

ГБПОУ «Пермский нефтяной колледж»

## **МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ**

**для обучающихся по выполнению практических работ  
по дисциплине (МДК)**

### **ОГСЭ.05 Психология общения**

**специальности**

**05.02.01 Картография**

Рассмотрено на заседании  
Цикловой методической комиссии  
Протокол  
№ 01 от 29 августа 2023 г.

**Автор(ы):**

преподаватель ГБПОУ «ПНК»  
*Рубцова Юлия Валерьевна*

2023

## СОДЕРЖАНИЕ

1	Пояснительная записка	3
2	Содержание практических занятий	
	Практическая работа № 1 Самодиагностика по теме «Трансакционный анализ по Э.Берну». Диагностический инструментарий: тест «Трансакционный анализ общения (по Э.Берну)». Самоанализ результатов тестирования.	5
	Практическая работа № 2 Ролевые игры, направленные, на развитие навыков публичного выступления, на умение аргументировать и убеждать. Анализ ролевых игр.	7

## Пояснительная записка

Методические указания по выполнению практических занятий обучающимися по дисциплине *ОГСЭ.05 Психология общения* предназначены для обучающихся по специальности *05.02.01 Картография*.

Цель методических указаний: оказание помощи обучающимся в выполнении практических работ по дисциплине *05.02.01 Картография*.

Настоящие методические указания содержат работы, которые позволят обучающимся закрепить теоретические знания, сформировать необходимые умения и навыки деятельности по специальности *05.02.01 Картография*, направлены на формирование следующих компетенций:

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

*ОК 03. Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие.*

*ОК 04. Работать в коллективе и команде, эффективно взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами.*

*ОК 05. Осуществлять устную и письменную коммуникацию на государственном языке Российской Федерации с учетом особенностей социального и культурного контекста.*

*ОК 06. Проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе традиционных общечеловеческих ценностей, применять стандарты антикоррупционного поведения.*

*ОК 07. Содействовать сохранению окружающей среды, ресурсосбережению, эффективно действовать в чрезвычайных ситуациях.*

В результате выполнения практических занятий по дисциплине *ОГСЭ.05 Психология общения* обучающиеся должны:

*уметь:*

- осуществлять профессиональное общения с соблюдением норм и правил культуры делового этикета;
- пользоваться простыми приемами саморегуляции поведения в процессе межличностного отношения;
- передавать информацию устно и письменно с соблюдением требования культуры речи;
- создавать и соблюдать имидж делового человека;
- поддерживать деловую репутацию;
- выполнять нормы и правила поведения и общения в деловой профессиональной обстановке;
- регулировать и разрешать конфликтные ситуации;
- организовывать рабочее место;
- применять мастерство эффективного общения в профессиональной деятельности.

В результате освоения дисциплины обучающийся должен

*знать:*

- этику деловых отношений;
- этические принципы общения;
- формы обращения, изложения просьб, выражения признательности, способы аргументации;
- нормы и правила поведения общения в деловой профессиональной обстановке.

Описание каждого практического занятия содержит: раздел, тему, количество часов, цели работы, что должен знать и уметь обучающийся, теоретическую часть, порядок выполнения работы, контрольные вопросы, учебно-методическое и информационное обеспечение.

На выполнение практических занятий по дисциплине *ОГСЭ.05 Психология общения* отводится *4 часа*.

## Содержание практических занятий

### Практическая работа № 1

Самодиагностика по теме «Трансакционный анализ по Э. Берну».

#### Раздел 1 Психология общения

**Тема 1.4.** Общение как взаимодействие (интерактивная сторона общения)

**Количество часов:** 2 часа

**Цели:** с помощью тестирования определить свое основное ЭГО-состояние и на Самоанализе результатов тестирования составить план действий по коррекции результатов, мешающих эффективному общению.

#### Содержание работы

##### Последовательность выполнения:

1. Ознакомиться с содержанием и инструкцией выполнения работы.
2. Сформулировать для себя цель практической работы.
3. Выполнить задание.
4. Сформулировать и записать вывод о проделанной работе.

##### Теоретические сведения

#### *Тест Э. Берна Трансактный анализ*

##### *Инструкция к тесту:*

Попробуйте оценить, как сочетаются три "Я" – «Я-родитель», «Я-взрослый», «Я-ребенок» в вашем поведении. Для этого оцените приведенные высказывания в баллах от 0 до 10.

1. Мне порой не хватает выдержки.
2. Если мои желания мешают мне, то я умею их подавлять.
3. Родители как более взрослые люди должны устраивать семейную жизнь своих детей.
4. Я иногда преувеличиваю свою роль в каких-либо событиях.
5. Меня провести нелегко.
6. Мне бы понравилось быть воспитателем.
7. Бывает, мне хочется подурочиться, как маленькому.
8. Думаю, что правильно понимаю все происходящие события.
9. Каждый должен выполнять свой долг.
10. Нередко я поступаю не как надо, а как хочется.
11. Принимая решение, я стараюсь продумать его последствия.
12. Младшее поколение должно учиться у старших, как ему следует жить.
13. Я, как и многие люди, бываю обидчив.
14. Мне удастся видеть в людях больше, чем они говорят о себе.
15. Дети должны безусловно следовать указаниям родителей.
16. Я — увлекающийся человек.
17. Мой основной критерий оценки человека — объективность.
18. Мои взгляды непоколебимы.
19. Бывает, что я не уступаю в споре лишь потому, что не хочу уступать.
20. Правила оправданны лишь до тех пор, пока они полезны.

21. Люди должны соблюдать все правила независимо от обстоятельств.

### ***Ключ к Тесту Э. Берна Трансактный анализ***

В каждом ответе свой бал. Распределите их на 3 позиции и суммируйте. Какой из показателей больше, значит по такую позицию вы выбираете в жизни чаще всего.

I (состояние "ребенок"): 1, 4, 7, 10, 13, 16, 19.

II (состояние "взрослый"): 2, 5, 8, 11, 14, 17, 20.

III (состояние "родитель"): 3, 6, 9, 12, 15, 18, 21.

#### **Задания:**

1. Ответить на вопросы психологического теста в тетради и подготовьте на проверку.
2. Выполните расчет по ключу теста.
3. Проанализируйте результат теста и пропишите вывод в тетрадь

#### **Критерии оценки за выполнение практической работы:**

Оценка «5» - правильное выполнение всех пунктов задания практической работы.

Оценка «4» - правильное выполнение 2 пунктов задания практической работы.

Оценка «3» - правильное выполнение 1 задания практической работы.

Оценка «2» - не правильное выполнение заданий теста практической работы.

#### **Учебно-методическое и информационное обеспечение:**

1. Немов р. с. общая психология в 3-х томах. том 1. Введение в психологию. Учебник и практикум для СПО.
2. Эрик Берн "Игры, в которые играют люди".

## Практическая работа № 2

### «Публичное выступление»

#### Раздел 1 Психология общения

Тема 1.5. Формы делового общения и их характеристики.

Количество часов: 2 часа

Цели: Формирование и развитие навыков публичного выступления для умения аргументировать, убеждать и анализировать информацию.

#### Содержание работы

##### Последовательность выполнения:

1. Ознакомиться с задачами и правилами подготовки публичного выступления.
2. Выбрать по своему желанию тему публичного выступления и составить план.
3. Выступить со своей темой перед группой.
4. Ответить на вопросы, которые возникли у группы и сформулировать вывод о проделанной работе на основе своего анализа.

##### Теоретические сведения

###### Правила для подготовки к публичному выступлению.

##### Задачи:

1. Привлечь внимание к своему докладу
2. Удержать внимание на проблеме
3. Вызвать интерес («зацепить»)
4. Донести до слушателей необходимую информацию

##### Подготовка

###### 1. Написание текста выступления

- a) Вначале сделайте «каркас» или «скелет» будущего публичного выступления.
- b) Выделите главную идею вашей речи.
- c) Выделите подзаголовки, разделив вашу идею на несколько составных частей.
- d) Вдумчиво продумайте план и структуру будущей речи. Она должна включать введение, основную часть и выводы.
- e) Напишите полный текст. Особое внимание уделите началу и концу Вашего выступления

###### 2. Подготовка наглядно-иллюстративного материала

К нему могут относиться графики, схемы, фотографии.

Важно:

иллюстративный материал должен дополнять и пояснять Ваше выступление, а не «жить своей собственной жизнью»

###### 3. Репетиция

Необходимо несколько раз отрепетировать свое выступление, правильно расставив паузы и выбрать подходящую интонацию.

##### Этапы выступления:

###### Вступление

- a) Приветствие аудитории
- b) Представить себя, тему выступления, научного руководителя
- c) Рассказать про актуальность Вашей работы, указать методы исследования
- d) Ознакомить с целями и задачами вашей исследовательской работы

##### Основная часть

- a) Не более трех разделов
- b) Три ключевых тезиса Вашей исследовательской работы
- c) Факты, доказательства, таблицы, графики и т.д.

### **Заключение**

- a) Основные выводы исследовательской работы
- b) Благодарность слушателям за внимание («Благодарю за внимание, ваши вопросы»)

### **Как отвечать на вопросы**

1. Диалог с агрессивным слушателем не затягивайте, переходите к следующему вопросу
2. Избегайте фразы: «Хороший вопрос». Универсальный заменитель: «Спасибо за вопрос»
3. Отвечайте коротко. Не превращайте ответ на вопрос в еще одну презентацию.
4. По возможности используйте свои ответы для продвижения своей основной цели
5. Отвечая на вопросы, ведите себя как свободный человек: ведь у вас всегда есть несколько вариантов: вежливый отказ, отсрочка ответа, переформулирование ответа, прямой ответ, уточнение вопроса
6. Никогда не говорите, что Вы *чего-то не знаете*, скажите «*Это не являлось объектом моего изучения*»

### **Типичные ошибки при выступлении**

- Суевливость
- Монотонность
- Неправильно выбранный стиль одежды
- Несоответствие темы выступления наглядно - иллюстративному материалу
- Отсутствие логических пауз, переходов между частями выступления

### **Примерные темы для публичного выступления**

1. Интересы и проблемы современной молодежи
2. Польза и вред Интернета
3. Выбор подростка: спорт или вредные привычки

### **Задания:**

1. Изучить правила и составить план выступления на свободную тему.
2. Дома провести репетицию выступления.
3. На занятии выступить перед учебной группой.

### **Критерии оценки за выполнение практической работы:**

Оценка «5» - правильное выполнение практической работы и использование всех правил и задач при выступлении.

Оценка «4» - правильное выполнение практической работы, но не совсем выразительное выступление.

Оценка «3» - правильное выполнение практической работы, но при выступлении были сложности подачи темы.

Оценка «2» - правильное выполнение практической работы, но отказ от выступления перед группой.

### **Учебно-методическое и информационное обеспечение:**

1. Корнилова, Е.Е. Искусство публичных выступлений : Путь к успеху : монография / Е.Е. Корнилова. - М. : ИКЦ МарТ, 2011. - 144 с.
2. Лешутина, И. Риторика. Искусство публичного выступления : монография / И. Лешутина. - М. : Проспект, 2009. - 302 с.
3. Мурашов, А.А. Риторика. Теория и практика : учеб. пособие / А.А. Мурашов. - М. : Издательство Московского психолого-социологического института; Воронеж : Издательство НПО «МОДЭК», 2010. - 528 с.
4. Мушгук, О.З. Основы общей риторики : учебно-методич. комплекс / О.З. Мушгук. - М. : Изд. центр ЕАОИ, 2008. - 256 с.



## Список источников и литературы

1. Прохорский, Г. В., Информатика и информационные технологии в профессиональной деятельности : учебное пособие / Г. В. Прохорский. — Москва : КноРус, 2023. — 271 с. — ISBN 978-5-406-11333-2. — URL: <https://book.ru/book/948626>. — Текст : электронный.
2. Синаторов, С. В., Информационные технологии. Задачник : учебное пособие / С. В. Синаторов. — Москва : КноРус, 2023. — 253 с. — ISBN 978-5-406-11569-5. — URL: <https://book.ru/book/949270>. — Текст : электронный.