

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Поздеев Александр Всеволодович
Должность: И.о. директора
Дата подписания: 25.09.2026 12:20:36
Уникальный программный ключ:
14710207690ac5b09915a097f8302d3b605d33a7



МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

**ИНСТИТУТ ТЕХНОЛОГИЙ (ФИЛИАЛ) ФЕДЕРАЛЬНОГО ГОСУДАРСТВЕННОГО БЮДЖЕТНОГО
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ДОНСКОЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ТЕХНИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»
В Г. ВОЛГОДОНСКЕ РОСТОВСКОЙ ОБЛАСТИ
(Институт технологий (филиал) ДГТУ в г. Волгодонске)**

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Поздеев Александр Всеволодович
Должность: Исполняющий обязанности директора
Дата подписания: 16.04.2026 15:09:42
Уникальный программный ключ:
8df19f7194014dd9d8eda5e432ad5afa

**МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ К ПРАКТИЧЕСКИМ
РАБОТАМ**

по освоению дисциплины

СГЦ.05 Психология общения

образовательная программа среднего профессионального образования по специальности
38.02.03 Операционная деятельность в логистике

Волгодонск
2026

ВВЕДЕНИЕ

Методические рекомендации раскрывают методику подготовки к лекционным, практическим занятиям и промежуточной аттестации, методику подготовки к выполнению контрольных и тестовых заданий и методику организации самостоятельной работы обучающегося при освоении дисциплины Психология общения. Методические рекомендации разработаны на основе Федерального государственного образовательного стандарта по специальности 38.02.03 Операционная деятельность в логистике (Приказ Минпросвещения России от 21.04.2022 "Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности 38.02.03 Операционная деятельность в логистике" (Зарегистрировано в Минюсте России 02.06.2022 № 68712)).

Результатом освоения учебной дисциплины являются предусмотренные ФГОС по специальности 38.02.03 Операционная деятельность в логистике умения и знания, направленные на формирование общих и профессиональных компетенций:

ОК 01. Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности применительно к различным контекстам;

ОК 02. Использовать современные средства поиска, анализа и интерпретации информации и информационные технологии для выполнения задач профессиональной деятельности;

ОК 03. Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие, предпринимательскую деятельность в профессиональной сфере, использовать знания по правовой и финансовой грамотности в различных жизненных ситуациях;

ОК 04. Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде;

ОК 06. Проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе традиционных российских духовно-нравственных ценностей, в том числе с учетом гармонизации межнациональных и межрелигиозных отношений, применять стандарты антикоррупционного поведения.

В результате освоения дисциплины обучающийся должен знать:

- Взаимосвязь общения и деятельности;
- Цели, функции, виды и уровни общения;
- Роли и ролевые ожидания в общении;
- Виды социальных взаимодействий;
- Механизмы взаимопонимания в общении;
- Техники и приемы общения, правила слушания, ведения беседы, убеждения;
- Этические принципы общения;
- Источники, причины, виды и способы разрешения конфликтов;
- Приемы саморегуляции в процессе общения.

В результате освоения дисциплины обучающийся должен уметь:

- Применять техники и приемы эффективного общения в профессиональной деятельности;
- Использовать приемы саморегуляции поведения в процессе межличностного общения.

В результате освоения дисциплины обучающийся должен овладеть навыком планирования, организации и проведения бесед, дискуссий, и других форм взаимодействия в профессиональной деятельности; оценки степени применимости конкретных методик, выбора наиболее адекватных методик, анализа и разрешения проблем в общении.

Методические рекомендации по изучению дисциплин

Психология общения – раздел психологии, посвященный одной из главных сфер нашей жизни. Все мы – социальные существа. Чтобы выжить и насладиться происходящим мы ежедневно взаимодействуем друг с другом. Чтобы это взаимодействие происходило наиболее продуктивным и гармоничным путем, целесообразно обучаться психологии общения, как «науке» бесконфликтной, гармоничной и эффективной коммуникации.

Психология общения – это та наука, которая занимается изучением и решением проблем общения и взаимоотношений людей. Психология общения включает в себя такие важные и нужные темы как вербальное общение, невербальное общение (виды невербального общения, невербальные методы общения, невербальные способы общения, невербальные средства общения), деловое общение, искусство вести переговоры и многие другие.

Способы и средства невербального общения и поведения заслуживают отдельного внимания и изучения. Более половины информации, которая передается нам, получена нами из невербальных источников – позы говорящего, его жестов, мимики, голоса и др. Мы с детства привыкаем трактовать невербальную информацию, поэтому во взрослом возрасте уже делаем это автоматически. Однако дополнительное изучение особенностей невербального общения и поведения позволит быть внимательнее и гораздо лучше понимать настроение, эмоции и соответственно этому строить общение.

Изучение основ психологии общения и отношений позволит эффективнее выстраивать отношения с родными и близкими, знакомыми, соседями и со всеми теми, с кем Вы сталкиваетесь ежедневно. Именно поэтому психология общения сегодня так популярна.

Психология общения является сравнительно молодой, но очень перспективной отраслью знания, интенсивно развивающейся под влиянием запросов социальной практики. По мере возрастания активности масс в историческом процессе все большее значение приобретает задача изучения тех механизмов, которые определяют отражение в сознании людей, как в идеологии, так и в психологии всей системы общественных отношений. Знание законов социально-психологического отражения действительности и способов психологического взаимовлияния людей друг на друга откроет перед обществом новые возможности научно обоснованного влияния на поведение человека, совершенствования его образа жизни, повышения эффективности его деятельности во всех сферах социальных отношений.

Настоящие рекомендации помогут развивать свое мышление и способности к социально-психологическому анализу; научат самостоятельно пополнять и углублять свои знания, развивать навыки работы с научной литературой. В рекомендациях предлагается

комплекс упражнений и заданий по узловым вопросам курса психология общения.

Содержание практических занятий направлено на:

- обобщение, систематизацию, углубление, закрепление полученных теоретических знаний по конкретным темам дисциплины;
- формирование умений применять полученные знания на практике, реализацию единства интеллектуальной и практической деятельности;
- развитие интеллектуальных умений у будущих специалистов: аналитических, проектировочных, конструктивных;
- выработку при решении поставленных задач таких профессионально значимых качеств, как самостоятельность, ответственность, точность, творческая инициатива.

1. Представленные практические занятия по дисциплине выполняются после изучения теоретического учебного материала по темам.

2. Методические указания по проведению практических занятий ориентированы на достижение следующих целей:

- экспериментальное подтверждение и проверку существенных теоретических положений, закономерностей;
- экспериментальное установление свойств веществ, их качественных и количественных характеристик;
- экспериментальное наблюдение развития явлений, процессов;
- ознакомление с методами проведения эксперимента;
- формирование практических умений и навыков обращения с различными приборами, установками, оборудованием, аппаратурой, которые составляют часть профессиональной практической подготовки;
- развитие исследовательских умений - (наблюдать, сравнивать, анализировать, устанавливать зависимость, делать выводы и обобщения, оформлять результаты).

Они охватывают весь круг профессиональных умений, на которые ориентирована данная дисциплина.

На практических занятиях студенты овладевают первоначальными профессиональными умениями и навыками, которые в дальнейшем закрепляются и совершенствуются в процессе учебной и профессиональной практики.

Перед выполнением практических занятий осуществляется инструктаж по выполнению заданий.

По окончании занятия проводится обсуждение итогов выполнения работы.

Выполненная работа должна быть представлена в виде оформленной работы по заданной форме.

Критерии оценки

Оценки за выполнение практических занятий выставляются по пятибалльной системе (или в форме зачета) и учитываются как показатели текущей успеваемости студентов.

Отметка «отлично»

Практическое занятие выполнено в полном объеме с соблюдением необходимой последовательности. Обучающиеся работали полностью самостоятельно: подобрали необходимые для выполнения предлагаемых работ источники знаний, показали необходимые для проведения практического занятия теоретические знания, практические умения и навыки. Работа оформлена аккуратно, в оптимальной для фиксации результатов форме.

Отметка «хорошо»

Практическое занятие выполнено студентами в полном объеме и самостоятельно. Допускается отклонение от необходимой последовательности выполнения, не влияющее на правильность конечного результата (перестановка пунктов типового плана, последовательность выполняемых заданий, ответы на вопросы). Используются указанные источники знаний. Работа показала знание основного теоретического материала и овладение умениями, необходимыми для самостоятельного выполнения работы.

Допускаются неточности и небрежность в оформлении результатов работы.

Отметка «удовлетворительно»

Практическое занятие выполнено и оформлено с помощью преподавателя. На выполнение работы затрачено много времени (дана возможность доделать работу дома). Обучающийся показал знания теоретического материала, но испытывали затруднения при самостоятельной работе со статистическими материалами.

Отметка «неудовлетворительно»

Выставляется в том случае, когда обучающийся оказался не подготовленным к выполнению этой работы. Полученные результаты не позволяют сделать правильных выводов и полностью расходятся с поставленной целью. Обнаружено плохое знание теоретического материала и отсутствие необходимых умений.

Правила выполнения практических работ.

Подготовка к практическому занятию заключается в самостоятельном изучении теории по рекомендуемой литературе, предусмотренной рабочей программой. Выполнение заданий производится индивидуально в часы, предусмотренные расписанием занятий в соответствии с методическими указаниями к практическим занятиям. Отчет по практическому занятию каждый студент выполняет индивидуально с учетом рекомендаций по оформлению.

Отчет выполняется в рабочей тетради, сдается преподавателю по окончании занятия

или в начале следующего занятия. Отчет должен включать пункты:

- название практического занятия
- цель работы
- задание
- порядок работы
- решение, развернутый ответ, таблица, ответы на контрольные вопросы (в зависимости от задания)
- вывод по работе

Практическое занятие считается выполненным, если оно соответствует критериям, указанным в работе. Если студент имеет пропуски практических занятий по уважительной или неуважительной причине, то выполняет работу во время консультаций отведенных группе по данной дисциплине.

Формы организации студентов на практических занятиях: фронтальная, групповая, индивидуальная.

Выполнение практических занятий позволяет реализовать требования к уровню подготовки выпускников, предъявляемых соответствующих стандартов.

Практические занятия значительно повышают качественный уровень знаний, повышают мотивацию к изучению дисциплины, дают возможность студентам более полно осознать необходимость практической значимости приобретенных умений, навыков, а также использование их в профессиональной деятельности.

Глоссарий.

Авторитарный (властный, директивный) - характеристика человека как личности или его поведения в отношении других людей, подчеркивающая склонность пользоваться преимущественно недемократическими методами воздействия на них: давление, приказы, распоряжения и т.п.

Агрессия - нанесение ущерба другому человеку, насильственные вербальные или физические действия.

Адаптация - процесс приспособления к изменяющимся условиям внешней среды.

Аффект - кратковременное, бурно протекающее состояние сильного эмоционального возбуждения, возникающее в результате фрустрации или какой-либо иной, сильно действующей на психику причины, обычно связанной с неудовлетворением очень важных для человека потребностей.

Власть - возможность действовать или способность воздействовать на ситуацию или поведение других людей.

Власть в организации - ограниченное право использовать ресурсы организации и

направлять усилия части людей в организации на выполнение заданий.

Влияние - поведение какого-либо человека, которое изменяет отношение и чувства к нему других людей.

Внушение — неосознанное влияние одного человека на другого, вызывающее определенные изменения в его психологии и поведении.

Группа - два лица или более, которые взаимодействуют друг с другом таким образом, что каждое лицо влияет на другого (других) и испытывает на себе его влияние.

Групповое мышление - тенденция отдельных личностей подавлять свою собственную точку зрения на ту или иную проблему, чтобы не нарушать гармонию группы.

Деловые игры — прикладная методика и система решения конкретных управленческих задач на предприятии или в организации, имеющая характер непродолжительного тренинга (метод активного обучения) руководящего персонала

Демократический руководитель - руководитель, который старается не навязывать свою волю подчиненным и исходит из предпосылки, что люди мотивированы потребностями высшего уровня. Сам он мотивирует своих подчиненных, создавая климат, где люди мотивируют себя сами.

Деятельность - специфический вид человеческой активности, направленной на творческое преобразование, совершенствование действительности и самого себя.

Заражение - 1) процесс передачи эмоционального состояния от одного индивида (человека или животного) другому на психофизиологическом уровне контакта помимо или дополнительно к собственно смысловому воздействию; 2) способ влияния, основывающийся на общем переживании большой массы людей одних и тех же эмоций.

Идентификация -1) Уподобление (как правило, неосознанное) себя значимому другому (напр. родителю) как образцу на основании эмоциональной связи с ним; 2) идентификация групповая - отождествление себя с какой-либо (большой или малой) социальной группой или общностью, принятие ее целей и ценностей, осознание себя как члена этой группы или общности.

Институт социализации - социальная группа, в которой личность усваивает социальное влияние, приобщается к системам норм и ценностей, выступающая транслятором социального опыта и в которой личность воспроизводит усвоенное ранее социальное влияние и систему социальных связей.

Коллектив - высокоразвитая группа, в которой сложилась система деловых и личных взаимоотношений, строящихся на высоких, коллективистских нравственных отношениях.

Коммуникация, общение — обмен информацией и смыслом информации между двумя и более людьми.

Конформизм. Изменение поведения или убеждений вследствие реального или

воображаемого давления группы.

Конфликт - несогласие между двумя или более сторонами (лицами или группами), когда каждая сторона старается сделать так, чтобы были приняты именно ее взгляды или цели и помешать другой стороне сделать то же самое.

Нормы - правила общепринятого и ожидаемого поведения. Нормы *предписывают* людям, как им следует вести себя. (В другом смысле слово «нормы» также описывает поведение, которое демонстрируют большинство людей, т. е. то, что считается *нормальным*.)

Невербальные средства общения — совокупность средств общения, используемых в дополнение или в замещение речи, выражающаяся в применении различных знаковых систем: оптико-кинетической (жесты, мимика, пантомима), пара- и экстра-лингвистической (интонация, паузы и пр.), пространственно-временной (организация пространства и времени общения), визуальной («контакт глазами»).

Либеральный руководитель - руководитель, который дает своим подчиненным почти полную свободу в выборе рабочих задач и контроля за своей работой.

Лидер организации - человек, эффективно осуществляющий формальное и неформальное руководство и лидерство.

Малая группа - небольшая по численности совокупность людей, включающая от 2—3 до 20—30 человек, занятых общим делом и имеющих прямые личные контакты друг с другом.

Меланхолик - человек, чье поведение характеризуется замедленностью реакций на действующие стимулы, а также речевых, мыслительных и двигательных процессов.

Мимика - совокупность движений частей лица человека, выражающих его состояние или отношение к тому, что он воспринимает (представляет, обдумывает, припоминает и т.п.).

Наблюдение - метод психологического исследования, рассчитанный на непосредственное получение нужной информации через органы чувств.

Настроение - эмоциональное состояние человека, связанное со слабо выраженными положительными или отрицательными эмоциями и

существующее в течение длительного времени.

Неформальная организация - спонтанно возникающие группы людей, которые регулярно вступают во взаимодействие для достижения определенной цели.

Опрос - метод психологического изучения, в процессе применения которого людям задаются вопросы и на основе ответов на них судят о психологии этих людей.

Подражание - следование какому-либо примеру, образцу, воспроизведение определенных вербальных и невербальных паттернов, характерных для образца.

Позиция - официальное положение человека в группе. Она определяется связями данного индивида с остальными членами группы. Позиция определяет степень влияния на остальных членов группы.

Предубеждение - установка, препятствующая адекватному восприятию сообщения или действия.

Психика - общее понятие, обозначающее совокупность всех психических явлений, изучаемых в психологии.

Психические процессы - процессы, происходящие в голове человека и отражающиеся в динамически изменяющихся психических явлениях: ощущениях, восприятии, воображении, памяти, мышлении, речи и др.

Референтная группа (от лат. сообщающий) - реальная или условная социальная общность, с которой индивид соотносит себя как с эталоном и на нормы, мнения, ценности и оценки которой он ориентируется в своем поведении и в самооценке.

Самоосознание. Состояние сознания индивидуума, при котором его внимание сосредоточено на самом себе. Делает людей более чувствительными по отношению к собственным установкам и диспозициям.

Самооценка - оценка человеком собственных качеств, достоинств и недостатков.

Сотрудничество - стремление человека к согласованной, слаженной работе с людьми. Готовность поддержать и оказать помощь им. Противоположно соперничеству.

Социальная психология. Область психологической науки, изучающая то, как люди думают друг о друге, относятся друг к другу и влияют друг на друга.

Социализация - процесс и результат усвоения и активного воспроизводства индивидом социального опыта, осуществляемый в общении и деятельности.

Сплоченность групповая - один из процессов групповой динамики, характеризующий степень приверженности к группе ее членов.

Статус индивида в группе - реальная социально-психологическая характеристика его положения в системе внутригрупповых отношений, степень действительной авторитетности для других членов группы.

Стиль руководства - обобщенные виды поведения руководителя в отношениях с подчиненными в процессе достижения поставленных целей (автократический, демократический).

Структурные методы разрешения конфликтов - четыре метода разрешения конфликтов: уточнение перспектив, связанных с должностными обязанностями; использование механизмов координации и интеграции; установление новых, более сложных

целей; использование механизма поощрений.

Стресс - состояние душевного (эмоционального) и поведенческого расстройства, связанное с неспособностью человека целесообразно и разумно действовать в сложившейся ситуации.

Тест - стандартизированная психологическая методика, предназначенная для сравнительной количественной оценки у человека изучаемого психологического качества.

Тестирование - процедура применения тестов на практике.

Установка - готовность, предрасположенность субъекта, возникающая при предвосхищении им появления определенного объекта и обеспечивающая

устойчивый целенаправленный характер протекания деятельности по отношению к данному объекту.

Уступчивость. Конформизм, включающий публичные действия, соответствующие социальному давлению, несмотря на внутреннее несогласие с предъявляемыми требованиями. *Послушание (подчинение)* - действие, совершаемое в ответ на прямой приказ и в соответствии с ним.

Феноменология малой группы - представление и описание по основным признакам.

К таким признакам относятся структура взаимоотношений в группе, установки, нормы и ценности, каналы коммуникаций, позиция, статусы, роли, руководство, лидерство и т.д.

Фрустрация - 1) психическое состояние, выражающееся в характерных особенностях переживаний и поведения, вызываемых объективно непреодолимыми (или субъективно так понимаемыми) трудностями, возникающими на пути к достижению цели или решению задачи; 2) состояние краха и подавленности, вызванное переживанием неудачи.

Эгоизм. Мотивация (предположительно, определяющая все поведение) стремления к оптимизации собственного благополучия. Противоположен альтруизму, целью которого является улучшение положения других людей.

Экстраверсия - обращенность сознания и внимания человека в основном на то, что происходит вокруг него. Э. противоположна интроверсии.

Харизма - влияние, основанное на свойствах личности руководителя или его способности привлекать сторонников.

Характер — совокупность свойств личности, определяющих типичные способы ее реагирования на жизненные обстоятельства.

Эмпатия - способность поставить себя на место другого члена группы, способность к сопереживанию.

Эмоции - элементарные переживания, возникающие у человека под влиянием общего состояния организма и хода процесса удовлетворения актуальных потребностей.

Я-концепция Ответы человека на вопрос «Кто я?»

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)				
Рекомендуемая литература				
Основная литература				
	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год	Количество
Л1.1	С. В. Быченков, О. В. Везеницын	Быченков, С. В. Физическая культура: учебник для СПО https://www.iprbookshop.ru/138338.html	Профобразование, Ай Пи Ар Медиа, 2024	ЭБС
Л1.2	И. П. Зайцева	Зайцева, И. П. Физическая культура и спорт: учебник для СПО https://www.iprbookshop.ru/129198.html	Профобразование, Ай Пи Ар Меди, 2023	ЭБС
Л1.3	Е. А. ИONOва, Н. П. Саввина, С. Н. Дудкина	ИONOва, Е. А. Теория и организация адаптивной физической культуры студентов : учебное пособие для СПО https://www.iprbookshop.ru/141024.html	Липецкий государственный технический университет, Профобразование, 2024	ЭБС
Дополнительная литература				
	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год	Количество
Л2.1	О. А. Веденина	Веденина, О. А. Самостоятельные занятия физической культурой : учебное пособие для СПО https://www.iprbookshop.ru/147933.html	Профобразование, Ай Пи Ар Медиа, 2025	ЭБС
Л2.2	Т. А. Глазина, М. И. Кабышева	Глазина, Т. А. Лечебная физическая культура : практикум для СПО https://www.iprbookshop.ru/91886.html	Профобразование, 2020	ЭБС
Л2.3	С. И. Крамской, Д. Е. Егоров, И. А. Амельченко	Крамской, С. И. Физическая культура для студентов среднего профессионального образования : учебное пособие https://www.iprbookshop.ru/106205.html	Белгородский государственный технологический университет им. В.Г. Шухова, ЭБС АСВ, 2020	ЭБС
Л2.4	О. В. Тулякова	Тулякова, О. В. Комплексный контроль в физической культуре : учебное пособие для СПО https://www.iprbookshop.ru/141343.html	Профобразование, Ай Пи Ар Медиа, 2024	ЭБС

