

Автономная некоммерческая организация высшего образования  
«Сибирский институт бизнеса, управления и психологии»



КОЛЛЕДЖ

## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

**ОГСЭ. 08.02 Психология делового общения и социальной адаптации**

для специальности

40.02.01 Право и организация социального обеспечения

Среднего профессионального образования  
очная форма обучения  
**(базовый уровень)**

Красноярск  
2023

Рабочая программа учебной дисциплины разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта по специальности среднего профессионального образования  
40.02.01 Право и организация социального обеспечения  
Срок обучения (1г. 10м.) 2г. 10м.  
**базовый уровень среднего профессионального образования**

Рабочую программу составил (а, и)  
Преподаватель колледжа АНО ВО СИБУП  
Нурисламова Т.С.

(подпись)

Рабочая программа согласована с кафедрой психологии

Заведующий кафедрой Суворова Н.В. к.п.н.

(подпись)

«17» мая 2023 г.

Председатель учебно – методического совета колледжа Абросимова Е.А. / \_\_\_\_\_/.

(c) АНО ВО СИБУП, 2023

## **СОДЕРЖАНИЕ**

	стр.
<b>1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	<b>4</b>
<b>2. СТРУКТУРА И ПРИМЕРНОЕ СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	<b>6</b>
<b>3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	<b>11</b>
<b>4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	<b>12</b>

# **1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

Развитие адаптационного потенциала личности

## **1.1. Область применения программы**

Рабочая программа учебной дисциплины «Психология делового общения и социальной адаптации» является частью программы подготовки специалистов среднего звена в соответствии с ФГОС3+ по специальности СПО 40.02.01 Право и организация социального обеспечения базовой подготовки

Рабочая программа учебной дисциплины «Психология делового общения и социальной адаптации» может быть использована в дополнительном профессиональном образовании в рамках реализации программ переподготовки кадров в учреждениях СПО

## **1.2. Место дисциплины в структуре программы подготовки специалистов среднего звена:**

Учебная дисциплина «Психология делового общения и социальной адаптации» относится к общему гуманитарному и социально-экономическому циклу.

## **1.3. Цели и задачи дисциплины - требования к результатам освоения дисциплины:**

### **Цель:**

овладение студентами базовыми знаниями о механизмах развития адаптационного потенциала личности и навыками повышения уровня собственного адаптационного потенциала, обеспечивающими коррекцию социально-психологических нарушений развития личности и повышающими социальную адаптацию обучающихся.

### **Задачи:**

- сформировать представления о понятии адаптационного потенциала личности и его структуре;
- провести диагностику адаптационного потенциала студентов и представить им диагностические данные для формирования адекватного представления о своих адаптационных характеристиках;
- развивать у студентов навыки, способствующие повышению собственного адаптационного потенциала;

Профессиональная деятельность специалистов предусматривает социально-психологические связи и отношения, что неразрывно связано со способностью личности к адаптации, в том числе связанной с коррекцией социально-психологических нарушений развития личности.

В результате освоения дисциплины «Психология делового общения и социальной адаптации» обучающийся

### **должен уметь:**

- применять техники и приемы регуляции эмоционального состояния и поведения;
- использовать приемы повышения коммуникативной компетентности личности;
- проводить анализ социально-психологических требований, предъявляемых в рамках конкретной социальной роли и корректировать поведение в соответствии с ними.

### **должен знать:**

- содержание понятий «адаптация» и «дезадаптация»;
- структуру и теоретические основы понятия «адаптационный потенциал личности»;
- техники и приемы общения;
- правила активного слушания;
- техники регуляции эмоционального состояния;
- роли и ролевые ожидания в общении.

Изучение данной дисциплины предполагает освоение следующих общих компетенций:  
ОК 1 Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней

устойчивый интерес.

ОК 2 Организовывать собственную деятельность, выбирать типовые методы и способы выполнения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество

ОК 3 Принимать решения в стандартных и нестандартных ситуациях и нести за них ответственность

ОК 4 Осуществлять поиск и использование информации необходимой для эффективного профессиональных задач, профессионального и личностного развития

ОК 5 Использовать информационно – коммуникационные технологии в профессиональной деятельности

ОК 6 Работая в коллективе, команде, эффективно общаться с коллегами, руководством, потребителями.

ОК 7 Брать на себя ответственность за работу членов команды и результат выполнения заданий

ОК 8 Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием

ОК 9 Ориентироваться в условиях постоянного изменения правовой базы.

ОК 10 Соблюдать основы здорового образа жизни, требования охраны труда.

ОК 11 Соблюдать деловой этикет, культурные и психологические основы общения, нормы и правила поведения

ОК 12 Проявлять нетерпимость к коррупционному поведению.

**1.4. Рекомендуемое количество часов на освоение программы дисциплины:**

*максимальной учебной нагрузки* обучающегося 72 часов, в том числе:

*обязательной аудиторной учебной нагрузки* обучающегося 48 часов;

*самостоятельной работы* обучающегося 24 часов, из них консультаций 4 часа.

## **2. СТРУКТУРА И ПРИМЕРНОЕ СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ «ПСИХОЛОГИЯ ДЕЛОВОГО ОБЩЕНИЯ И СОЦИАЛЬНОЙ АДАПТАЦИИ»**

### **2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы**

<b>Вид учебной работы</b>	<b>Объем часов</b>
<b>Максимальная учебная нагрузка (всего)</b>	<b>72</b>
<b>Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)</b>	<b>48</b>
в том числе:	
лекции	<b>32</b>
практические занятия	<b>16</b>
курсовая работа (проект)	-
<b>Самостоятельная работа обучающегося (всего)</b>	<b>24</b>
Из них консультации	4
в том числе:	
самостоятельная работа над курсовой работой	-
подготовка практико-ориентированных сообщений	<b>20</b>
подготовка к практическим занятиям	
выполнение рефератов и докладов на заданную тему;	
систематическая проработка конспектов занятий, учебной литературы;	
<i>Промежуточная аттестация в форме экзамена</i>	

## Разъяснения планирования объема времени внеаудиторной самостоятельной работы

Планирование объема времени, отведенного на внеаудиторную самостоятельную работу по учебной дисциплине, осуществляется преподавателем эмпирически. Определяются затраты времени на выполнение конкретного содержания учебного задания: на основании наблюдений за выполнением студентами аудиторной самостоятельной работы, опроса студентов о затратах времени на выполнение того или иного задания, хронометража собственных затрат времени с внесением поправочного коэффициента из расчета уровня знаний и умений студента.

Первый этап организации самостоятельной работы студента – подготовительный. Включает составление преподавателем рабочей программы с выделением тем и количества часов для самостоятельной работы; сквозное планирование самостоятельной работы на семестр; подготовку методических материалов. Второй этап – организационный. В ходе учебного занятия проводится инструктаж студентов о видах и формах самостоятельной работы, определяются цели индивидуальной и групповой работы. Преподаватель предупреждает обучающихся о возможных типичных ошибках, встречающихся при выполнении заданий. Инструктаж проводится преподавателем за счет объема времени, отведенного на изучение дисциплины. Третий этап – мотивационно-деятельностный. Преподаватель на этом этапе обеспечивает положительную мотивацию индивидуальной и групповой деятельности; проверку промежуточных результатов; организацию самоконтроля; взаимообмен и взаимопроверку в соответствии с выбранной целью. Четвертый этап – контрольно-оценочный. Он включает индивидуальные и групповые отчеты и их оценку. Результаты могут быть представлены в виде реферата, доклада, схем, таблиц, устных сообщений ит.п. Контроль самостоятельной работы может осуществляться при помощи промежуточного и итогового тестирования, написания аудиторных письменных работ. Во время выполнения обучающимися внеаудиторной самостоятельной работы преподаватель проводит консультации. Формы проведения консультаций могут быть групповые, индивидуальные, письменные, устные.

Критериями оценки результатов внеаудиторной самостоятельной работы обучающихся являются: уровень освоения учебного материала; уровень умения использовать теоретические знания при выполнении практических задач; уровень сформированности учебных умений; уровень умения активно использовать электронные образовательные ресурсы, находить требующуюся информацию, изучать ее и применять на практике; обоснованность и четкость изложения материала; оформление материала в соответствии с требованиями; уровень умения ориентироваться в потоке информации, выделять главное; уровень умения четко сформулировать проблему, предложив ее решение, критически оценить решение и его последствия; уровень умения определить, проанализировать альтернативные возможности, варианты действий; уровень умения сформулировать собственную позицию, оценку и аргументировать ее.

Самостоятельная работа проводится с целью: систематизации и закрепления полученных теоретических знаний и практических умений обучающихся; углубления и расширения теоретических знаний; формирования умений использовать нормативную, правовую, справочную документацию и специальную литературу; развития познавательных способностей и активности обучающихся: творческой инициативы, самостоятельности, ответственности, организованности; способностей к саморазвитию, совершенствованию и самоорганизации; формирования общих компетенций; развитию исследовательских умений. Студенту необходимо научиться работать с учебниками, источниками, готовить устные сообщения по дисциплине, проводить наблюдения и анализировать поведение людей, формировать свою точку зрения по поводу наблюдаемых явлений в поведении сверстников, освоить элементы самодиагностики и др.

**2.2. Примерный тематический план и содержание учебной дисциплины «Психология делового общения и социальной адаптации»**

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, практические работы и самостоятельная работа обучающихся	Объем часов	Уровень освоения
1	2	3	4
<b>Раздел 1. Введение в учебную дисциплину</b>		<b>5</b>	
	<b>Содержание учебного материала</b> Назначение учебной дисциплины «Развитие адаптационного потенциала личности». Требования к изучаемой дисциплине. Роль адаптации в жизнедеятельности человека.		1,2
	<b>Самостоятельная работа обучающихся.</b> Проанализируйте собственную жизнь, приведите примеры ситуаций, когда Вам приходилось адаптироваться к изменениям окружающей среды.	2	2,2
<b>Раздел 2. Понятия адаптации и дезадаптации</b>		<b>20</b>	
<i>Тема 2.1. Адаптация личности.</i>	<b>Содержание учебного материала</b> 1. Понятие адаптации. 2. Виды адаптации: физиологическая; социальная; психологическая; профессиональная; анатомическая. 3. Механизм и критерии адаптации. <b>Самостоятельная работа обучающихся.</b> Приведите примеры каждого вида адаптации. Проанализируйте, какой из видов адаптации протекает наиболее длительно?	1 2 1 3	1,2 3 3
<i>Тема 2.2 Дезадаптация личности.</i>	<b>Содержание учебного материала</b> 1. Понятие и причины дезадаптации. Континуум адаптация-дезадаптация. 2..Социальная дезадаптация: признаки, последствия. Девиантное поведение как следствие дезадаптации. <b>Практическое занятие</b> Диагностика уровня социально-психологической адаптации (методика Роджерса и Даймонда), анализ результатов диагностики. Обсуждение разработанных студентами планов мероприятий, направленных на профилактику дезадаптации первокурсников. <b>Самостоятельная работа обучающихся..</b> Разработка студентами планов мероприятий, направленных на профилактику	2 4 4 3	2 2 2 3

	дезадаптации первокурсников. Работа в мини-группах.		
<b>Раздел 3. Адаптационный потенциал личности</b>		<b>43</b>	
<i>Тема 3.1. Понятие адаптационного потенциала личности</i>	<b>Содержание учебного материала</b> 1. Понятие и теоретическая основа адаптационного потенциала личности. 2. Структура адаптационного потенциала личности.	1,2 2 2	
	<b>Самостоятельная работа обучающихся.</b> Диагностика адаптационного потенциала личности: методика «МЛО-адаптивность» (А. Г. Маклаков и С. В. Чермянин), анализ полученных результатов, выделение дефицитарных зон.	3	2,3
<i>Тема 3.2. Развитие коммуникативной компетентности</i>	<b>Содержание учебного материала</b> 1. Основные элементы коммуникации. Верbalная коммуникация. Невербальная коммуникация. Коммуникативные барьеры. 2. Методы активного слушания.. 3. Техники малого разговора. <b>Практическое занятие.</b> Ролевые игры, направленные на отработку приемов активного слушания. Ролевые игры, направленные на отработку техник малого разговора. Анализ ролевых игр.	2 2 2 4	2,3
	<b>Самостоятельная работа обучающихся.</b> <i>Отработка навыков активного слушания и техник малого разговора в повседневной жизни. Анализ результатов общения с различными категориями собеседников (друзья, родители, преподаватели) при применении навыков активного слушания.</i>	3	3
<i>Тема 3.3. Поведенческая регуляция как компонент адаптационного потенциала личности</i>	<b>Содержание учебного материала</b> 1 Понятие и компоненты поведенческой регуляции. 2. Эмоции. Эмоциональные состояния. 3. Техники регуляции эмоционального состояния. <b>Практическое занятие.</b> Освоение техник регуляции эмоционального напряжения. Техники управления стрессовым состоянием. Тренинговые занятия.	1,2 2 3 2 4	2 2

	<b>Самостоятельная работа обучающихся.</b> Отработка <i>техник регуляции эмоционального напряжения</i> в повседневной жизни. Отработка <i>техник управления стрессовым состоянием</i> в повседневной жизни. Анализ результатов, анализ затруднений.	3	3
<i>Тема 3.4. Понятие социальной роли</i>	<b>Содержание учебного материала</b> 1. Понятие социальной роли. Виды и функции ролей.	2	1,2
	<b>Практическое занятие.</b> Ролевые игры, направленные на отработку поведения, соответствующего различным социальным ролям.	4	2
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b> Вспомните и проанализируйте социальные роли, которые Вы выполняете в обычной жизни. Опишите минимум 3 роли с точки зрения предъявляемых к ним требований и норм.	3	3
	<b>ВСЕГО с консультациями</b>	72	

### **3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ**

Психология делового общения и социальной адаптации

#### **3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению**

Реализация программы дисциплины требует наличия учебного кабинета.

Оборудование учебного кабинета:

- посадочные места по количеству обучающихся;
- рабочее место преподавателя.

Технические средства обучения:

- компьютер с лицензионным программным обеспечением;
- мультимедиапроектор.

#### **3.2. Информационное обеспечение обучения**

**Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы**

*Основные источники:*

1. Корягина, Н. А. Психология общения : учебник и практикум для среднего профессионального образования / Н. А. Корягина, Н. В. Антонова, С. В. Овсянникова. — Москва : Издательство Юрайт, 2021. — 437 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-00962-0. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/469549>. — Режим доступа: по подписке.

2. Социально-трудовая реабилитация и адаптация инвалидов и лиц пожилого возраста : учебное пособие для среднего профессионального образования / М. О. Буянова [и др.] ; под редакцией М. О. Буяновой. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 133 с. — URL: <https://urait.ru/bcode/448917>. — Режим доступа: по подписке.

*Дополнительные источники:*

1. Болотова, А. К. Социальные коммуникации. Психология общения: учебник и практикум для среднего профессионального образования / А. К. Болотова, Ю. М. Жуков, Л. А. Петровская. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2020. — 272 с. — URL: <https://urait.ru/bcode/452227>. — Режим доступа: по подписке.

#### **4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ**

Контроль и оценка результатов освоения дисциплины «Психология делового общения и социальной адаптации» осуществляется преподавателем в процессе проведения практических занятий, тестирования, выполнения контрольных работ, а также выполнения обучающимися индивидуальных заданий.

<b>Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)</b>	<b>Формы и методы контроля и оценки результатов обучения</b>
<p><i>В результате освоения дисциплины обучающийся должен уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• - применять техники и приемы регуляции эмоционального состояния и поведения;</li> <li>• использовать приемы повышения коммуникативной компетентности личности;</li> <li>• проводить анализ социально-психологических требований, предъявляемых в рамках конкретной социальной роли и корректировать поведение в соответствии с ними.</li> </ul>	<p><i>Формы контроля обучения:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- устный опрос;</li> <li>- письменное тестирование;</li> <li>- контрольные работы;</li> <li>- домашнее задание творческого характера;</li> <li>- практические задания;</li> <li>- активность на занятиях (экспертное суждение; дополнения к ответам сокурсников и т.п.)</li> </ul>
<p><i>В результате освоения дисциплины обучающийся должен знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• содержание понятий «адаптация» и «дезадаптация»;</li> <li>• структуру и теоретические основы понятия «адаптационный потенциал личности»;</li> <li>• техники и приемы общения;</li> <li>• правила активного слушания;</li> <li>• техники регуляции эмоционального состояния;</li> <li>• роли и ролевые ожидания в общении.</li> </ul>	<p><i>Методы оценки результатов обучения:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- мониторинг роста творческой самостоятельности и навыков получения нового знания каждым обучающимся;</li> <li>- накопительная система баллов, на основе которой выставляется итоговая отметка.</li> <li>- традиционная система отметок в баллах за каждую выполненную работу, на основе которых выставляется итоговая отметка</li> </ul>

#### **Вопросы к экзамену**

1. Понятие и механизмы адаптации. Роль адаптации в жизнедеятельности человека.
2. Понятие и причины дезадаптации.
3. Социальная дезадаптация: признаки, последствия
4. Девиантное поведение как следствие дезадаптации. Основные цели общения. Сущность делового общения.
5. Понятие адаптационного потенциала личности.
6. Структура адаптационного потенциала личности.
7. Эмоции и эмоциональные состояния.
8. Поведенческая регуляция как средство повышения адаптационного потенциала личности.

9. Коммуникативная компетентность как средство повышения адаптационного потенциала личности.
10. Понятие коммуникативной компетентности.
11. Социальная роль. Характеристики социальной роли.
12. Классификация общения. Виды, функции общения.
13. Основные элементы коммуникации. Вербальная коммуникация. Коммуникативные барьеры.
14. Невербальная коммуникация.
15. Методы развития коммуникативных способностей.
16. Техники активного слушания. Деловая беседа. Формы постановки вопросов.
17. Особенности эмоционального реагирования в конфликтах. Гнев и агрессия. Разрядка эмоций.