

САНКТ–ПЕТЕРБУРГСКОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ  
АВТОНОМНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ

**«САНКТ-ПЕТЕРБУРГСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ИНСТИТУТ  
ПСИХОЛОГИИ И СОЦИАЛЬНОЙ РАБОТЫ»  
(СПбГИПСР)**

**КАФЕДРА ПРИКЛАДНОЙ СОЦИАЛЬНОЙ ПСИХОЛОГИИ И КОНФЛИКТОЛОГИИ**

**УТВЕРЖДАЮ**

Руководитель образовательной программы  
кандидат экономических наук,  
доцент кафедры прикладной социальной  
психологии и конфликтологии

С.В.Сатикова

«10» июня 2021 г.

**Рабочая программа дисциплины**

**ТРЕНИНГ САМОПРЕЗЕНТАЦИИ И ПУБЛИЧНЫХ ВЫСТУПЛЕНИЙ**

по образовательной программе 37.03.02 Конфликтология

«Психология конфликтного поведения»

Разработчик: канд. соц. наук, доцент Минина Ксения Владимировна

Санкт-Петербург

2021

## **РАЗДЕЛ 1. Учебно-методический раздел рабочей программы дисциплины**

### **1.1. Аннотация рабочей программы дисциплины**

#### **ТРЕНИНГ САМОПРЕЗЕНТАЦИИ И ПУБЛИЧНЫХ ВЫСТУПЛЕНИЙ**

**Цель изучения дисциплины:** формирование у студентов практических навыков эффективной самопрезентации и публичных выступлений.

**Задачи дисциплины:**

1. Ознакомить студентов с основными теоретическими концепциями эффективной самопрезентации;
2. Сформировать у студентов представление о стратегиях и техниках эффективной самопрезентации и публичных выступлений;
3. Повысить уровень коммуникативной компетентности, способствовать развитию представлений о формировании позитивного имиджа в сфере общения
4. Сформировать базовые навыки уверенного поведения.

**Содержание дисциплины:**

Введение. Классификация теоретических подходов к самопрезентации

Приемы и техники конструктивного общения

Практическое освоение стратегий и техник самопрезентации, отработка навыков публичного выступления

### **1.2. Цель и задачи обучения по дисциплине**

**Цель** - формирование у студентов практических навыков эффективной самопрезентации и публичных выступлений

**Задачи:**

1. Ознакомить студентов с основными теоретическими концепциями эффективной самопрезентации;
2. Сформировать у студентов представление о стратегиях и техниках эффективной самопрезентации и публичных выступлений;
3. Повысить уровень коммуникативной компетентности, способствовать развитию представлений о формировании позитивного имиджа в сфере общения
4. Сформировать базовые навыки уверенного поведения.

В случае успешного овладения дисциплины будущий специалист должен:

**знать:**

- научно-теоретические подходы к изучению проблемы эффективной самопрезентации;
- алгоритм подготовки публичных выступлений;
- тренинговые технологии формирования навыков самопрезентации и публичных выступлений;

**уметь:**

- использовать знания о технологиях самопрезентации
- применять стратегии и техники эффективного взаимодействия оратора с аудиторией
- использовать техники привлечения и удержания внимания
- использовать приемы и техники конструктивного общения;

**иметь навыки:**

- эффективной самопрезентации и управления впечатлением;
- публичных выступлений (навыки выразительного выступления);
- уверенного поведения в различных ситуациях межличностного взаимодействия (модель уверенного поведения в индивидуально проблемных ситуациях).
- рефлексивного анализа и обратной связи;

### 1.3. Язык обучения

Язык обучения – русский.

### 1.4. Объем дисциплины в зачетных единицах с указанием количества академических часов, выделенных на контактную работу обучающихся с преподавателем по видам учебных занятий, самостоятельную работу, форму промежуточной аттестации\*

Форма обучения	Общий объем дисциплины		Объем в академических часах								
	В кредитах	В академ. часах	Объем самостоятельной работы	Объем контактной работы обучающихся с преподавателем							Промежуточная аттестация (зачет)
				Всего	Виды учебных занятий						
					Всего учебных занятий	Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Групповые консультации	Индивидуальные консультации	В том числе контактная работа (занятия) в интерактивных формах	
Очная	2	72	38	34	32	12	20	-	-	10	2
Заочная	2	72	62	10	8	-	-	8	-	4	2

\* В случае реализации смешанного обучения рабочая программа дисциплины адаптируется преподавателем в части всех видов учебных занятий и промежуточной аттестации к использованию дистанционных образовательных технологий.

### 1.5. Планируемые результаты обучения по дисциплине, обеспечивающие достижение планируемых результатов освоения образовательной программы

Планируемые результаты обучения по образовательной программе (перечень компетенций в соответствии с ФГОС и ОПОП)	Планируемые результаты обучения по дисциплине (перечень компетенций по дисциплине)
ОК-1 - ОК-9; ОПК-1- ОПК-5; ПК-1 - ПК-4, ПК-7, ПК-8, ПК-11 - ПК-14; ВПК-1	– способность к самоорганизации и самообразованию (ОК-7)

## РАЗДЕЛ 2. Структура и содержание дисциплины

### 2.1. Учебно-тематический план дисциплины

#### Очная форма обучения

Тема (раздел) дисциплины (указывается номер темы, название)	Общее количество аудиторных часов	Общее кол-во часов на занятия лекционного типа	Общее кол-во часов на занятия семинарского типа	
			Всего	Из них интерактивные формы
Тема 1. Введение. Классификация теоретических подходов к самопрезентации	8	6	2	2
Тема 2. Приемы и техники конструктивного общения	10	2	8	4
Тема 3. Практическое освоение стратегий и техник самопрезентации, отработка навыков публичного выступления	14	4	10	4
<b>Итого:</b>	<b>32</b>	<b>12</b>	<b>20</b>	<b>10</b>

#### Заочная форма обучения

Тема (раздел) дисциплины (указывается номер темы, название)	Общее количество аудиторных часов	Общее кол-во часов на занятия лекционного типа	Общее кол-во часов на занятия семинарского типа	
			Всего	Из них интерактивные формы
Тема 1. Введение. Классификация теоретических подходов к самопрезентации	2	-	-	-
Тема 2. Приемы и техники конструктивного общения	2	-	-	-
Тема 3. Практическое освоение стратегий и техник самопрезентации, отработка навыков публичного выступления	4	-	-	-
<b>Итого:</b>	<b>8</b>	<b>-</b>	<b>-</b>	<b>-</b>

### 2.2. Краткое содержание тем (разделов) дисциплины

#### Тема 1. Введение. Классификация теоретических подходов к самопрезентации

Цели, краткая характеристика тренинга. Знакомство с участниками, прояснение их индивидуальных целей, запросов, ожиданий. Ориентация в проблеме тренинга Введение тренинговых норм и правил. Сплочение группы, освоение общих правил поведения в тренинговой ситуации.

Классификация теоретических подходов к самопрезентации

Основные теоретические подходы к исследованию самопрезентации. Стратегий самопрезентации И. Джонса и Т. Питтмана. Техники управления впечатлением Р. Чалдина. Исследования Гроффмана о смущении в самопрезентации. Методы обучения самопрезентации.

#### Тема 2. Приемы и техники конструктивного общения

Формирование у студентов представления о коммуникативных приемах и техниках в процессе самопрезентации и публичных выступлений

Формирование базовых навыков партнерского общения, таких как: приемы и техники установления контакта, техники «малого разговора», техники работы с вопросами, приемы передачи информации, техники партнерского (эмпатического) слушания, приемы снижения эмоционального напряжения у партнера, приемы аргументации своей позиции, техники работы со скрытым мотивом партнера по взаимодействию. Отработка новых стратегий поведения (деловое, партнерское общение) с учетом глубинных спонтанных тенденций.).

### **Тема 3. Практическое освоение стратегий и техник самопрезентации, отработка навыков публичного выступления.**

Формирование и совершенствование навыков эффективной самопрезентации (техники самоподача по Г.В. Бороздиной, техники самопрезентации по Ю.М. Жукову), управления впечатлением (техники управления впечатлением по Р. Чалдини), конструктивного диалога с собеседником, навыки выразительного выступления и умения эффектно "подать" себя, комфортно чувствовать себя в сложных ситуациях публичного выступления. Отработка индивидуального стиля, имидживых особенностей.

## **2.3. Описание занятий семинарского типа**

### **СЕМИНАРСКОЕ ЗАНЯТИЕ 1.**

Тема 1. Введение. Классификация теоретических подходов к самопрезентации

Цель: сформировать у студентов представление об основных теоретических подходах к проблеме изучения самопрезентации – управлением впечатлением

Понятийный аппарат: самопрезентация, самоподача, самораскрытие, самопредъявление, управление впечатлением

Описание занятия: Работа с раздаточными материалами преподавателя. Самостоятельное прочтение текста, обсуждение поставленных преподавателем вопросов.

Обсуждение вопросов: Самопрезентация разными авторами рассматривается как:

- средство организации взаимодействия с другими людьми для достижения своих целей (И. Гофман);
- форма социального поведения (Дж. Тедеш и М. Риес);
- средство поддержания самооценки (Б. Шленкер и М. Вейголд, М. Лири и Р. Ковальски; Д. Майерс);
- средство формирования образа "Я" и самооценки (Дж. Г. Мид и Ч. Кули);
- средство самовыражения (Р. Баумейстер и А. Стейхилбер);
- прием устранения когнитивного диссонанса (Ф. Хайдер и Л. Фестингер);

- реализация мотивации достижения или же избегания неудач (Р. Аркин и А. Шутц);
- создание состояния объективного самосознания в результате восприятия чужих оценок (Р. Викланд);
- следствие повышения мотивации в результате фокусировки внимания на себе (Г. Глейтман);
- проявление стремления к власти в межличностных отношениях (И. Джонс и Т. Питтман);
- личностная черта (А. Фестингер, М. Шериер и А. Басс, М. Снайдер);
- представление своих личностных качеств в связи с потребностью в доверительных отношениях (Л. Б. Филонов) или для установления взаимодействия (Р. Парфенов);
- воздействие на отношение окружающих (А. А. Бодалев), направление восприятия партнера по определенному пути (Ю. С. Крижанская и В. П. Третьяков, Г. В. Бороздина);

Требования к подготовке к занятию: не предъявляются.

### **СЕМИНАРСКОЕ ЗАНЯТИЕ 2.**

Тема: Приемы и техники конструктивного общения

Цель: сформировать представление у студентов о коммуникативных приемах и техниках в процессе самопрезентации и публичных выступлений

Понятийный аппарат: самопрезентация, аргументация, публичные выступления, саморегуляция

Описание занятия: Работа с раздаточными материалами преподавателя. Самостоятельное прочтение текста, обсуждение поставленных преподавателем вопросов. Обсуждение вопросов: приемы аргументации (рекомендации по проведению аргументации своей точки зрения, позиции, решения); технология работы над публичным выступлением; ораторские приемы и средства; приемы саморегуляции; вербальные и невербальные компоненты эффективной самопрезентации и публичного выступления.

Требования к подготовке к занятию: не предъявляются.

### **СЕМИНАРСКОЕ ЗАНЯТИЕ 3.**

Тема 3. Практическое освоение стратегий и техник самопрезентации, отработка навыков публичного выступления

Цель: отработка навыков самопрезентации и публичного выступления.

Понятийный аппарат: самопрезентация, публичное выступление

Описание занятия: Работа с раздаточными материалами преподавателя. Самостоятельное прочтение текста, обсуждение поставленных преподавателем вопросов. Обсуждение вопросов:

- Разработка самопрезентации и оценка присутствующими компетенций ведущего презентации

А. Разработайте самопрезентацию по следующему ниже плану и представьте ее аудитории.

## План самопрезентации

- а) кода и где родились, что-нибудь о ближайших родственниках и их влиянии на вас;
- б) какие-то детские воспоминания о событиях, людях, которые оказали на вас сильное влияние;
- в) школа и впечатления от нее;
- г) выбор профессии и места обучения: почему именно эти;
- д) чего хотите достичь в личном и профессиональном плане;
- е) каким видите будущее и себя в нем.

Б. Оцените выступление каждого ведущего по критериям (табл.).

Таблица 1. Критерии оценки компетенции ведущего презентацию

Критерий оценки	1 балл	2 балла	3 балла
<i>Профессиональные характеристики ведущего презентацию</i>			
Ясность изложения материала			
Убедительность примеров и высказываний			
Соответствие визуальных средств и содержания			
Уместные и позитивные мимика и жесты			
Удержание внимания и контакт с аудиторией			
Профессиональное реагирование на вопросы и высказывания (управление вопросами)			
<i>Личностные характеристики ведущего презентацию</i>			
Выглядит уверенно			
Говорит интересно			
Выступает эмоционально, вызывает энтузиазм			
Обладает чувством юмора			
Умеет быстро перестраиваться			

Требования к подготовке к занятию: не предъявляются.

### 2.4. Описание занятий в интерактивных формах

**Интерактивные занятия к теме 1 «Введение. Классификация теоретических подходов к самопрезентации».**

**Групповая дискуссия** – способ организации общения участников группы, который позволяет сопоставить противоположные позиции, увидеть проблему с разных сторон. Дискуссия возникает тогда, когда каждый участник высказывает свое мнение по той или иной теме на основании своих знаний и опыта. Это обмен мнениями. Дискуссия обучает групповому решению проблем и способствует анализу различных вариантов решения проблем.

Тема для дискуссии: «Формирование навыков эффективной самопрезентации как профессионально-важные качества специалиста психолого-социального профиля».

**Психотехнические (психогимнастические) упражнения** – задания, выполнения которых в игровой, непринужденной форме способствуют решению таких психологических задач, как

«разминка» членов группы, снятие эмоциональной напряженности, ускорение процесса сплоченности группы и т.д.

Пример психогимнастического упражнения:

«Этот тренинг будет иметь для меня смысл...» Всем участникам тренинга раздаются карточки, на которых написано: с одной стороны - «этот тренинг будет иметь для меня смысл, если...», а на другой - «тренинг будет для меня бессмысленным, если...». Нужно дополнить предложения. Затем каждый читает и комментирует написанное им на карточках, группа и тренер задают уточняющие вопросы. Цель – более подробно обсудить предстоящий тренинг, чтобы не создавать нереалистических ожиданий участников.

### **Интерактивные занятия к теме 2 «Приемы и техники конструктивного общения».**

**Групповая дискуссия** – способ организации общения участников группы, который позволяет сопоставить противоположные позиции, увидеть проблему с разных сторон. Дискуссия возникает тогда, когда каждый участник высказывает свое мнение по той или иной теме на основании своих знаний и опыта. Это обмен мнениями. Дискуссия обучает групповому решению проблем и способствует анализу различных вариантов решения проблем.

Тема для дискуссии: ««Имидж человека в системе межличностного взаимодействия»»

**Психотехнические (психогимнастические) упражнения** – задания, выполнения которых в игровой, непринужденной форме способствуют решению таких психологических задач, как «разминка» членов группы, снятие эмоциональной напряженности, ускорение процесса сплоченности группы и т.д.

Пример психогимнастического упражнения:

«Объявление». В течение 5 минут каждый должен составить объявление о своих услугах (репетиторство, гувернерство, консультирование, развивающая работа, обучение и т.д.), которое бы отражало профессиональную уникальность и включало нечто такое, чего не может предложить другой специалист. Затем в течение одной минуты объявление зачитывается перед всеми. Группа может задавать любые вопросы по содержанию объявления, дабы удостовериться, действительно ли стоит воспользоваться услугами данного специалиста.

### **Интерактивные занятия к теме 3 «Практическое освоение стратегий и техник самопрезентации, отработка навыков публичного выступления».**

**Групповая дискуссия** – способ организации общения участников группы, который позволяет сопоставить противоположные позиции, увидеть проблему с разных сторон. Дискуссия возникает тогда, когда каждый участник высказывает свое мнение по той или иной теме на основании своих знаний и опыта. Это обмен мнениями. Дискуссия обучает групповому решению проблем и способствует анализу различных вариантов решения проблем.

Тема для дискуссии: «Ошибки публичного выступления»



**Ролевая игра** – это метод, при котором реальное поведение имитируется участниками в соответствии с заданными ролями и ситуацией. Ролевые игры – это небольшие сценки произвольного характера, отражающие модели жизненных ситуаций.

В ролевых играх участникам предоставляется возможность:

- показать существующие стереотипы реагирования в тех или иных ситуациях;
- разработать и использовать новые стратегии поведения;
- отработать, пережить свои внутренние опасения и проблемы.

Пример ролевой игры «Собеседование с работодателем»

Каждый участник пробует себя в роли соискателя. Кто-либо из членов группы играет роль работодателя. Ведущий тренинга может дать установку на отказ «соискателю» или предъявление ему жестких требований. Это придаст игре более реалистичный и творческий характер.

Члены группы, не принимающие участие в собеседовании, являются наблюдателями, которые анализируют и оценивают по ее завершении, дают обратную связь «соискателю» относительно эффективности его самопрезентации и поведения на собеседовании.

**Тренинговые упражнения** - метод активного обучения, направленный на развитие навыков, компетенций и социальных установок, основанный не только на получении новой информации, но и применении полученных знаний на практике.

Пример упражнения.

"А вот и Я"

Упражнение в шуточной форме позволяет смоделировать некоторые элементы собеседования при приеме на работу и при поступлении в учебное заведение и, таким образом, повысить уровень готовности поступающих к подобным собеседованиям.

Методика может быть проведена в разных вариантах. Игровая процедура по первому варианту предполагает следующие этапы:

1. Участникам игры объясняется ее общий смысл – проверить и, по возможности, повысить свою готовность к прохождению собеседования при трудоустройстве. По условию игры предполагается, что итоги собеседования являются решающим фактором зачисления на работу или поступления на учебу.

2. Каждый участник на отдельном листочке выписывает 5–7 самых главных правил поведения для поступающего и 5–7 главных правил проведения беседы для члена приемной комиссии, которые позволили бы ему не ошибиться при выборе претендента. (Целесообразность включения в игру роли руководителя (члена Приемной комиссии) объясняется тем, что претендент на работу или поступающий в учебное заведение должны понимать позицию руководителей фирмы (заведения), а также лучше осознавать, чего от них

ожидают при собеседовании. Все это повышает, шансы претендента произвести хорошее впечатление и быть зачисленным). На это отводится примерно 5–7 минут.

3. Все садятся в круг. Ведущий предлагает двум игрокам-добровольцам выполнить первое игровое задание: в течение 7–10 минут разыграть сценку собеседования. Сразу же уточняется, кто будет играть претендента на вакантное место, а кто руководителя заведения.

4. После этого обязательно следует уточнить, что это за заведение (конкретный вуз, фирма и т.п.), а также, какая именно вакансия предлагается для претендента, т.е. о чем пойдет речь. Желательно, чтобы заведение и вакантное место в нем был и достаточно престижным и, но в то же время реалистичными для трудоустройства. Уточнить это должен игрок, изображающий руководителя.

5. Другой игрок – претендент – сразу же уточняет, какими основными характеристиками и качествами обладает его герой, например, его возраст, образование, пол, жизненный опыт и т.п.

6. Во время проигрывания остальные участники внимательно наблюдают за действиями руководителя и претендента, отмечая для себя, насколько их действия соответствуют выписанным на их листочках правилам поведения для руководителя и претендента.

7. После первого проигрывания всем (включая главных игроков) дается задание: по 5-балльной шкале оценить успешность действий отдельно для претендента и для руководителя.

8. Первое слово предоставляется главным игрокам. Сначала они по очереди называют свои оценки (и самооценки), а потом кратко комментируют их, не забыв соотнести свои оценки с выписанными ранее правилами поведения для руководителя и для претендента. После этого могут кратко высказываться и остальные участники. Желательно завершить первое обсуждение за 5–7 минут. При наличии большего времени можно даже быстро подсчитать, сколько баллов набрали руководитель и претендент по оценкам остальных игроков.

9. Перед тем, как начать общую игру, ведущий напоминает приемы управления впечатлением.

10. После этого ведущий предлагает выйти следующему добровольцу на более сложную и интересную роль – претендента, беседующего с целой Приемной комиссией.

11. Доброволец сам определяет, в какое заведение и на какую вакансию (специальность) он собирается оформиться, а также кратко называет основные характеристики своего “героя”.

12. Роль руководителей, а точнее– членов Приемной комиссии будут играть все остальные участники, при этом, для большей остроты игры нее делятся на две команды, т.е. беседовать с претендентом будет не одна, а сразу две Приемные комиссии на конкурсной основе... Каждая комиссия располагается за отдельным столом.

13. Смысл дальнейшего задания заключается в том, что члены комиссий будут по очереди задавать претенденту различные вопросы, а он должен сразу же на них отвечать. Примерно

через 5–7 минут таких вопросов-ответов члены комиссий должны будут на листочках по 5-балльной шкале оценить, насколько готов претендент к зачислению в их организацию. После этого в каждой команде (в каждой комиссии) проводится небольшое обсуждение и быстро подсчитывается средний балл готовности претендента (по баллам, проставленным в листочках).

14. Наконец, проводится итоговое обсуждение. Если у Приемных комиссий разные мнения, то организуется небольшая дискуссия, как между командами-комиссиями, так и между отдельными игроками. Общим итогом игры могут стать совместно разработанные и уточненные правила поведения для претендента и для руководителя (члена Приемной комиссии).

Возможны и другие варианты проведения данного игрового упражнения. К примеру, после разыгрывания ситуации собеседования в паре, всем предлагается также разделиться на пары и воспроизвести эту ситуацию (или же самим определить, в какое заведение, на какую вакансию и какой по своим качествам человек собирается поступать). В других случаях можно заранее выбрать из числа играющих (а может даже, и из числа приглашенных специалистов) специальное жюри, которое и будет проставлять основные баллы и говорить свое решающее слово. Можно также после первого проигрывания в паре всем разделиться на команды, выбрать в каждой команде своего добровольца-претендента и разыграть его беседу с членами Приемных комиссий (в каждой из команд) и т.д. и т.п.

Главное для упражнений такого типа – постараться меньше фантазировать и быть ближе к реальности. Для этого требуется и самому ведущему лучше представлять, какие сложности ожидают претендентов при поступлении в те или иные учебные заведения, а также при оформлении в государственные организации и частные фирмы.

На занятиях так же используются следующие формы:

**Презентации и обсуждения групповых исследовательских работ студентов** – такая форма интерактивных занятий предполагает подготовку на занятии групповых работ, с последующей презентацией результатов; задания должны носить исследовательский характер.

**Разбор конкретных ситуаций (кейсы)** - техника обучения, использующая описание реальных социальных ситуаций, для анализа обучающимися с целью определения сути проблем, предложения возможных решений, выбора лучших из них. Кейсы базируются на реальном фактическом материале или же приближены к реальной ситуации.

**«Мозговой штурм»** представляет собой хороший способ быстрого включения всех членов группы в работу на основе свободного выражения своих мыслей по рассматриваемому вопросу.

Основные правила проведения «Мозгового штурма»:

- Называя идеи нельзя повторяться;
- Чем больше список идей, тем лучше;
- Записываются все, поступающие от участников предложения;
- Высказанные мысли и предложения не критикуются и не оцениваются.

## **2.5. Организация планирования встреч с приглашёнными представителями организаций**

Встречи с приглашёнными представителями организаций не предусмотрены.

## **2.6. Особенности освоения дисциплины инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья**

Обучение студентов с ограниченными возможностями здоровья при необходимости осуществляется на основе адаптированной рабочей программы с использованием специальных методов обучения и дидактических материалов, составленных с учетом особенностей психофизического развития, индивидуальных возможностей и состояния здоровья таких обучающихся (обучающегося).

В целях освоения учебной программы дисциплины инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья обеспечивается:

1) для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья по зрению:

- размещение в доступных для обучающихся, являющихся слепыми или слабовидящими, местах и в адаптированной форме справочной информации о расписании учебных занятий;
- присутствие ассистента, оказывающего обучающемуся необходимую помощь;
- выпуск альтернативных форматов методических материалов (крупный шрифт или аудиофайлы);

2) для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья по слуху:

- надлежащими звуковыми средствами воспроизведение информации;

3) для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья, имеющих нарушения опорно-двигательного аппарата:

- возможность беспрепятственного доступа обучающихся в учебные помещения, туалетные комнаты и другие помещения института, а также пребывание в указанных помещениях.

Получение образования обучающимися с ограниченными возможностями здоровья может быть организовано как совместно с другими обучающимися, так и в отдельных группах или в отдельных организациях.

Перечень учебно-методического обеспечения самостоятельной работы обучающихся по дисциплине.

Учебно-методические материалы для самостоятельной работы обучающихся из числа инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья предоставляются в формах, адаптированных к ограничениям их здоровья и восприятия информации:

<b>Категории студентов</b>	<b>Формы</b>
С нарушением слуха	- в печатной форме; - в форме электронного документа
С нарушением зрения	- в печатной форме увеличенным шрифтом; - в форме электронного документа; - в форме аудиофайла
С нарушением опорно-двигательного аппарата	- в печатной форме; - в форме электронного документа; - в форме аудиофайла

Данный перечень может быть конкретизирован в зависимости от контингента обучающихся.

Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине.

Перечень фондов оценочных средств, соотнесённых с планируемыми результатами освоения образовательной программы.

Для студентов с ограниченными возможностями здоровья предусмотрены следующие оценочные средства:

<b>Категории студентов</b>	<b>Виды оценочных средств</b>	<b>Формы контроля и оценки результатов обучения</b>
С нарушением слуха	тест	преимущественно письменная проверка
С нарушением зрения	собеседование	преимущественно устная проверка (индивидуально)
С нарушением опорно-двигательного аппарата	Решение дистанционных тестов, контрольные вопросы	-

Студентам с ограниченными возможностями здоровья увеличивается время на подготовку ответов к зачёту, разрешается готовить ответы с использованием дистанционных образовательных технологий.

Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующие этапы формирования компетенций. При проведении процедуры оценивания результатов обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья предусматривается использование технических средств, необходимых им в связи с их индивидуальными особенностями. Процедура оценивания результатов

обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья по дисциплине предусматривает предоставление информации в формах, адаптированных к ограничениям их здоровья и восприятия информации:

Для лиц с нарушениями зрения:

- в печатной форме увеличенным шрифтом;
- в форме электронного документа;
- в форме аудиофайла.

Для лиц с нарушениями слуха:

- в печатной форме;
- в форме электронного документа.

Для лиц с нарушениями слуха:

- в печатной форме увеличенным шрифтом;
- в форме электронного документа;
- в форме аудиофайла.

Данный перечень может быть конкретизирован в зависимости от контингента обучающихся. При проведении процедуры оценивания результатов обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья по дисциплине (модулю) обеспечивается выполнение следующих дополнительных требований в зависимости от индивидуальных особенностей обучающихся:

- инструкция по порядку проведения процедуры оценивания предоставляется в доступной форме (устно, в письменной форме);

- доступная форма предоставления заданий оценочных средств (в печатной форме, в печатной форме увеличенным шрифтом, в форме электронного документа, задания зачитываются ассистентом);

- доступная форма предоставления ответов на задания (письменно на бумаге, набор ответов на компьютере, с использованием услуг ассистента, устно).

При необходимости для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов процедура оценивания результатов обучения по дисциплине (модулю) может проводиться в несколько этапов.

Проведение процедуры оценивания результатов обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья допускается с использованием дистанционных образовательных технологий.

Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины. Для освоения дисциплины инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья предоставляются основная и дополнительная учебная литература в

виде электронного документа в фонде библиотеки и / или в электронно-библиотечных системах.

Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине Освоение дисциплины инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья осуществляется с использованием средств обучения общего и специального назначения:

- лекционная аудитория – мультимедийное оборудование (для студентов с нарушениями слуха);
- учебная аудитория для практических занятий (семинаров) мультимедийное оборудование, (для студентов с нарушениями слуха).

## **2.7. Методические указания для студентов по освоению дисциплины**

Основными принципами изучения данной дисциплины являются:

- принцип научности и связи теории с практикой;
- принцип систематичности;
- принцип наглядности;
- принцип доступности.

Методическое обеспечение дисциплины осуществляется за счёт использования современных учебников (учебных комплексов, справочной литературы, словарей, интернет-сайтов специальных зданий и организаций) и учебных пособий, касающихся проблематики изучаемой дисциплины.

## **2.8. Материально-техническая база, необходимая для осуществления образовательного процесса по дисциплине**

Учебная аудитория, оборудованная мультимедийным оборудованием и аудио системой, с возможностью демонстрации интерактивных пособий и учебных фильмов, с доступом к сети Интернет.

Кабинет психологических тренингов и медиации: Используемое оборудование: комплекты специализированной мебели, мультимедийное оборудование с доступом к сети Интернет.

## **РАЗДЕЛ 3. Требования к самостоятельной работе студентов в рамках освоения дисциплины**

Самостоятельная работа студентов в рамках дисциплины является одним из базовых компонентов обучения, приобретения общекультурных и профессиональных компетенций,

предусмотренных учебным планом и рабочей программой учебной дисциплины. В процессе самостоятельной работы студенты проявляют свои творческие качества, поднимаются на более высокий уровень профессионализации.

Формы выполнения студентами самостоятельной работы могут быть разнообразны: как выполнение ряда заданий по темам, предложенным преподавателем, так и выполнение индивидуальных творческих заданий (в согласовании с преподавателем): составление библиографии, картотеки статей по определенной теме; составление опорных схем для осмысления и структурирования учебного материала; создание электронных презентаций; выступления на научно-практических конференциях и мн. др.

Типовые задания СРС:

- работа с первоисточниками;
- подготовка докладов;
- изучение отдельной темы и разработка опорного конспекта;
- решение исследовательских задач;
- составление понятийного тезауруса;
- подготовка презентации;
- написание эссе;
- составление аннотированного списка литературы по одной из тем;
- исследовательские работы (возможна разработка проекта).

Самостоятельная работа студентов – способ активного, целенаправленного приобретения студентом новых для него знаний, умений и компетенций без непосредственного участия в этом процессе преподавателей. Самостоятельная работа по дисциплине является единым видом работы, которая может состоять из нескольких заданий.

### **Методические рекомендации по выполнению самостоятельной работы**

**Цель** выполнения самостоятельной творческой работы – приобретение опыта активной самостоятельной учебно-познавательной деятельности.

Целью СРС является овладение фундаментальными знаниями, профессиональными умениями и навыками деятельности по профилю, опытом творческой, исследовательской деятельности. СРС способствует развитию самостоятельности, ответственности и организованности, творческого подхода к решению проблем учебного и профессионального уровня.

В процессе выполнения самостоятельной работы студенты должны быть ориентированы на:



- систематизацию и закрепление полученных теоретических знаний и практических умений студентов;
- формирование умений использовать нормативную, правовую, справочную документацию и специальную литературу;
- развитие познавательных способностей и активности студентов: творческой инициативы, самостоятельности, ответственности и организованности;
- формирование самостоятельности мышления, способностей к саморазвитию, самосовершенствованию и самореализации;
- развитие исследовательских умений для эффективной подготовки к зачетам и экзаменам.

Успех студента в изучении курса зависит от систематической индивидуальной деятельности по овладению учебным материалом. Студентам целесообразно наладить творческий контакт с преподавателем, придерживаться его рекомендаций и советов по успешному овладению

#### **Требования к структуре и оформлению работы.**

Данная работа в окончательном варианте, который предоставляется преподавателю, должна быть иметь следующую **структуру**:

Титульный лист (Образец титульного листа определяется Положением об аттестации учебной работы студентов института, и опубликован на сайте [www.psysocwork.ru](http://www.psysocwork.ru) раздел «Учебный процесс» / «самостоятельная работа»).

#### **Оформление самостоятельной работы:**

- параметры страницы (210x297 мм) А4;
- интервал полуторный;
- шрифт 12, TimesNewRoman;
- выравнивание по ширине;
- поля страницы: левое – 2 см, правое – 1,5 см, верхнее – 2 см, нижнее – 2 см.
- все страницы должны иметь сквозную нумерацию арабскими цифрами в верхнем правом углу.

### **3.1. Задания для самостоятельной работы по каждой теме (разделу) учебно-тематического плана**

#### **Задание 1.**

1. Изучить подходы и концепции самопрезентации подготовьте и оформите доклад.
2. Написать рецензию на научную статью, где описываются эффективные приемы и стратегии эффективной самопрезентации.

3. Разработайте алгоритм оценки самопрезентации, представьте в его виде таблицы.
4. По представленному алгоритму оцените самопрезентацию одного из ваших сокурсников.

### **Задание 2.**

Проанализировать ситуацию неэффективного общения по следующему алгоритму:

- 1) подбор и краткое описание ситуации неэффективного общения;
- 2) определение типа общения анализируемой ситуации;
- 3) определение вида общения анализируемой ситуации;
- 4) определение уровня общения анализируемой ситуации;
- 5) определение стиля неэффективного общения анализируемой ситуации;
- 6) диагностика основных проблем общения в анализируемой ситуации;
- 7) рекомендации.

### **Задание 3.**

1. Разработайте критерии оценки публичного выступления.
2. Написать эссе на тему «Различные типы собеседования».
3. Охарактеризуйте стили собеседований
  - Силь «Расскажите о себе»
  - Ситуационное собеседование.
  - Силь «Круглый стол».
  - Командно-игровой стиль
  - Силь «За обедом»
5. Опишите технологию «стресс-интервью»
6. Составьте перечень вопросов для проведения собеседования при приеме на работу.

### **3.2. Критерии оценки результатов выполнения самостоятельной работы**

Оценка самостоятельной работы осуществляется в соответствии с Положением об аттестации учебной работы студентов института в рамках балльно-рейтинговой системы оценки учебной работы студентов.

Баллы БРС присваиваются следующим образом:

- 30 баллов – самостоятельная работа выполнена в срок, в полном объеме, все работы достойны отличной оценки;
- 25 баллов – самостоятельная работа выполнена в срок, в полном объеме, все работы в среднем достойны хорошей оценки;
- 20 баллов – самостоятельная работа выполнена в срок, в полном объеме, все работы в среднем достойны удовлетворительной оценки;

- 10 баллов – самостоятельная работа выполнена в срок, в не полном объеме (не менее 75% заданий), все работы в среднем достойны оценки не ниже хорошей;

- 0 баллов – самостоятельная работа выполнена в срок, в полном объеме, все работы в среднем достойны неудовлетворительной оценки.

## **РАЗДЕЛ 4. Фонд оценочных средств**

### **4.1. Материалы, обеспечивающие методическое сопровождение оценки качества знаний по дисциплине на различных этапах ее освоения**

К основным формам контроля, определяющим процедуры оценивания знаний, умений, навыков, характеризующих этапы формирования компетенций по дисциплине относится рубежный контроль (тест минимальной компетентности), промежуточная аттестация в форме экзамена по дисциплине.

Критериями и показателями оценивания компетенций на различных этапах формирования компетенций являются:

- знание терминов, понятий, категорий, концепций и теорий по дисциплине;
- понимание связей между теорией и практикой;
- сформированность аналитических способностей в процессе изучения дисциплины;
- знание специальной литературы по дисциплине.

#### **Шкала оценивания для зачета**

К основным формам контроля, определяющим процедуры оценивания знаний, умений, навыков, характеризующих этапы формирования компетенций по программе тренинговой подготовки относится промежуточная аттестация в форме зачета.

Критериями и показателями оценивания компетенций на различных этапах формирования компетенций являются:

- знание терминов, понятий, категорий, концепций и теорий по программе;
- понимание связей между теорией и практикой;
- сформированность практических навыков;

Шкала оценивания компетенций на различных этапах их формирования включает следующие критерии:

- полное соответствие;
- частичное соответствие;
- несоответствие.

#### 4.2. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения дисциплины

Тема (раздел) дисциплины (указывается номер темы, название)	Компетенции по дисциплине
Тема 1. Введение. Классификация теоретических подходов к самопрезентации	ОК-7
Тема 2. Приемы и техники конструктивного общения	ОК-7
Тема 3. Практическое освоение стратегий и техник самопрезентации, отработка навыков публичного выступления	ОК-7

#### 4.3. Описание форм аттестации текущего контроля успеваемости (рубежного контроля) и итогового контроля знаний по дисциплине (промежуточной аттестации по дисциплине)

Не предусмотрено.

#### 4.4. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения дисциплины

##### Примерные вопросы к зачету:

1. Этапы самопрезентации
2. Технологии самопрезентации
3. Критерии эффективной самопрезентации
4. Коммуникативные сигналы при установлении контакта
5. Виды имиджа
6. Программа построения имиджа
7. Позиционирование как одна из технологий самопрезентации
8. Управление впечатлением. Составляющие управления впечатления.
9. Способы привлечения внимания в ситуации самопрезентации.
10. Принципы выбора стиля самопрезентации.
11. Техника «малого разговора»
12. Опосредованная самопрезентация
13. Принципы ведения успешных переговоров при устройстве на работу
14. Подготовка к публичному выступлению в зависимости от аудитории.
15. Источники уверенного поведения.
16. Признаки уверенного поведения.
17. Способы привлечения и удержания внимания аудитории.
18. Методика и критерии оценки самопрезентации.
19. Техника ассертивного реагирования в сложных ситуациях публичного выступления и

самопрезентации.

## 20. Правила ответов на вопросы.

### **Пример типового задания в форме теста для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья**

**Тест 1.** Выберите правильный вариант ответа.

Управление впечатлением, которое инициатор производит на целевую персону (или группу), с целью поддержания или усиления своего влияния на нее, называется:

- а) самоактуализация
- б) самопрезентация**
- в) самоутверждение

**Тест 2.** Выберите правильный вариант ответа

Форма (тип) речи, рассчитанная на пассивное и опосредованное восприятие, для которой типичны значительные по размеру отрезки текста, состоящие из связанных между собой высказываний, носит смысловую завершенность, называется:

- а) дискуссия
- б) монолог**
- в) диалог

### **Пример типового практико-ориентированного задания**

#### **Типовое задание 1.**

Прямое требование внимания; обращение с неожиданным вопросом; риторический вопрос; юмор, каламбур; прием сопереживания, соучастия; апелляция к речи и личности предыдущего оратора; ссылки на авторитетные источники; примеры из художественной литературы, фольклора, фразеологические выражения; удачное обращение к аудитории; голосовые приемы (понижение и повышение тона, ускорение и замедление темпа), а также выдержанная пауза. Относятся к приемам привлечения внимания.

Вопросы и задания

1. Приведите примеры, приемов привлечения внимания.

#### **Типовое задание 2.**

Разработайте материалы для тренинга самопрезентации и публичных выступлений.

Вопросы и задания

1. Определитесь с возрастом участников тренинга
2. Подберите психогимнастические упражнения.
3. Предложите информационные материалы

## РАЗДЕЛ 5. Глоссарий

**Барьер общения** – психологическое состояние, переживаемое человеком как неадекватная пассивность, препятствующая общению. Барьер может быть обусловлен как эмоциональным состоянием субъектов общения, так непониманием смысла высказываний, обращений и т. п.

**Барьер смысловой** (от франц. *barriere* – преграда, препятствие) – взаимонепонимание между людьми, являющееся следствием того, что одно и то же явление имеет для них разный смысл.

**Барьер психологический** – психическое состояние, проявляющееся в неадекватной пассивности субъекта, что препятствует выполнению им тех или иных действий.

**Барьеры коммуникативные** – психологические препятствия, возникающие на пути передачи адекватной информации. Выделяют фонетический, семантический, стилистический, логический и другие барьеры.

**Вербальные средства общения** – письменная или устная речь, используемые знаковые системы

**Взаимодействие** – процесс непосредственного или опосредованного воздействия объектов (субъектов) друг на друга, порождающий их взаимные связи, отношения, общение, переживания и совместную деятельность.

**Взаимодействие межличностное** – 1) в широком смысле – случайный или преднамеренный, частный или публичный, длительный или кратковременный, вербальный или невербальный личностный контакт двух или более человек, имеющий следствием взаимные изменения их поведения, деятельности, отношений, установок; 2) в узком смысле – система взаимно обусловленных индивидуальных действий, связанных циклической причинной зависимостью, при которой поведение каждого из участников выступает одновременно и стимулом, и реакцией на поведение остальных.

**Взаимоотношения** – субъективные связи между людьми, возникающие в результате взаимодействия, основывающиеся на побуждениях (интересе, привлекательности, симпатии, притяжении) к познанию (восприятию) другого другим и общению с ним.

**Взаимопонимание** – уровень взаимодействия, при котором люди осознают содержание и структуру настоящего и возможного очередного действия партнера, а также взаимно содействуют достижению единой цели.

**Групповая работа** - особый род психологической и, более широко подходя, - антропологической практики профессионального воздействия на сознание, поведение и социальные установки участников различных сообществ.

**Групповая динамика** - совокупность событий и межличностных взаимодействий в группе, процесс движения группы как единого целого во времени. Выделяют три уровня и четыре стадии этого процесса.

**Групповой тренинг** - это метод активного обучения в составе специально созданной малой группы, участники которой (психически здоровые люди, имеющие психологические проблемы) с помощью ведущего-психолога осуществляют коммуникативное взаимодействие, направленное на достижение сообща поставленных целей.

**Коммуникатор** – субъект общения, передающий информацию.

**Коммуникация** – а) передача информации (идей, образов, оценок, установок) от лица к лицу, от одной культурной единицы к другой; б) линия или канал, соединяющее участников обмена информацией; в) взаимодействие, с помощью которого информация передается и принимается; процесс передачи и приема информации. В процессе коммуникации осуществляются: взаимное влияние людей друг на друга; обмен различными идеями, интересами, настроениями, чувствами.

**Коммуникация межгрупповая** – взаимодействие людей, полностью детерминированное их принадлежностью к различным группам или категориям населения и независимое от их межличностных связей и индивидуальных предпочтений.

**Малая группа** - функциональное сообщество людей от 3 до 15-20 человек, находящихся в непосредственном контакте и в регулярном общении между собой. Малая группа позволяет моделировать процессы, происходящие в человеческом обществе, поскольку в ней проявляют себя почти все значимые социальные эффекты.

**Невербальная коммуникация** – общение посредством жестов (языка жестов), мимики, телодвижений и ряда других средств, исключая речевые. Невербальная коммуникация у различных народов имеет свои специфические характеристики.

**Невербальные средства общения** – это неречевые средства общения. Они нужны для того, чтобы: а) регулировать течение процесса общения, создавать психологический контакт между партнерами; б) обогащать значения, передаваемые словами, направлять истолкование словесного текста; выражать эмоции и отражать истолкование ситуации. Невербальные средства, как правило, не могут самостоятельно передавать точно значения (за исключением некоторых жестов). Обычно они оказываются так или иначе скоординированными между собой и со словесными текстами. Совокупность этих средств можно сравнивать с симфоническим оркестром, а слово – с солистом на его фоне. Рассогласование отдельных невербальных средств существенно затрудняет межличностное общение. В отличие от речи невербальные средства общения осознаются как говорящими, так и слушающими не в полной мере. Никто не может полностью контролировать свой невербальный язык общения. Невербальные средства общения

делятся на: *визуальные* (кинесику – движения рук, ног, головы, туловища; направление взгляда и визуальный контакт; выражение глаз; выражение лица; позы, в частности, локализация, смены поз относительно словесного текста); *кожные реакции* (покраснение, появление пота); *отражающие дистанцию* (расстояние до собеседника, угол поворота к нему, персональное пространство); *вспомогательные средства общения*, в том числе особенности телосложения (половые, возрастные) и средства их преобразования (одежда, косметика, очки, украшения, татуировка, усы, борода, сигарета и т. п.); *акустические или звуковые* (паралингвистические, то есть связанные с речью – интонация, громкость, тембр, тон, ритм, высота звука, речевые паузы и их локализация в тексте); *экстралингвистические*, то есть не связанные с речью – смех, плач, кашель, вздохи, скрежет зубов, «шмыганье» носом и т. п., *тактильно-кинестезические* (физическое воздействие – ведение слепого за руку, контактный танец и др.; *такесику* – пожатие руки, хлопанье по плечу) и *ольфакторные* (приятные и неприятные запахи окружающей среды; естественный и искусственный запахи человека). На невербальные средства каждая конкретная культура накладывает сильный отпечаток, поэтому общих норм для всего человечества не существует. Невербальный язык другой страны приходится учить так же, как и словесный.

**Нормы группы** - это совокупность правил и требований, "стандартов" поведения, регулирующих взаимоотношения и взаимодействия между участниками группы.

**Обратная связь** - базовый элемент группового тренинга. В принципе это любая реакция участников группы на поведение друг друга. Технологически правильная ОС является формой взаимной помощи, так как она помогает человеку оценить, насколько его поведение соответствует его же намерениям.

**Психогимнастика** - термин для обозначения комплекса разнообразных упражнений и техник в тренинговой работе, целью которых является воздействие на те или иные структуры психики участников, например память или внимание, либо на личность каждого участника в отдельности, либо на состояние группы как целого. Упражнения служат средством усвоения и закрепления навыков, а также дают материал для осознания и обсуждения содержательной (целевой) направленности тренинга.

**Психокоррекция** - психологическое воздействие, направленное на те или иные психологические структуры личности или группы с целью нормализации их функционирования.

**Психотерапия** - коммуникативный процесс взаимодействия врача (психолога) с клиентом (группой клиентов), имеющий целью вызвать устойчивые изменения в сущности важных сферах жизни клиента. Этот процесс происходит в рамках профессиональных отношений,



характеризующихся наличием договорных обязательств между участвующими сторонами, доверительностью и эмпатией.

**Психотехнология** - научное психологическое описание способов и алгоритмов действий (операций), дающих необходимый практический эффект. Креативная составляющая деятельности специалиста в области практической психологии, целенаправленно и упорядоченно ведущая к достижению желаемого результата. При этом предполагается, что «желаемый результат» является таковым прежде всего для клиента, опирается на его внутренние ресурсы и обладает терапевтическим либо жизнеизменяющим эффектом.

**Психотренинг** - это практика самопознания и развития личности. Цель тренинга в общем случае: создание непосредственного личностного опыта позитивных изменений человека в его отношениях с миром, с другими людьми и с самим собой.

**Самоактуализация** - Согласно концепции Маслоу, это продолжительный процесс, при котором способности человека используются творчески и полностью. Это путь неустанной работы, активной жизни и осознания своей связи со всем миром.

**Социометрия** - метод и техника опроса, в ходе которого одни члены группы выбирают (или отвергают) других по определенным критериям (деловым, интеллектуальным, эмоциональным, моральным и др.). Социометрия позволяет определить социальный статус каждого члена группы - его место в иерархии внутригруппового общественного мнения: "звезда", "предпочитаемый", "изолированный" и, наконец, нежелательный - "отверженный".

**Тренинг** - (от англ. train – тренировать, тратироваться; дословно: научение, повторение). В отличие от других форм обучения это знание, добытое на фоне эмоционального вовлечения обучаемого в процесс обучения. Таким образом приобретаемое знание не столько рационально, сколько интуитивно (простоупашарно, податсашшо).

**Фасилитация** - (от англ. to facilitate - облегчать) - обеспечение условий, благоприятствующих развитию и росту; ненавязчивый способ ведения группы.

**РАЗДЕЛ 6. Информационное обеспечение дисциплины****6.1. Перечень рекомендуемой литературы, необходимой для освоения дисциплины**

№	Наименование издания	Тема 1	Тема 2	Тема 3
<b>Основная литература</b>				
1	Корягина, Н. А. Самопрезентация и убеждающая коммуникация [Электронный ресурс]: учебник и практикум для вузов / Н. А. Корягина. – М.: . Юрайт, 2019. – 225 с. – Режим доступа: <a href="https://biblio-online.ru/bcode/445661">https://biblio-online.ru/bcode/445661</a>	+	+	+
2	Основы социально-психологического тренинга [Электронный ресурс]: учебное пособие / авт.-сост. М. А. Василенко. – Ростов н/Д: Феникс, 2014. – Режим доступа: <a href="https://ibooks.ru/reading.php?productid=341399">https://ibooks.ru/reading.php?productid=341399</a>		+	+
3	Семенова, Л. М. Профессиональный имиджбилдинг на рынке труда [Электронный ресурс]: учебник и практикум для академического бакалавриата / Л. М. Семенова. – М.: .Юрайт, 2019. – 243 с. – Режим доступа: <a href="https://biblio-online.ru/bcode/445195">https://biblio-online.ru/bcode/445195</a>	+	-	-
<b>Дополнительная литература</b>				
1	Акимова А.Р. Психология тренинга: исследование субъективных и объективных компонентов эффективности [Электронный ресурс]: монография/А.Р. Акимова. – 3-е изд., стер. – М.: ФЛИНТА, 2019.-119 с. Режим доступа - <a href="https://ibooks.ru/reading.php?productid=344749">https://ibooks.ru/reading.php?productid=344749</a>	-	+	+
2	Маралов, В. Г. Психология саморазвития [Электронный ресурс]: учебник и практикум для бакалавриата и магистратуры / В. Г. Маралов, Н. А. Низовских, М. А. Щукина. – 2-е изд., испр. и доп. – М.: . Юрайт, 2019. – 320 с. – Режим доступа: <a href="https://biblio-online.ru/bcode/437869">https://biblio-online.ru/bcode/437869</a>	+	-	+
3	Семенова, Л. М. Имиджмейкинг [Электронный ресурс]: учебник и практикум для бакалавриата и магистратуры / Л. М. Семенова. – М.: . Юрайт, 2019. – 141 с. – Режим доступа: <a href="https://biblio-online.ru/bcode/444427">https://biblio-online.ru/bcode/444427</a>	+	-	+
4	Тренинги. Психокоррекционные программы. Деловые игры [Электронный ресурс]: сб. метод. материалов / под ред. Л.Г. Бузуновой, О.П. Степановой. – 2-е изд., стер. – М: ФЛИНТА, 2015.- 266 с. Режим доступа - <a href="https://ibooks.ru/reading.php?productid=352523">https://ibooks.ru/reading.php?productid=352523</a>	-	+	+
5	Чернышова, Л. И. Этика, культура и этикет делового общения [Электронный ресурс]: учебное пособие для академического бакалавриата / Л. И. Чернышова. – М.: Юрайт, 2019. – 161 с. – Режим доступа <a href="https://biblio-online.ru/bcode/433774">https://biblio-online.ru/bcode/433774</a>	-	+	-

**6.2. Перечень ресурсов информационно-коммуникационной сети «Интернет», используемых при освоении дисциплины**

1. Интересные упражнения для тренинга [Электронный ресурс] //Trenerskaya.ru. - Режим доступа: <http://trenerskaya.ru/article/view/interesnye-uprazhneniya-dlya-treninga>

**6.3. Перечень программного обеспечения, профессиональных баз данных и информационных справочных систем, необходимых для изучения дисциплины**

В рамках дисциплины используется следующее лицензионное программное обеспечение: MS OFFICE – Word, Excel, PowerPoint.

В учебном процессе используются следующие информационные базы данных и справочные системы:

EastView [Электронный ресурс]: informationservices. – Электрон. текстовые дан. – Режим доступа: <https://dlib.eastview.com/browse/udb/12> . – Загл. с экрана.

Ibooks.ru [Электронный ресурс]: электронно-библиотечная система. – Электрон. текстовые дан. – Режим доступа: <https://ibooks.ru> – Загл. с экрана.

Гарант [Электронный ресурс]: информационно-правовое обеспечение. – Электрон. текстовые дан. – Режим доступа: <http://cloud.garant.ru/#/startpage:0> . – Загл. с экрана.

Электронная библиотека СПбГИПСР [Электронный ресурс]. – Электрон. текстовые дан. – Режим доступа: [http://lib.gipsr.ru:8087/jirbis2/index.php?option=com\\_irbis&view=irbis&Itemid=456](http://lib.gipsr.ru:8087/jirbis2/index.php?option=com_irbis&view=irbis&Itemid=456) – Загл. с экрана.

Электронный каталог библиотеки СПбГИПСР [Электронный ресурс]. – Электрон. текстовые дан. – Режим доступа: [http://lib.gipsr.ru:8087/jirbis2/index.php?option=com\\_irbis&view=irbis&Itemid=435](http://lib.gipsr.ru:8087/jirbis2/index.php?option=com_irbis&view=irbis&Itemid=435) . - Загл. с экрана.

ЮРАЙТ [Электронный ресурс]: электронно-библиотечная система. – Электрон. текстовые дан. – Режим доступа: <https://biblio-online.ru/> – Загл. с экрана.

Заведующая библиотекой

\_\_\_\_\_ Г.Л. Горохова  
(подпись, расшифровка)