

**МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ ПЕРМСКОГО КРАЯ
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ПЕРМСКИЙ КРАЕВОЙ КОЛЛЕДЖ «ОНИКС»**

РАССМОТРЕНО:
на заседании методического объединения
протокол № 6
от «13» января 2021г.

УТВЕРЖДАЮ:
Заместитель директора по
учебной работе
Гаф. Н.К. Галиуллина
«13» января 2021 г.

**МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ
для обучающихся
по организации и выполнению самостоятельной работы
по учебной дисциплине
ПСИХОЛОГИЯ ОБЩЕНИЯ
профессия СПО
технического профиля**

Методические рекомендации содержат правила выполнения самостоятельной работы, оформления сообщений, рефератов и контрольных работ по учебной дисциплине Психология общения, определяют сущность самостоятельной работы обучающихся, ее назначение, планирование, формы и виды контроля.

Методические рекомендации предназначены для обучающихся по профессии СПО технического профиля.

Организация - разработчик
ГБПОУ «Пермский краевой колледж «Оникс»

Разработчик:
Новикова Е.Н. – преподаватель высшей квалификационной категории

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Методические рекомендации составлены в соответствии с программными требованиями к содержанию обучения по учебной дисциплине «Психология общения». Важное место в профессиональной подготовке отводится формированию первоначальных понятий и навыков квалифицированного, профессионального общения. Введение курса «Психология общения» обусловлено требованиями современного общества, так как при его изучении обучающиеся овладевают комплексно-теоретические и практические знания в области общения. Особое место в системе подготовки отводится самостоятельной работе.

Цель самостоятельной работы содействие оптимальному усвоению обучающимися учебного материала, развитие их познавательной активности, готовности и потребности в самообразовании.

Задачи самостоятельной работы: углубление и систематизация знаний; постановка и решение познавательных задач; развитие умений работы с различной по объему и виду информацией, учебной и научной литературой; практическое применение знаний, умений; развитие навыков организации самостоятельного учебного труда и контроля за его эффективностью.

При выполнении заданий самостоятельной работы обучающимся предстоит: самостоятельная формулировка проблемных вопросов; сбор и изучение информации; анализ, систематизация и трансформация информации; отображение информации в необходимой форме; консультация у преподавателя; оформление работы; представление работы на оценку преподавателя или группы. По итогам самостоятельной работы обучающиеся должны: развить такие универсальные умения, как умение учиться самостоятельно, принимать решения, проектировать свою деятельность и осуществлять задуманное, проводить исследование, осуществлять и организовывать коммуникацию; научиться проводить рефлексию: формулировать получаемые результаты, цели дальнейшей работы; познать радость самостоятельных побед, открытий, творческого поиска.

Самостоятельная работа направлена на формирование следующих общих и профессиональных компетенций студента по специальности физическая культура:

ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.

ОК 2. Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.

ОК 4. Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.

ОК 5. Использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности.

ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.

ОК 9. Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания и смены технологий.

ПК 1.3. Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты учения.

ПК 1.4. Анализировать учебные занятия.

ПК 3.2. Систематизировать и оценивать педагогический опыт и образовательные технологии в области физической культуры на основе изучения профессиональной литературы, самоанализа и анализа деятельности других педагогов.

ПК 3.3. Оформлять педагогические разработки в виде отчетов, рефератов, выступлений.

ПК 3.4. Участвовать в исследовательской и проектной деятельности

СОДЕРЖАНИЕ

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА.....	4
САМОСТОЯТЕЛЬНАЯ РАБОТА СТУДЕНТОВ	5
ПО КУРСУ «ПСИХОЛОГИЯ ОБЩЕНИЯ»	5
Самостоятельная работа 1. Монологическая коммуникация.....	5
Самостоятельная работа 2. Самоотдача и проблема открытости.....	5
Самостоятельная работа 3. Взаимодействие в различных теоретических подходах	5
Самостоятельная работа 4. Вербальное взаимодействие	5
Диагностический инструментарий	6
ПЕРЕЧЕНЬ РЕКОМЕНДУЕМЫХ УЧЕБНЫХ ИЗДАНИЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ	9

САМОСТОЯТЕЛЬНАЯ РАБОТА СТУДЕНТОВ ПО КУРСУ «ПСИХОЛОГИЯ ОБЩЕНИЯ»

Самостоятельная работа 1. Монологическая коммуникация

Цель: изучить отличие диалогического от монологического общения.

- Задание. 1. Составить опорный конспект по теме: Монологическая коммуникация
2. Составить таблицу, в которой необходимо выделить отличительные особенности монологической и диалогической коммуникации. Монологическая речь Диалогическая речь

Самостоятельная работа 2. Самоотдача и проблема открытости

Цель: изучить понятия самоотдача, открытость

- Задание. 1. Найти определение «самоотдача» в разных словарях (психологический словарь, толковый словарь, словарь синонимов и т. д.).
2. Написать реферат на тему: «Проблема открытости в общении».

Самостоятельная работа 3. Взаимодействие в различных теоретических подходах

Цель: Изучить проблему взаимодействия в различных теоретических подходах.

- Задание. 1. Составить конспект следующих вопросов (учебник Г.М. Андреева Социальная психология, М., Пр., 2017): - природа и структура взаимодействия; - типы взаимодействий; - экспериментальные схемы регистрации взаимодействий; - анализ взаимодействия в различных теоретических подходах;
2. Написать аннотацию к книге Столяренко Л. Д., Самыгин С. И. Психология общения, Изд.:Феникс, 2018

Самостоятельная работа 4. Вербальное взаимодействие

Цель: изучить понятие вербальное взаимодействие

- Задание. 1. Составить таблицу: сравнительная характеристика вербального и невербального общения.
2. Составить рекомендации для педагогов: взаимодействие преподавателя с обучающимися на занятиях.
3. Выполнить творческую работу, проект, презентацию (по выбору) по наиболее актуальным вопросам проблемы общения.

Характеристика заданий

1. Подготовка информационного сообщения - это вид внеаудиторной самостоятельной работы по подготовке небольшого по объему устного сообщения для озвучивания на занятии. Сообщаемая информация носит характер уточнения или обобщения, несет новизну, отражает современный взгляд по определенным проблемам. Сообщение отличается от докладов и рефератов не только объемом информации, но и ее характером сообщения дополняют изучаемый вопрос фактическими или статистическими материалами. Оформляется задание письменно, оно может включать элементы наглядности (иллюстрации, демонстрацию). Регламент времени на озвучивание сообщения до 5 мин. Роль обучающегося: - собрать и изучить литературу по теме; - составить план или графическую структуру сообщения; - выделить основные понятия; - ввести в текст дополнительные данные, характеризующие объект изучения; - оформить текст письменно; - сдать на контроль преподавателю и озвучить в установленный срок.

2. Написание аннотации это вид внеаудиторной самостоятельной работы обучающихся по написанию краткой характеристики книги, статьи, рукописи. В ней излагается основное содержание данного произведения, даются сведения о том, для какого круга читателей оно предназначено. Работа над аннотацией помогает ориентироваться в ряде источников на одну тему, а также при подготовке обзора литературы. Обучающийся должен перечислить основные мысли, проблемы, затронутые автором, его выводы, предложения, определить значимость текста. Роль обучающегося: - внимательно изучить информацию; -

составить план аннотации; - кратко отразить основное содержание аннотируемой информации; оформить аннотацию и сдать в установленный срок.

Оформление аннотации

Аннотация на первоисточник (статью, книгу, сочинение и пр.) Фамилия автора, полное наименование работы, места и год издания.

1. Краткие сведения об авторе.
2. Вид издания (статья, книга, учебник, сочинение и пр.).
3. Целевая аудитория издания.
4. Цели и задачи издания.
5. Структура издания и краткий обзор содержания работы.
6. Основные мысли, проблемы, затронутые автором.
7. Выводы и предложения автора по решению затронутых проблем. Автор аннотации.

3. Составление опорного конспекта представляет собой вид внеаудиторной самостоятельной работы обучающегося по созданию краткой информационной структуры, обобщающей и отражающей суть материала лекции, темы учебника. Опорный конспект призван выделить главные объекты изучения, дать им краткую характеристику, используя символы, отразить связь с другими элементами. Основная цель опорного конспекта облегчить запоминание. В его составлении используются различные базовые понятия, термины, знаки (символы) опорные сигналы. Опорный конспект это наилучшая форма подготовки к ответу и в процессе ответа. Составление опорного конспекта к темам особенно эффективно у обучающихся, которые столкнулись с большим объемом информации при подготовке к занятиям и, не обладая навыками выделять главное, испытывают трудности при ее запоминании. Опорные конспекты могут быть проверены в процессе опроса по качеству ответа обучающегося, его составившего, или эффективностью его использования при ответе другими обучающимися. Роль обучающегося: изучить материалы темы, выбрать главное и второстепенное; установить логическую связь между элементами темы; представить характеристику элементов в краткой форме; оформить работу и предоставить в установленный срок.

Диагностический инструментарий

Тест 1: Насколько вы общительны? Цель: определение уровня общительности
Инструкция: для того, чтобы определить все плюсы и минусы ваших способностей к общению, ответы необходимо давать быстро, не слишком задумываясь. Только тогда результат будет правильный. Желаем удачи. На каждое утверждение выберите свой вариант ответа:

1. Среди перечисленных вещей вашего дома для вас важнее всего: а) пишущая машинка или компьютер; б) стереосистема, музыкальный центр; в) книги и журналы; г) телефон, д) телевизор.

2. Когда вам сообщают какую-то новость, для вас в ней самым важным является: а) тот, от кого вы слышите эту новость; б) то, как вы узнали эту новость (от соседей, по телевизору, из газеты); в) момент, когда вы узнали эту новость; г) содержание новости; д) время, которое вам нужно, чтобы сообщить эту новость другим.

3. Наилучший способ выразить себя: а) слова; б) выражение вашего лица и жесты; в) момент, когда вы узнали новость; г) эмоции и чувства.

4. Если у вас глубокой ночью раздается телефонный звонок, вы думаете, что это: а) коллега по работе; б) кто-то, кто не правильно набрал номер; в) знакомый, который хочет перемолвиться словом; г) близкий друг, которому нужна ваша помощь; д) член семьи, или кто-то, кто любит вас.

5. В какой ситуации умение общаться наиболее необходимо: а) чтобы сделать замечание тому, кто рассердил вас; б) чтобы объяснить человеку то, что он не знает; в) чтобы дать точную информацию человеку, впервые попавшему в ваш город; г) чтобы запомнить что-то по телефону; д) чтобы сказать кому-то, что он вам нравится, что вы его любите.

6. Представьте себе чашку кофе. Первое, что вам приходит в голову - это: а) кофейный аромат; б) неплохо было бы позавтракать; в) процесс приготовления кофе; г) бар, заполненный людьми; д) удовольствие, которое вы получаете, когда пьете этот напиток.

7. Когда вы разговариваете с кем-то, для вас важно: а) внимательно слушать, что вам говорят; б) как можно быстрее сказать все, что вы хотите; в) быть уверенным, что ваш собеседник хорошо понимает вашу точку зрения; г) не забыть ничего, из того, что вы хотели сказать; д) не говорить о вещах, которые могут быть непонятны собеседнику;

8. Что вы думаете, когда видите какую-нибудь рекламу: а) насколько в действительности привлекательно то, что рекламируется; б) где это можно купить; в) кем задумана эта вещь и кем она выполнена; г) кто обращает внимание на эту рекламу, кого она заинтересует; д) какие подвохи скрыты в рекламе.

9. Вам нравятся люди, которые предпочитают общаться с другими с помощью: а) писем; б) конкретных действий; в) слов (устным путем); г) эмоции и чувств; д) жесты и мимики.

10. Работа спасателя на пляже вас привлекает возможностью: а) наблюдать за отчаянными пловцами, не упускать их из виду; б) убеждать малодушных попытаться нырнуть; в) учить плаванию детей и всех, кто не умеет плавать; г) содержать пляж в чистоте; д) помогать всем кто нуждается в помощи.

Ключ к тесту Буквенный индекс ответа и балл вопроса А Б В Г Д

Результаты: от 0 до 41: вы интроверт. Вы не особенно любите слушать других, так как вас не очень-то волнует их мнение. Вы ожидаете от других только того, что вам самому нужно, вас завышенная самооценка. Поэтому вам трудно обращаться с другими людьми. от 42 до 49: вы человек в себе. Часто, когда вы разговариваете, у вас возникает ощущение, что вы обращаетесь к стене: вас не понимают. Вы чувствуете себя одиноким. Но вам хотелось бы, чтобы другие понимали вас, чтобы вы лучше понимали других. Общение для вас не удовольствие, а тяжелая повинность. Главная проблема в том, что у вас нет опыта общения. Постарайтесь приобрести его. от 50 до 57: вы чересчур робки. Вы испытываете беспокойство и когда вы говорите сами, и когда слушаете других. Вы замкнуты, но в то же время и ленивы - общение для вас нелегкая работа. Большое значение для вас имеет то, с кем вы общаетесь. Вам легче всего общаться с человеком, который сам умеет контактировать с людьми. Доброжелательность и легкость общения собеседника облегчает вам контакт с ним. от 58 до 66: вы сочувствующий человек. Вы старательно прислушиваетесь к словам собеседника, даже если вам приходится прилагать для этого усилия. Общение для вас - обязанность прочих социальных обязанностей. Но очень скоро оно наводит на вас скуку - поэтому вы стараетесь свести контакты к минимуму. Но если вы немного постараетесь, то можете стать неплохим собеседником. Вам нужно сосредоточиться на развитии уже существующих отношений, и улучшать их, так как ваши личные коммуникативные способности зависят именно от этого. от 67 до 75: вы - чувствительная и восприимчивая натура. Вы умеете слушать собеседника и хорошо поддерживаете разговор. Но вы слишком поддаетесь эмоциям, и это создает для вас определенные неудобства. Также вы стремитесь избегать людей, которые привыкли в разговоре скользить по поверхности. Большое значение вы придаете тому, как и каким образом, человек излагает свои мысли. Ваша основная задача состоит в том, чтобы попытаться умерить свои эмоции. Если вы будете чуточку холоднее, это вам отнюдь не повредит. от 77 до 100: вы - общительный человек, и обладаете настоящим талантом общения с людьми, встреча с новым для вас характером дает возможность лучше понять себя. Вы легко знакомитесь и с удовольствием поддерживаете отношения с новыми людьми. Вам только не следует становиться рабом чрезвычайной коммуникабельности.

Тест 2: Интересно ли с тобой общаться?

Цель: определить уровень межличностного общения Инструкция: выберите вариант ответа, наиболее подходящий для вас

Опросник

1. Ты с большим энтузиазмом и увлечением рассказываешь о замечательной вечеринке и вдруг осознаешь, что тебя совсем не слушают. Ты а) Больше никогда не заговорю с этим типом! Б) Если человек мне безразличен, мне не важна его реакция; в) Я не замечаю равнодушия к своему таланту рассказчика.

2. Что тебе больше нравится слушать или произносить пламенные монологи? А) Когда как Б) Говорить! У меня от рождения талант рассказчика! В) Если отличный собеседник, можно и послушать!

3. Рядом с тобой в гостях оказывается интересная личность. Легко ли ты найдешь тему для непринужденной беседы? А) Да я слова не скажу; б) Для начала улыбнусь; в) При желании можно раскрутить на разговор кого угодно

4. На вечеринке начинают обсуждать новый видеофильм, который тебе пока не удалось посмотреть. Твоя реакция? А) Я с интересом послушаю, что думают о нем мои друзья! Б) Это такая тоска, когда говорят о том, чего я не знаю! В) Я переведу разговор на другую тему и добьюсь внимания.

5. Одноклассник начал разговор, который тебе не очень интересен. Ты будешь его слушать? А) Вот не хватало! Терпеть не могу, когда меня грузят! Б) Наверное, все-таки дослушаю до конца; в) Я просто в это время буду думать о своем

6. Говорят, что мы просим дать нам совет, чтобы потом сделать все наоборот! Ты согласишься с этим утверждением? А) Отлично сказано! Б) Если совет хороший, то я приму его к сведению; в) Во всяком случае, стоит сделать вид, что мне интересно не только собственное, но и еще чье-то мнение.

7. Интересно, а у тебя по любому вопросу в этой жизни есть своя точка зрения? А) Да, однозначно! Б) Есть вещи, о которых я понятия не имею в) Если это и так, я никому своего мнения не высказываю

8. Каждый из нас бывает когда-то не в духе. Если такое случается, ты показываешь это тем, кто рядом? А) Да, я натура прямая; Б) Нет, сдерживаюсь; В) Все зависит от того, кто рядом! Могу и сорваться

Тест 3: Оцените свое умение слушать

Цель: самооценка уровня умения слушать Инструкция: На 10 вопросов следует дать ответы, которые оцениваются: «почти всегда» - 2 балла, «в большинстве случаев» - 4 балла, «иногда» - 6 баллов, «редко» - 8 баллов, «почти никогда» - 10 баллов.

Перечень вопросов:

1. Стараетесь ли вы «свернуть» беседу в тех случаях, когда тема (или собеседник) неинтересны вам?

2. Раздражают ли вас манеры вашего партнера по общению?

3. Может ли неудачное выражение другого человека спровоцировать вас на резкость или грубость?

4. Избегаете ли вы вступать в разговор с неизвестным или малознакомым вам человеком?

5. Имеете ли вы привычку перебивать говорящего?

6. Делаете ли вы вид, что внимательно слушаете, а сами думаете совсем о другом?

7. Меняете ли вы тон, голос, выражение лица в зависимости от того, кто ваш собеседник?

8. Меняете ли вы тему разговора, если он коснулся неприятной для вас темы?

9. Поправляете ли вы человека, если в его речи встречаются неправильно произнесенные слова, названия, вульгаризмы?

10. Бывает ли у вас снисходительный тон с оттенком пренебрежения и иронии по отношению к тому, с кем вы говорите?

Если набрано более 62 баллов, то слушатель «выше среднего уровня». Обычно средний балл слушателей

ПЕРЕЧЕНЬ РЕКОМЕНДУЕМЫХ УЧЕБНЫХ ИЗДАНИЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

Основные источники:

- Андреева Т.М. Социальная психология. - М., 2016
Битянова М.Р. Социальная психология. М., 2016
Бодалев А.А. Восприятие и понимание человека человеком. М., 2017
Бодалев А.А. Психология общения. М., 2017
Волков Б.С., Волков Н.В. Психология общения в детском возрасте. Спб., 2018
Ильин Е.П. Психология общения и межличностных отношений. Спб., 2018
Коломинский Я.Л., Реан А.А. Социальная педагогическая психология. Спб., 2018
Левин К. Разрешение социальных конфликтов. Спб., 2017
Столяренко Л.Д., Самыгин С.И. Психология общения: Ростов- на- Дону, Феникс, 2017
Сухов А.Н. Социальная психология, Академия, 2018

Дополнительные источники:

- Берн Э. Игры, в которые играют люди. Люди, которые играют в игры. М., 2015
Крижанская Ю.С., Третьяков В.П. Грамматика общения. Спб., 2016
Романова Н.Н., Филиппов В.П. Словарь. Культура речевого общения: этика, прагматика, психология. М., 2016
Столяренко Л.Д. Психология делового общения и управления. - Р.-на - Д., 2016
Шеламова Г.М. Деловая культура и психология общения. М., 2016