>



	<p>стили. М., 2000.<a href="https://royallib.com/book/shapiro_devid/nevroticheskie_stili.ht">https://royallib.com/book/shapiro_devid/nevroticheskie_stili.ht</a></p>
Тема 6. Профилактика стрессовых состояний	<p>Арефьева, А. В. Нейрофизиология : учебное пособие для вузов / А. В. Арефьева, Н. Н. Гребнева. — М. : Издательство Юрайт, 2017. — 189 с.</p> <p>Гончарова, В.Г. Комплексное медико-психолого-педагогическое сопровождение лиц с ограниченными возможностями здоровья в условиях непрерывного инклюзивного образования : монография / В.Г. Гончарова, В.Г. Подопригора, С.И. Гончарова ; Министерство образования и науки Российской Федерации, Сибирский Федеральный университет. - Красноярск : Сибирский федеральный университет, 2014. - 248 с.</p> <p>Водопьянова, Н. Е. Синдром выгорания. Диагностика и профилактика : практ. пособие / Н. Е. Водопьянова, Е. С. Старченкова. — 3-е изд., испр. и доп. — М. : Издательство Юрайт, 2017. — 343 с. — (Профессиональная практика). — ISBN 978-5-534-03082-2— Режим доступа: <a href="https://www.biblionline.ru/book/18FECDBD-EFA2-4ED7-8978-D91241B27E0B">https://www.biblionline.ru/book/18FECDBD-EFA2-4ED7-8978-D91241B27E0B</a>.</p> <p>Гуляев Э.А., Гуляева Ф.И. Исцелить себя просто. М., 2011..<a href="http://e-library.ru">//e-library.ru</a></p> <p>Моросанова В.И. Саморегуляция и индивидуальность человека. М., 2010.</p> <p>Ясько, Б. А. Саморегуляция и профилактика профессионального выгорания: практикум / Б. А. Ясько ; М-во образования и науки Рос. Федерации, ; Кубанский гос. ун-т. - Краснодар : [КубГУ], 2009.</p>

### 8.1 Перечень информационных технологий.

Информационные технологии не предусмотрены

### 8.2 Перечень необходимого программного обеспечения.

Программное обеспечение по курсу – не предусмотрено

### 8.3 Перечень информационных справочных систем:

1. Справочно-правовая система «Консультант Плюс» (<http://www.consultant.ru>)

2. Электронная библиотечная система eLIBRARY.RU (<http://www.elibrary.ru/>)

[www.biblioclub.ru](http://www.biblioclub.ru)

<http://e.lanbook.com/>

[www.grebennikov.ru](http://www.grebennikov.ru)

<http://dlib.eastview.com>

<http://www.elibrary.ru/>

## 9. Материально-техническая база, необходимая для осуществления образовательного процесса по дисциплине (модулю).

№	Вид работ	Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля) и оснащенность
---	-----------	--

1.	Занятия лекционного типа	Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа ауд. 148С, оснащенная презентационной техникой (проектор, экран, ноутбук) и соответствующим программным обеспечением (ПО).
2.	Лабораторные работы	Учебная аудитория для проведения лабораторных работ ауд. 148С, оснащенное лабораторным оборудованием.
3.	Групповые (индивидуальные) консультации	Аудитория № 209С
4.	Текущий контроль, промежуточная аттестация	Аудитория № 209С
5.	Самостоятельная работа	Кабинет для самостоятельной работы 208С, 204С, 205С оснащенный компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет», программой экранного увеличения и обеспеченный доступом в электронную информационно-образовательную среду университета.