



53  
Государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования  
Московской области

**ТЕХНОЛОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ**  
имени дважды Героя Советского Союза, летчика-космонавта А.А. Леонова

УТВЕРЖДАЮ  
Проректор по  
учебно-методической работе  
Н.В. Бабина  
«*Бабина*» 2022 г.



**ИНСТИТУТ ПРОЕКТНОГО МЕНЕДЖМЕНТА  
И ИНЖЕНЕРНОГО БИЗНЕСА**

**КАФЕДРА ГУМАНИТАРНЫХ И СОЦИАЛЬНЫХ ДИСЦИПЛИН**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА  
ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)  
«КУЛЬТУРА ТРУДА И ЭТИКА ДЕЛОВЫХ ОТНОШЕНИЙ»**

**Направление подготовки: 42.03.01 «Реклама и связи с общественностью»**

**Направленность (профиль):** Современные коммуникационные технологии и рекламная деятельность

**Уровень высшего образования:** бакалавриат

**Форма обучения:** очная, заочная

Королев  
2022

Рабочая программа является составной частью основной профессиональной образовательной программы и проходит рецензирование со стороны работодателей в составе основной профессиональной образовательной программы. Рабочая программа актуализируется и корректируется ежегодно.

**Автор: Чернышова А.Г. Рабочая программа дисциплины (модуля): Культура труда и этика деловых отношений – Королев МО: «Технологический университет», 2022.**

Рецензент: *Аренд О.Ю.*

Рабочая программа составлена в соответствии с требованиями федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по направлению подготовки бакалавров 42.03.01 «Реклама и связи с общественностью» и Учебного плана, утвержденного Ученым советом Университета. Протокол №9 от 12.04.2022 года.

**Рабочая программа рассмотрена и одобрена на заседании кафедры:**

Заведующий кафедрой (ФИО, ученая степень, звание, подпись)	Кирилина Т.Ю., д.с.н., профессор 			
Год утверждения (переподтверждения)	2022	2023	2024	2025
Номер и дата протокола заседания кафедры	№ 8 от 21.03.2022			

**Рабочая программа согласована:**

Руководитель ОПОП ВО  **Т.Ю. Кирилина, д.соц.н, профессор**

**Рабочая программа рекомендована на заседании УМС:**

Год утверждения (переподтверждения)	2022	2023	2024	2025
Номер и дата протокола заседания УМС	№ 4 от 12.04.2022			

# 1 Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине «Культура труда и этика деловых отношений», соотнесенных с планируемыми результатами освоения ОПОП

*Целью* изучения дисциплины является формирование необходимых коммуникативных компетенций, комплиментарных качеств социально-психологической и профессиональной направленности у студентов для обеспечения их востребованности и конкурентоспособности на рынке труда, формирования и развития у них индивидуально-личностных умений и навыков умственного труда, навыков освоения новых знаний, успешная адаптация студентов в вузе посредством вовлечения их в процесс саморазвития и самосовершенствования.

В процессе обучения студент приобретает и совершенствует нижеследующие *общекультурные компетенции*:

УК-3- Способность осуществлять социальное взаимодействие и реализовывать свою роль в команде;

УК-6 – Способность управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни;

ПК-2 - Способность строить свою профессиональную деятельность на основе принципов открытости, доверия и корпоративной социальной ответственности.

Основными *задачами* дисциплины являются:

1. включение этических стандартов в сознание (и подсознание) будущего специалиста, чтобы они стали частью мировоззренческого комплекса и, даже можно сказать, непреложными аксиомами, не подлежащими оспариванию;

2. формирование и развитие коммуникативной культуры и навыков в деловом общении, осуществление взаимодействия внутри группы и реализация своей роли;

3. знакомство первокурсников с особенностями вузовской среды, структуры учебного процесса, с организационно-методическим обеспечением реализации программ профессионального обучения, СПО и ДПП;

4. формирование и развитие у студентов способности актуализировать мотивацию своей деятельности, управлять своим временем, на основе принципов образования реализовывать способность к саморазвитию в течение всей жизни;

5. развитие навыков умственного труда, умение планировать свою деятельность;

6. развитие интеллектуальных творческих способностей обучающихся;

7. развитие способности работать в команде, толерантно воспринимать социальные, этнические, конфессиональные и культурные различия.

Показатель освоения компетенции отражают следующие индикаторы:

### **Трудовые действия:**

- соблюдает нормы и установленные правила командной работы; нести личную ответственность за результат;
- использует инструменты и методы управления временем при выполнении конкретных задач, проектов, при достижении поставленных целей;
- строит профессиональную карьеру и определяет стратегию своего профессионального развития;
- участвует в продвижении социально-значимых ценностей средствами связей с общественностью и рекламы
- осуществлять обмен информацией, знаниями и опытом с членами команды; оценивать идеи других членов команды для достижения поставленной цели;

### **Необходимые умения:**

- При реализации своей роли в социальном взаимодействии и командной работе учитывает особенности поведения и интересы других участников; Соблюдает нормы и установленные правила командной работы; несет личную ответственность за результат.
- определять приоритеты собственной деятельности, личностного развития и профессионального роста;
- оценивает требования рынка труда и предложения образовательных услуг для выстраивания траектории собственного профессионального роста;
- при подготовке текстов рекламы и связей с общественностью, разработке и реализации коммуникационного продукта опираться на принципы открытости и корпоративной социальной ответственности
- определяет свою роли в социальном взаимодействии и командной работе, исходя из стратегии сотрудничества для достижения поставленной цели

### **Необходимые знания:**

- принципы открытости и корпоративной социальной ответственности.
- Анализирует возможные последствия личных действий в социальном взаимодействии и командной работе, и строит продуктивное взаимодействие с учетом этого;

## **2 Место дисциплины в структуре ОПОП ВО**

Дисциплина «**Культура труда и этика деловых отношений**» относится к дисциплинам по выбору части, формируемой участниками образовательных

отношений, основной профессиональной образовательной программы подготовки бакалавров по направлению подготовки 42.03.01 «Реклама и связи с общественностью». Дисциплина базируется на ранее изученных дисциплинах: «Русский язык и культура речи», «Введение в коммуникационные специальности» и компетенциях: УК-4, ОПК-1, ОПК-4, ОПК-5. Дисциплина реализуется кафедрой гуманитарных и социальных дисциплин.

Знания и компетенции, полученные при освоении дисциплины, являются комплементарными (дополняющими) для всех дисциплин Учебного плана.

Основные положения дисциплины должны быть использованы в дальнейшем при освоении дисциплин: «Речевая коммуникация в связях с общественностью и рекламе», «Этическое регулирование связей с общественностью и рекламы» и выполнения выпускной квалификационной работы бакалавра.

### 3 Объём дисциплины и виды учебной работы

Общая трудоёмкость дисциплины составляет: 3 зачётные единицы, 108 часов для направлений подготовки 42.03.01 «Реклама и связи с общественностью».

Таблица 1

Виды занятий	Всего часов	Семестр 2	Семестр ...	Семестр ...	Семестр ...
<b>Общая трудоёмкость</b>	<b>108</b>	<b>108</b>			
<b>ОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ</b>					
<b>Аудиторные занятия</b>	<b>48</b>	<b>48</b>			
Лекции (Л)	16	16			
Практические занятия (ПЗ)	32	32			
Лабораторные работы (ЛР)	-	-			
<b>Самостоятельная работа</b>	<b>60</b>	<b>60</b>			
Курсовые работы (проекты)	-	-			
Расчетно-графические работы	-	-			
Контрольная работа, домашнее задание	+	+			
Текущий контроль знаний (7 - 8, 15 - 16 недели)	Тест	Тест			
Вид итогового контроля	Зачёт	Зачёт			
Виды занятий	Всего часов	Семестр 2	Семестр ...	Семестр ...	Семестр ...
<b>Общая трудоёмкость</b>	<b>108</b>	<b>108</b>			
<b>ЗАОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ</b>					
Виды занятий	Всего часов	Семестр 1	Семестр ...	Семестр ...	Семестр ...
<b>Общая трудоёмкость</b>	<b>108</b>	<b>108</b>			

<b>Аудиторные занятия</b>	<b>12</b>	<b>12</b>			
Лекции (Л)	4	4			
Практические занятия (ПЗ)	8	8			
Лабораторные работы (ЛР)	-	-			
<b>Самостоятельная работа</b>	<b>96</b>	<b>96</b>			
<b>Курсовые работы (проекты)</b>	-	-			
<b>Расчетно-графические работы</b>	-	-			
<b>Контрольная работа, домашнее задание</b>	+	+			
<b>Текущий контроль знаний (7 - 8, 15 - 16 недели)</b>	Тест	Тест			
<b>Вид итогового контроля</b>	Зачет	Зачет			

## 4 Содержание дисциплины

### 4.1 Темы дисциплин и виды занятий

Таблица 2

Наименование темы	Лекции, час.	Практические занятия, час.	Занятия в интерактивной форме, час.	Коды компетенций
Тема 1. Введение. Роль обучения в развитии личности. История и принципы этики деловых отношений	2/1	2/1	2/1	УК-3
Тема 2. Психология межличностного общения.	2/1	8/2	2/1	УК-3, УК-6
Тема 3. Деловой этикет	2/-	4/1	2/-	УК-6
Тема 4. Влияние индивидуальных особенностей памяти, внимания, самоорганизации личности на результативность умственного труда	4/1	6/2	2/1	УК-6, ПК-2
Тема 5. Интеллект и его развитие. Сохранение высокой умственной работоспособности. Развитие основных учебных умений	4/-	8/1	2/-	ПК-2
Тема 6. Имидж. Понятия и правила формирования	2/1	4/1	2/1	УК-6
<b>Итого:</b>	<b>16/4</b>	<b>32/8</b>	<b>12/4</b>	

### 4.2 Содержание тем дисциплины

**Тема 1: Введение. Роль обучения в развитии личности. История и принципы этики деловых отношений**

Основное содержание дисциплины. Цели и задачи изучения предмета. Взаимосвязь дисциплины «Культура труда и этика деловых отношений» с другими дисциплинами. Понятие, основные категории этики деловых отношений, культура умственного труда, возможности и необходимость её развития. Особенности обучения в вузе. Саморазвитие и саморегуляция как основа успешной адаптации в вузовской среде. Требования к оформлению письменных студенческих работ в вузе. Обучение как процесс и результат целенаправленной деятельности. Актуализация мотивации учебной деятельности. Техника постановки цели. Необходимость, интерес и открытое восприятие как факторы успешной адаптации в группе. Роль препятствий и ошибок в обучении. Учебная деятельность и ее структура. Принципы этики деловых отношений.

## **Тема 2. Психология межличностного общения. Психология межличностного общения.**

Стили слушания. Умение слушать. Создание благоприятного психологического климата и хорошего впечатления о себе. Совершенствование речевых высказываний. Приёмы, стимулирующие общение. Поведение с собеседниками различных психологических типов.

Толерантность. Границы толерантности в деловом общении.

Этические требования к критике. Этические рекомендации для критикуемого и для критикуемого.

Психологические манипуляции и уловки в общении, их нейтрализация.

Разрядка отрицательных эмоций и техника самоуспокоения.

Регулирование деятельности и взаимоотношений подчиненных. Тактики поведения с неудобными партнёрами, защиты от некорректных собеседников, работы с «трудным» руководителем и «трудными» подчиненными.

Конфликты и их созидательные возможности.

Этика деловых отношений мужчины и женщины. Проявление психологических особенностей пола в повседневной служебной деятельности.

## **Тема 3. Деловой этикет**

Правила служебного поведения. Правила приветствия в деловой сфере. Прием посетителей и общение с ними. Прием сотрудников по личным вопросам.

Публичное выступление. Практические рекомендации и нормы делового этикета в отношении телефонного разговора.

Культура письменной речи и административно-речевой этикет. Формы и виды письменного делового общения, их языковое своеобразие. Требования делового этикета к резюме, рекомендательному письму, письму-отказу, письму-уведомлению и т.д.

Цели и задачи презентации, ее виды. Содержание презентации, методы ее проведения. Требования делового этикета для фирмы, организующей презентацию, и для приглашенных. Рекомендации выступающему на презентации.

Национальные стили деловых отношений в России, Японии, Китае, Индии, Австралии, Франции, Германии, США, Канаде, Латинской Америке, Англии, странах ближнего зарубежья, странах Африканского континента и др.



Подготовка к заграничной командировке. Общие рекомендации поведения за рубежом. Зарубежные партнеры о нас.

Оборудование и оформление офиса. Различные способы организации рабочих мест в служебном помещении. Невербальные средства повышения статуса руководителя. Формирование имиджа фирмы.

#### **Тема 4: Влияние индивидуальных особенностей памяти, внимания, самоорганизации личности на результативность умственного труда**

Значение эффективного получения, усвоения, переработки информации, владения вербальными и невербальными способами её передачи для формирования информационной компетентности личности. Факторы, влияющие на качество памяти и внимания. Индивидуальные особенности восприятия информации, их учет при работе с учебным материалом. Способность к концентрации внимания и развитое ассоциативное мышление как основа хорошей работы памяти. Приёмы улучшения и развития памяти. Мнемотехники «Связанные ассоциации», «Связанные цифровые ассоциации», «Квартира». Приёмы запоминания.

#### **Тема 5. Интеллект и его развитие. Сохранение высокой умственной работоспособности. Развитие основных учебных умений**

Определение интеллекта, его составляющие. Типы интеллекта.

Возможности и ресурсы мозга человека. Функции полушарий головного мозга, их взаимодействие. Внимание и наблюдательность – лучшая часть интеллекта. Мотивация – двигатель мышления. Зависимость результата от силы мотивации. Настойчивость в достижении цели, умение изменить отношение к какой-либо деятельности, выраженное словами «не хочу», «должен», «нужно» через поиск новой, актуальной мотивации на «могу и хочу!» – один из важных аспектов зрелости личности. Стереотипы и ограничения мышления. Повышение уровня интеллектуальных способностей.

Динамичное чтение. Факторы, затрудняющие ускорение чтения. Приёмы и методы увеличения скорости чтения. Оптимизация работы с учебником. Основные этапы работы с источниками: пролистывание; ограничение времени и объёма; перерывы; чтение текста; составление конспекта. Принципы конспектирования. Запись лекций. Организация (упорядочивание) записи. Публичные выступления. Подготовка и представление электронной презентации. Поиск необходимой информации в Интернете. Подготовка к зачётам и экзаменам. Организация работы в команде, группе.

#### **Тема 6. Имидж. Понятия и правила формирования**

Внешность и самосознание человека. Объективная самооценка внешности. Комплексы физической непривлекательности и приемы корректировки внешности. Гармонизация самовосприятия. Определение цветотипа внешности. Искусство самопрезентации.



Принципы построения делового имиджа. Общая характеристика стиля делового мужчины: консерватизм, умеренность, аккуратность и пр. Требования к деловой одежде (ткань, цвет, фасон) и обуви, а также к прическе, аксессуарам и т.д. Ошибки и промахи во внешнем виде делового мужчины, которых следует избегать. Особенности женской деловой одежды. Требования к цвету, фасону, фактуре материала женской деловой одежды и обуви. Роль прически, украшений, макияжа и пр. во внешнем облике деловой женщины.

## **5 Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы по дисциплине**

Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (электронная версия).

## **6 Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине**

Структура фонда оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине приведена в Приложении 1 к настоящей рабочей программе.

## **7 Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины**

### **Основная:**

1. Основы личностной и коммуникативной культуры: культура и личность: [16+] / С.В. Кущенко, Я.С. Иващенко, Е.Л. Плавская и др.; Новосибирский государственный технический университет. – Новосибирск: Новосибирский государственный технический университет, 2018. – 62 с. : ил., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=575261>
2. Кибанов, А. Я. Этика деловых отношений: Учебник / А.Я.Кибанов, Д.К.Захаров, В.Г.Коновалова; Под ред. А.Я.Кибанова. - 2-е изд., перераб. - Москва: НИЦ ИНФРА-М, 2020 - 383 с.: + (Доп. мат. znanium.com). - (ВО:Бакалавр.). - ISBN 978-5-16-006723-0. - Текст: электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/1047095>
3. Балашов, А. П. Организационная культура: учебное пособие / А. П. Балашов. — Москва : Вузовский учебник: ИНФРА-М, 2021. — 278 с. - ISBN 978-5-9558-0475-0. - Текст: электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/1150325>
4. Этика деловых отношений: учебник / В.К. Борисов, Е.М. Панина, М.И. Панов, Ю.Ю. Петрунин, Л.Е. Тумина. — Москва: ИД «ФОРУМ»: ИНФРА-М, 2019. — 176 с. — (Среднее профессиональное образование). - Текст: электронный. - URL: <http://znanium.com/catalog/product/987726>

### ***Дополнительная:***

1. Савельева, Е. А. Инжиниринг труда: проектирование трудовых процессов и систем: учебное пособие / Е. А. Савельева. — Москва: Вузовский учебник: ИНФРА-М, 2019. — 236 с. — (Высшее образование: Бакалавриат). - ISBN 978-5-9558-0536-8. - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/1015853>
2. Даниляк, В. И. Человеческий фактор в управлении качеством: инновационный подход к управлению эргономичностью : учебное пособие / В. И. Даниляк. - Москва : Логос, 2020. - 336 с. - (Новая университетская библиотека). - ISBN 978-5-98704-585-5. - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/1214483>
3. Фетискин, Н. П. Психология воспитания стрессовладающего поведения : учебное пособие / Н.П. Фетискин. — Москва : ФОРУМ : ИНФРА-М, 2021. — 240 с. — (Высшее образование: Бакалавриат). - ISBN 978-5-00091-483-0. - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/1224789>
4. Сухова, Е. В. Психофизиология профессиональной деятельности: умственный труд : учебное пособие / Е. В. Сухова. — Москва : ИНФРА-М, 2021. — 155 с. — (Высшее образование: Бакалавриат). - ISBN 978-5-16-012389-9. - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/1144438>
5. Вашаломидзе, Е. В. Теоретико-методологические аспекты управления интеллектуальным трудом работников организаций / Е. В. Вашаломидзе, С. А. Шапиро. – Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2020. – 157 с. : табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=600205>
6. Основы личностной и коммуникативной культуры: культура и личность : [16+] / С.В. Кущенко, Я.С. Иващенко, Е.Л. Плавская и др. ; Новосибирский государственный технический университет. – Новосибирск : Новосибирский государственный технический университет, 2018. – 62 с. : ил., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=575261>

### **8. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины (модуля)**

#### **Интернет-ресурсы:**

1. <http://www.biblioclub.ru>
2. <http://znanium.com>
3. <http://www.ixbt.com>

## **9. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины**

Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины приведены в Приложении 2 к настоящей рабочей программе.

## **10. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине**

### **Перечень программного обеспечения:**

Программное обеспечение MSOffice, PowerPoint.

### **Информационные справочные системы:**

1. Электронные ресурсы образовательной среды «МГОТУ».
2. Информационно-справочные системы (Консультант +, Гарант)

## **11 Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине**

### ***Лекционные и практические занятия:***

- аудитория, оснащенная презентационной техникой (проектор, экран);
- комплект электронных презентаций.

### ***Прочее:***

- рабочее место преподавателя, оснащенное компьютером с доступом в Интернет.
- рабочие места для студентов.

**ИНСТИТУТ ПРОЕКТНОГО  
МЕНЕДЖМЕНТА И ИНЖЕНЕРНОГО БИЗНЕСА**

**КАФЕДРА ГУМАНИТАРНЫХ И СОЦИАЛЬНЫХ ДИСЦИПЛИН**

**ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ  
ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО  
ДИСЦИПЛИНЕ**

**«КУЛЬТУРА ТРУДА И ЭТИКА ДЕЛОВЫХ ОТНОШЕНИЙ»**

**(Приложение 1 к рабочей программе)**

**Направление подготовки: 42.03.01 Реклама и связи с общественностью**

**Профиль: Современные коммуникационные технологии и рекламная деятельность**

**Уровень высшего образования: бакалавриат**

**Форма обучения: очная, заочная**

Королев  
2022

# 1. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы

Таблица 1

№ п/п	Индекс компетенции	Содержание компетенции (или ее части)*	Раздел дисциплины, обеспечивающий формирование компетенции	В результате изучения раздела дисциплины, обеспечивающего формирование компетенции (или ее части), обучающийся должен:		
				Необходимые знания	Необходимые умения	Трудовые действия
	УК-3	Способность осуществлять социальное взаимодействие и реализовывать свою роль в команде	1,2	Анализирует возможные последствия личных действий в социальном взаимодействии и командной работе, и строит продуктивное взаимодействие с учетом этого;	<p>Определяет свою роль в социальном взаимодействии и командной работе, исходя из стратегии сотрудничества для достижения поставленной цели</p> <p>При реализации своей роли в социальном взаимодействии и командной работе учитывает особенности поведения и интересы других участников;</p> <p>Соблюдает нормы и установленные правила командной работы; несет личную ответственность за результат.</p>	Осуществляет обмен информацией, знаниями и опытом с членами команды; оценивает идеи других членов команды для достижения поставленной цели;
	УК-6	Способен управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития	3,4		<p>Определять приоритеты собственной деятельности, личностного развития и профессионального роста;</p> <p>оценивает требования рынка</p>	использует инструменты и методы управления временем при выполнении конкретных задач, проектов, при достижении поставленных целей;

		я на основе принципов образования в течение всей жизни			труда и предложения образовательных услуг для выстраивания траектории собственного профессионального роста;	строит профессиональную карьеру и определяет стратегию своего профессионального развития;
2	ПК-2	Способность строить свою профессиональную деятельность на основе принципов открытости, доверия и корпоративной социальной ответственности	Темы 4, 5	принципы открытости и корпоративной социальной ответственности.	при подготовке текстов рекламы и связей с общественностью, разработке и реализации коммуникационного продукта опираться на принципы открытости и корпоративной социальной ответственности;	участвует в продвижении социально-значимых ценностей средствами связей с общественностью и рекламы

## 2. Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания

Таблица 2

Код компетенции	Инструменты, оценивающие сформированность компетенции	Показатель оценивания компетенции	Критерии оценки
УК-3, УК-6, ПК-2	Доклад в форме презентации	<p>А) полностью сформирована (компетенция освоена на высоком уровне) – 5 баллов</p> <p>Б) частично сформирована:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>•компетенция освоена на продвинутом уровне – 4 балла;</li> <li>•компетенция освоена на базовом уровне – 3 балла;</li> </ul> <p>В) не сформирована (компетенция не освоена) – 2 и менее баллов</p>	<p>Проводится устно с использованием мультимедийных систем, а также с использованием технических средств</p> <p>Время, отведенное на процедуру – 10 - 15 мин.</p> <p>Неявка – 0.</p> <p>Критерии оценки:</p> <p>1.Соответствие представленной презентации заявленной тематике (1 балл).</p>

			<p>2.Качество источников и их количество при подготовке доклада и разработке презентации (1 балл).</p> <p>3.Владение информацией и способность отвечать на вопросы аудитории (1 балл).</p> <p>4.Качество самой представленной презентации (1 балл).</p> <p>5.Оригинальность подхода и всестороннее раскрытие выбранной тематики (1 балл).</p> <p>Максимальная сумма баллов - 5 баллов.</p> <p>Результаты оценочной процедуры представляются обучающимся в срок не позднее 1 недели после проведения процедуры – для текущего контроля. Оценка проставляется в электронный журнал.</p>
УК-3, УК-6, ПК-2	Тестирование	<p>А) полностью сформирована (компетенция освоена на <u>высоком</u> уровне) – 90% правильных ответов</p> <p>Б) частично сформирована:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• компетенция освоена на <u>продвинутом</u> уровне – 70% правильных ответов;</li> <li>• компетенция освоена на <u>базовом</u> уровне – от 51% правильных ответов;</li> </ul> <p>В) не сформирована (<u>компетенция не сформирована</u>) – менее 50% правильных ответов</p>	<p>Проводится письменно/в эл виде. Время, отведенное на процедуру - 30 минут.</p> <p>Неявка – 0 баллов.</p> <p>Критерии оценки определяются процентным соотношением.</p> <p>Неудовлетворительно – менее 50% правильных ответов.</p> <p>Удовлетворительно - от 51% правильных ответов.</p> <p>Хорошо - от 70%.</p> <p>Отлично – от 90%.</p> <p>Максимальная оценка – 5 баллов</p>
УК-3,	Выполнение	А) полностью сформирована	Проводится в письменной



УК-6, ПК-2	контрольной работы	<p>(компетенция освоена на высоком уровне) – 5 баллов</p> <p>Б) частично сформирована:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>•компетенция освоена на продвинутом уровне – 4 балла;</li> <li>•компетенция освоена на базовом уровне – 3 балла;</li> </ul> <p>В) не сформирована (компетенция не освоена) – 2 и менее баллов</p>	<p>форме</p> <p>Критерии оценки:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.Соответствие содержания реферата заявленной тематике (1 балл).</li> <li>2.Качество источников и их количество при подготовке работы (1 балл).</li> <li>3.Владение информацией и способность отвечать на вопросы аудитории (1 балл).</li> <li>4.Качество самой представленной работы (1 балл).</li> <li>5.Оригинальность подхода и всестороннее раскрытие выбранной тематики (1 балл).</li> </ol> <p>Максимальная сумма баллов - 5 баллов.</p> <p>Результаты оценочной процедуры представляются обучающимся в срок не позднее 1 недели после проведения процедуры – для текущего контроля. Оценка проставляется в электронный журнал.</p>
УК-3, УК-6, ПК-2	Письменное задание	<p>А) полностью сформирована (компетенция освоена на <u>высоком</u> уровне) – 5 баллов</p> <p>Б) частично сформирована:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• компетенция освоена на <u>продвинутом</u> уровне – 4 балла;</li> <li>• компетенция освоена на <u>базовом</u> уровне – 3 балла;</li> </ul> <p>В) не сформирована (<u>компетенция не сформирована</u>) – 2 и менее баллов</p>	<p>1. Проводится в форме письменной работы</p> <p>2.Время, отведенное на процедуру – 10 - 15 мин.</p> <p>Неявка – 0.</p> <p>Критерии оценки:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.Соответствие ответа заявленной тематике (0-5 баллов).</li> </ol> <p>Максимальная сумма баллов - 5 баллов.</p>
УК-3, УК-6, ПК-2	Эссе	<p>А) полностью сформирована (компетенция освоена на <u>высоком</u> уровне) – 5 баллов</p> <p>Б) частично сформирована:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• компетенция освоена</li> </ul>	<p>Проводится в письменной форме.</p> <p>Критерии оценки:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Соответствие содержания эссе заявленной тематике (1</li> </ol>

		<p>на <u>продвинутом</u> уровне – 4 балла;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• компетенция освоена на <u>базовом</u> уровне – 3 балла;</li> </ul> <p>В) не сформирована (<u>компетенция не сформирована</u>) – 2 и менее баллов</p>	<p>балл).</p> <p>2. Качество источников и их количество при подготовке работы (1 балл).</p> <p>3. Владение информацией и способность отвечать на вопросы аудитории (1 балл).</p> <p>4. Качество самой представленной работы (1 балл).</p> <p>5. Оригинальность подхода и всестороннее раскрытие выбранной тематики (1 балл).</p> <p>Максимальная сумма баллов - 5 баллов.</p>
--	--	--	---

### **3. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы**

#### **3.1 Темы выступлений с использованием инфографики**

1. Влияние субкультур на формирование мировоззрения и нравственности молодёжи.
2. История этики, морали и нравственности предпринимательства.
3. Этикетные правила и условности в деловом общении.
4. Духовно-нравственные искания современной молодёжи.
5. Этика деловых отношений мужчины и женщины.
6. Свобода как ответственность.
7. Организация и проведение торжественного обеда, ужина и пр.
8. Сервировка стола. Правила подачи блюд.
9. Пафос патриотизма и современная молодёжь.
10. Ценностные ориентации и морально-этические принципы современной молодёжи.
11. Развитие и становление личности в процессе её профессионализации.
12. Проблемы трудоустройства и безработицы в молодёжной среде.
13. Внешность и самосознание человека.
14. Ошибки и промахи во внешнем виде делового мужчины, которых следует избегать.

15. Ошибки и промахи во внешнем виде деловой женщины, которых следует избегать.
16. Создание благоприятного впечатления о себе, самопрезентация в деловом общении.
17. Внешность и самосознание человека.
18. Ошибки и промахи во внешнем виде делового мужчины, которых следует избегать.
19. Ошибки и промахи во внешнем виде деловой женщины, которых следует избегать.
20. Создание благоприятного впечатления о себе, самопрезентация в деловом общении.
21. Современный вуз: проблемы и перспективы.
22. Формирование имиджа учебного заведения.
23. «Глянцевые идеалы» и мировоззрение современной молодёжи.
24. Социальные сети и молодёжь.
25. Здоровый образ жизни в тренде у современной молодёжи.
26. Ювенальная юстиция как угроза институту семьи.
27. Время как четвёртое измерение нашей жизни.
28. Проблемы информационного «цунами» в современном мире.
29. Здоровый образ жизни как составляющая успешности профессиональной карьеры.
30. Экологические угрозы: мифы и реальность.
31. Влияние СМИ на формирование личности.
32. «За» и «Против» глобализации в современном мире.
33. Однополые браки: кризис семьи или путь к равноправию?
34. Межнациональные конфликты: причины и последствия.
35. Создание благоприятного психологического климата в коллективе.
36. Поведение работников различных психологических типов. Особенности делового общения с ними.
37. Проведение интервью с претендентом на работу.
38. Как подготовиться к собеседованию при приеме на работу.
39. Деловой разговор: речевая специфика и логическая культура.
40. Формы и виды письменного делового общения, их языковое своеобразие.
41. Проблема наркомании в современном мире.
42. Информационные войны: история и современность.
43. Национальное достоинство и гражданственность.
44. Альтернатива глобализации для России.
45. Молодежь России: уехать или остаться?
46. Русский язык и молодёжный сленг: сосуществование или противостояние?
47. Идея служения как альтернатива эгоизму и прагматизму.
48. Алкоголизация России: мифы и реальность.
49. Сиротство в России: история и современность.
50. Толерантность западного образца и исторический опыт межнациональных отношений в поликонфессиональном российском обществе.
51. Благотворительность и меценатство: история и современность.

52. Психологические манипуляции в общении, их нейтрализация.
53. Здоровый образ жизни в тренде.
54. Разрядка отрицательных эмоций и техника самоуспокоения.
55. Работа с «трудным» руководителем и «трудными» подчиненными.
56. Конфликт и его созидательные возможности.
57. Этика и психология решения спорных вопросов.
58. Прием посетителей и общение с ними.
59. Культура общения по телефону.
60. Культура электронной переписки.
61. Этика общения по Интернету.
62. Здоровый образ жизни в тренде.
63. Разрядка отрицательных эмоций и техника самоуспокоения.
64. Работа с «трудным» руководителем и «трудными» подчиненными.
65. Конфликт и его созидательные возможности.
66. Этика и психология решения спорных вопросов.
67. Прием посетителей и общение с ними.
68. Культура общения по телефону.
69. Культура электронной переписки.
70. Этика общения по Интернету.

### 3.2 Контрольная работа «Мнемотехники»

#### **Цели:**

- Развитие ассоциативного мышления.
- Закрепление полученных теоретических знаний и практических навыков по использованию мнемотехник.
- Развитие навыка оформления письменных работ в вузе.

#### **Правила создания ассоциаций:**

- ❖ **Метод ассоциаций** – основной для развития памяти и является частью большинства мнемотехник.
- ❖ **Ассоциация** – это связь между двумя или более понятиями (предметами, идеями, словами), при которой воспроизведение одного из них влечет появление другого. Например, если вы видите коньки, то вспоминаете о зиме. Если вас спросят, с чем у вас ассоциируется лето, то вы скажете, что с пляжем, отдыхом и т.п.
- ❖ **Чтобы ассоциации эффективнее помогали запоминанию**, нужно, чтобы они были необычными, абсурдными т.к. лучше всего запоминается яркое, удивительное, эмоционально окрашенное. Пусть они двигаются, звучат, пахнут, превращаются друг в друга, будут преувеличенными. Образы должны производить совместные действия, они должны взаимодействовать. Сделайте так, чтобы ассоциации задевали вас лично (создавали радость, боль, пачкали). Вас это не должно смущать, так лучше происходит запоминание. Для овладения этим методом, нужно научиться связывать между собой любые слова самыми невероятными способами.

- ❖ *Например*, нужно связать слова «фотопленка» и «стиральный порошок». Неэффективная связь: *купил фотопленку и стиральный порошок*. Эффективная связь: *мне не понравилось то, что было на фотопленке, и я долго смывал это резко пахнущим стиральным порошком, пока не расчихался*.

### **Мнемотехники:**

#### ➤ **«Связанные ассоциации»**

Эта мнемотехника заключается в последовательном связывании между собой списка слов. В итоге у вас должен появиться сюжет из всех слов, входящих в список.

Например, нужно запомнить несколько произвольно взятых слов: **огурец, лодочка, комар, конверт, гусеница, книга, рис, фонтан, фары, медведь**.

Чтобы запомнить эти слова по порядку, избежав однообразного повторения, надо составить из них рассказ, связывая их последовательно друг с другом, используя метод ассоциаций (порядок слов не меняем).

«Я представляю, как разрезаю **огурец** вдоль, и получается маленькая зелёная **лодочка**. Она плывет и на всей скорости сталкивается с противно пищащим **комаром**. Тот от страха залезает в жёлтый размокший **конверт**. Конверт подлетает и, сворачиваясь, превращается в огромную, полосатую и волосатую **гусеницу**. Гусеница ползет, натывается на старую потрепанную **книгу** и с удивлением обнаруживает сверху горку варёного горячего **риса**, который начинает разбухать и с шумом разлетаться, превращаясь в рисовый **фонтан**. Брызги этого фонтана попали на яркие галогеновые **фары**, которые от этого с треском раскололись, чему несказанно обрадовался **медведь**, т.к. он очень хотел спать.»

#### ➤ **«Связанные цифровые ассоциации»**

Главное в этой технике – это представить, на что похожи числа от 1 до 10. К примеру, единица похожа на гвоздь, 2 – на лебедя, 3 – на закрученные усы, 4 – на стул и т.д. Нельзя, чтобы цифровыми ассоциациями были знаки, буквы, другие цифры или символы (2 – вопросительный знак, 5 – перевернутая двойка, 8 – знак бесконечности и т.п.). Если в предыдущей мнемотехнике слова запоминались по ходу развертывания сюжета рассказа, то здесь связующим звеном является известный нам с детства порядок цифр. При этом «картинки» также должны быть яркими, легко запоминающимися, а предложения между собой по смыслу связывать не нужно. Достоинством этой техники является то, что можно точно сказать, под какими номерами находятся все слова в списке.

Напишите 10 предложений связанных цифровых ассоциаций со словами для запоминания из варианта. Каждое предложение описывает взаимодействие предмета ассоциированного с цифрой и запоминаемого слова из списка.

#### ➤ **«Квартира»**

Одна из популярных техник основана на использовании предметов мебели в комнате или квартире. Запоминаемые слова связываются с предметами интерьера в определённом порядке (начиная от входа, придерживаясь левой стороны, по часовой стрелке). За основу можно взять свою собственную квартиру или комнату, если с ними не связаны отрицательные эмоции. Можно

придумать что-то другое. При этом не нужно стремиться к дизайнерским изыскам. Главное, чтобы интерьер хорошо запомнился. Не желательно, наличие в комнате нескольких одинаковых вещей (2 кресла, 6 стульев и т.п.), т.к. это затруднит запоминание. Далее запоминаемые слова по порядку (по часовой стрелке) увязываются с предметами интерьера. Требования к ассоциациям такие же, как в предыдущих мнемотехниках.

Придумайте 10 предложений, ассоциативных связей запоминаемых слов с предметами мебели.

***Задание:***

- Используя любую из изученных мнемотехник, записать рассказ или предложения, описывающие связанные ассоциации (цифровые или предметные).
- Работа выполняется по вариантам.

***Требования к оформлению работы:*** Контрольная работа оформляется по вариантам, от руки.

### **3.3 Письменная работа «Эссе»**

***Цели:***

- Развитие способности к отвлечённым рассуждениям, самоанализу.
- Формирование умения вербализовывать эмоции.
- Раскрытие творческого потенциала личности.

***Задание:***

Выберите любую из предлагаемых 36 тем. Прочтите поставленные там вопросы. Затем сформулируйте ваши мысли, приведите примеры из личных наблюдений, опыта. Обратите внимание на вашу эмоциональную реакцию. Постарайтесь, насколько возможно, живо выразить всё это в письменной форме. Помните, что эссе – это не ответы на вопросы, а небольшое прозаическое произведение, размышления на тему ...

В некоторых случаях предлагаемые направления размышлений в каждой из тем могут показаться обращенными скорее к сознанию, разуму, чем к вызыванию эмоций. Поэтому, пожалуйста, помните о том, что именно эмоциональное содержание вашего эссе будет уникальным для вас. Наконец, вы можете столкнуться с двойственными эмоциями в отношении какого-то лица или ситуации. Каждый из нас представляет собой уникальную смесь совершенно разных, подчас противоположных эмоций. Любовь и антипатия, уверенность и сомнение, радость и печаль, надежда и разочарование могут возникать в вашем сердце в одно и то же время. Стараясь выразить ваши эмоции словами, следует с одинаковой готовностью принимать самые противоположные чувства, возникающие при работе над темой. Ниже приведён перечень тем эссе с кратким примерным содержанием.

***Темы эссе:***

## *1. Будущее*

Опишите вашу преобладающую реакцию в отношении ожидаемого вами будущего. Желаете ли вы с нетерпением его наступления или боитесь его неопределенности? Боитесь ли вы вещей, которые кажутся вам неизбежными? Прикидываете ли вы самым тщательным образом, где вы будете жить и что вы будете делать через пять лет, через десять? Представляется ли вам будущее пугающим, скучным, неприятным или радостным? Что вы чувствуете в отношении того, кто определяет ваше будущее? Есть ли у вас чувство, что вы сами можете управлять своим будущим? Быть может, вы предчувствуете, что именно вы будете определять свое будущее? Или же ваши чувства носят фатальный характер, так что вашу судьбу и ваше будущее будут решать главным образом "случаи" (хорошие или плохие).

## *2. Самопознание*

Как вы относитесь к узнаванию чего-либо о самом себе? Нравится ли вам отвечать на вопросы психологических тестов? Интересно ли вам, когда анализируют ваш почерк? Что бы вы почувствовали, если бы психиатр предложил вам "инъекцию сыворотки правды" путем записи на магнитофон ваших ответов на вопросы о вас самих, ваших подлинных чувствах, мотивах и желаниях? Не испытали бы вы двойственного чувства — отчасти любопытства, отчасти страха перед тем, что может обнаружиться в вас?

## *3. Десять моментов из автобиографии*

Если кто-нибудь захотел бы понять самую сущность вашего "я", какие самые существенные десять моментов вашей биографии вы бы избрали? В число этих десяти пунктов не нужно включать события, которые видны каждому, кто вас знает. Скорее эти десять моментов должны раскрыть вашу личность, какая она есть под всеми регалиями и ролями, вашу внутреннюю суть, как противоположную тому, что видно на поверхности. Например: "Я всегда испытывал страх перед противоположным полом... Поворотным пунктом в моей жизни была смерть моей матери..." Несмотря на то, что каждое предположение должно быть ясным и законченным, очевидно, что его значение может еще дополниться более подробными рассуждениями.

## *4. Индивидуальная ниша*

Каждый из нас ищет признания себя как личности, стремится обрести чувство уникальной личностной ценности. Уже в самом раннем детстве мы находим для себя некую "индивидуальную нишу", обычно в виде определенной роли, которая будет замечена и одобрена нашими родителями. Если данная роль уже была выбрана старшим братом или сестрой, то мы обычно стараемся найти другую нишу. Например, если моя старшая сестра "умница", а старший брат — "силач", то я должен буду специализироваться в чем-то другом. Я могу стать "таким остроумным" или "таким религиозным" ребенком. Если случится так, что ребенок почувствует, что он не имеет таких качеств и способностей, которые позволили бы ему выделиться, индивидуализироваться, то он может встать на путь так называемой "негативной индивидуализации", избрать роль персонажа,



доставляющего постоянные неприятности и беспокойство окружающим. Он будет получать свою долю признания как нарушитель спокойствия. Конечно, эти стремления к индивидуализации будут меняться на протяжении нашей жизни, но очень важно осознавать их и быть в состоянии поделиться теми нашими устремлениями, которые мы переживаем в данный момент. Быть всегда на высоте может само по себе стать "индивидуализацией", но это всегда становится препятствием для личной коммуникации (общения). Например, если моя индивидуализация состоит в том, что я чувствую себя "помощником", то я буду черпать свое ощущение личностной ценности и находить для себя эмоциональную поддержку, исходя именно из этой индивидуализации. Следовательно, я буду редактировать мое общение с другими людьми таким образом, что я так или иначе всегда буду оставаться в роли помощника тем, кто нуждается в моей помощи. Я не буду говорить с вами о моих нуждах или обращаться к вам за помощью, так как в этом случае мы с вами поменялись бы ролями, что стало бы некоей угрозой для моей индивидуализации, для моего ощущения личностной ценности. Какова ваша индивидуальная ниша? Чем для вас труднее всего поделиться с другими вследствие выбранной вами ниши?

#### *5. Источники наибольшего удовлетворения*

Наслаждение, несомненно, является существенной частью ощущения полноты жизни. Каждый человек получает наслаждение от различных источников. Это могут быть прогулки по лесу, чтение книг, наведение порядка в доме, спорт, музыка, общение с друзьями и т.п. В виде награды после "хорошего дня", заполненного этими приятными для него моментами, человек переживает особое ощущение мира. Опишите, как вы представляете себе такой день и ваши чувства в связи с ним. Быть может, выполнение какого-то намеченного дела или работы доставляет вам большее удовлетворение, чем достигнутое глубокое понимание в общении с другим человеком? Чем в большей мере заполнен ваш "хороший день" — вещами, мыслями или людьми?

#### *6. Сближение*

Чувствуете ли вы себя вполне спокойно, когда вам предстоит перспектива очень тесного сближения с другим человеком, во время которого вы узнаете друг друга настолько полно, насколько это возможно, или вы ощущаете в такой ситуации дискомфорт? Близость для каждого человека имеет и свои пугающие стороны. Чего вы больше всего боитесь при сближении? С кем достижение близости удастся вам значительно легче — с вашими родственниками или, напротив, с посторонними людьми? Насколько большое место в вашей жизни занимают друзья? Если вам придется переехать в другое место, скажем, в другой город, насколько глубоко вы будете ощущать отсутствие друзей? Каким образом вы склонны выражать свою любовь к другим — через глубокое личное соучастие и доверие, или делая что-либо для них? Принимаете ли вы большое эмоциональное участие в ваших друзьях? Что вы сами чувствуете и думаете о вашем отношении в настоящее время к достижению близости и участия между людьми? Если бы вам вдруг пришлось обратиться к кому-либо среди ночи за помощью, кому из ваших друзей вы позвонили бы по телефону и почему?

## *7. Прошлое*

Живете ли вы с теплыми воспоминаниями о вашем прошлом? Или же вы боитесь своего прошлого, боитесь, что оно однажды вернется со всеми страшными тенями и скелетами? Не стягивают ли с нас маску доверительности, которую мы носим сейчас, воспоминания о наших прошлых неудачах и плохих поступках. Не тревожит ли вас сейчас то, что вы были богаты или бедны, или принадлежали к среднему классу, или ваша национальность? Что бы вы почувствовали, если бы вы пришли туда, где вы жили в детстве, и встретились бы с вашими соседями или повстречались бы с теми, с кем вы учились в школе или в институте? Появилось бы у вас желание рассказать им о том, кем вы стали сейчас? С удовольствием ли вы рассказываете о своем прошлом тому, с кем вы ближе всего сейчас, или сама мысль об этом вам неприятна? Любите ли вы воскрешать в памяти картины из вашего прошлого или вы предпочитали бы похоронить их? Рассматривая все свое прошлое, чувствуете ли вы себя или свое положение привилегированным, в каком-то смысле лучшим, чем оно было у других, или, напротив, ощущаете себя обманутым, чувствуете ли вы благодарность или протест?

## *8. Боль и страдание*

Большинство людей становятся лучше, когда им приходится переносить ту или иную боль, то или иное страдание. Какая боль или какое страдание труднее всего переносимы для вас? Почему? Есть ли какой-либо специфический вид боли или страдания, по отношению к которому у вас особый страх или даже фобия? От чего вы чаще всего страдали в вашей жизни? Головой мы знаем, что страдания могут оказаться в каком-то смысле весьма полезными для нас, и даже из своего прошлого мы знаем, что перенесенные страдания оборачивались для нас нередко большим благословением. Но было ли у вас когда-либо чувство благодарности в самый момент страдания? Если бы кто-нибудь предложил вам таблетку, которая, не имея никаких побочных действий, исключала бы все страдания из вашей будущей жизни, согласились бы вы ее принять? Да или нет — почему? Чувствуете ли вы внутреннее побуждение изъять все страдания из своей жизни и из жизни тех, кого вы любите? Не испытываете ли вы чувства удовлетворения, когда вы видите, как другой человек борется с трудностями, при этом вы надеетесь, что эта борьба сделает его лучше? Какое страдание или боль, из перенесенных вами за минувший год, оказало на вас наибольшее воздействие?

Представьте себя на смертном одре. Врач говорит, что вам осталось жить несколько часов. Что вы почувствуете? Будет ли это состояние страха, сожаления, удовлетворения, мира, паники или, быть может, надежды? Если бы вы были в состоянии совершенно ясного сознания, что бы вы сделали в эти последние несколько часов жизни? В качестве отдельного упражнения вообразите, что вы в кабинете врача, который ставит вам диагноз какого-либо заболевания, с которым вам остается прожить несколько месяцев или, быть может, один-два года. Опишите, какие чувства вы испытали бы, вашу эмоциональную реакцию. Известно, что все мы, как правило, не принимаем всерьез, что нам когда-нибудь предстоит умереть. Репрессируете ли вы мысль о

смерти или просто отворачиваетесь от нее? Думаете ли вы о смерти редко, иногда или часто? Какое чувство у вас было преобладающим во время кончины близкого вам человека? (Имеется в виду самая последняя из перенесенных вами утрат). Не находите ли вы трудным быть рядом с покойником? Что беспокоит вас больше всего? Чувствуете ли вы обязанность или желание что-либо сказать семье, понесшей утрату, с тем, чтобы убрать жало смерти? Что бы вы эмоционально предпочли в отношении того, кого вы любите больше всего на свете, чтобы он умер раньше вас или позже? Оказывает ли мысль или вера в посмертное существование существенное влияние на ваше отношение к смерти?

### *9. В детстве*

Ребенок в нас — это воспоминание о событиях, имевших место в первые пять лет жизни, и о наших ответах, реакциях на эти события. Поскольку наши ответы на события в возрасте от года до пяти имели место главным образом на уровне чувств, то ребенок в нас — это весь запас наших эмоций, та часть в нас, где сосредотачиваются все наши эмоции от радости до разочарования. Другие могут лишь стимулировать проявление наших эмоций, но не могут быть их причиной. Теперь прислушайтесь к себе-ребенку и постарайтесь описать, насколько возможно живо, свои преобладающие эмоции. Эти эмоции, запас которых отложился в первые пять лет вашей жизни, легко распознать по тому, какие эмоциональные состояния были наиболее устойчивыми в течение всей вашей последующей жизни. Например, чувствует ли ребенок, живущий в вас, отверженность, одиночество, неполноценность? Был ли он когда-либо радостным, роскошествующим, одержимым творческим порывом, причудливым? Любит ли он петь или танцевать? Был ли он когда-либо настолько свободен и раскован, чтобы совершать безобидные "сумасшествия"? Не чувствовал ли он себя обделенным, ненужным? Не накопился ли в нем запас гнева, озлобления? Чувствует ли он себя в основном в безопасности или, напротив, у него такое ощущение, что ему что-то угрожает? Ощущает ли он уют, комфорт, дискомфорт?

### *10. Ваше отношение к другим*

Когда вы впервые встречаете какого-либо человека, каковы ваши предчувствия, что вы ожидаете? Предполагаете ли вы, что каждый встречающийся вам человек будет всегда поначалу нравиться вам, до тех пор, пока какие-нибудь отрицательные проявления не отсеют его из числа тех, к кому вы относитесь положительно? Или же вы заранее ожидаете, что вам понравятся лишь те, кто удовлетворяет вашему внимательному анализу? В ваших отношениях с людьми руководствуетесь ли вы в большей степени головой или сердцем? Опишите, как вы себя чувствуете, если входите в комнату, в которой множество незнакомых вам людей. Относитесь ли вы поначалу к каждому новому человеку с энтузиазмом, но потом чувствуете горечь и разочарование, когда убеждаетесь, что и этот новый знакомый не лишен недостатков и неприятных черт? Или же вы настроены поначалу скорее скептически и лишь постепенно начинаете признавать достоинства нового знакомого человека? Так

или иначе, как вы сами относитесь к вашей реакции на человека, с которым вы впервые познакомились?

### *11. Одежда*

Говорят, что любая одежда представляет собой заявление или утверждение чего-либо. Мы что-то говорим или что-то открываем о себе через цвет или стиль одежды, которые мы выбираем. В чем состоит ваше заявление? Принимаете ли вы последнюю моду потому, что вы чувствуете необходимость соответствовать общепринятому стандарту, или вы делаете это с радостным чувством? Когда вы выбираете и носите новую одежду, которая вам нравится, делаете ли вы это для того, чтобы доставить удовольствие в значительной мере самим себе, кому-то еще или вообще другим? Стремитесь ли вы быть скорее консервативными или, напротив, «модными»? Какая сторона одежды имеет для вас большее значение — функциональная или декоративная? Нравится ли вам, чтобы другие люди оборачивались и смотрели на вас из-за вашей красивой одежды или вы чувствовали бы в этом случае смущение? В целом, какие чувства поднимаются в вас, когда вы думаете об одежде?

### *12. Обладание*

Когда вы прочли это слово "обладание", о чем вы подумали, прежде всего, о материальных вещах или о личных качествах и способностях? Если говорить о ваших эмоциональных реакциях, как вы чувствуете себя богатым — внутренне или внешне? Из всего того, чем вы обладаете в материальном смысле, чем вы дорожите больше всего? Если бы в вашем доме случился пожар, и вы смогли бы вынести только одну вещь, что бы вы взяли? Попробуйте рассказать об этой вещи и объяснить, почему вы взяли бы именно ее? Было ли у вас когда-нибудь чувство, что ваша собственность, собранная вами, представляет собой некоторое "расширение", распространение вас самих таким образом, что то, что вы есть сами по себе, каким-то образом усиливается тем, что вы имеете? Что вы чувствуете, когда показываете людям ваш дом или вообще вашу собственность? Ощущали ли вы когда-либо ценностный конфликт между вещами и личностями? Когда вы знакомитесь с людьми значительно более богатыми, чем вы, отличается ли ваша эмоциональная реакция от той, с которой вы встречаетесь с людьми вашего экономического уровня или даже менее состоятельными? Какие из ваших личных качеств представляются вам наиболее надежными, доставляют вам наибольшее удовлетворение, так что вам очень не хотелось бы их утратить?

### *13. Ощущение самого себя*

Предположим, что вы располагаете всех людей, которых вы знаете, на некоторой шкале, давая им оценку от 1 (самая низкая) до 10 (самая высшая), где бы вы поместили самих себя? Постарайтесь вызвать в себе наиболее правдивое и наиболее привычное ощущение, касающееся вас самих. Вы можете помочь себе в этом, закрыв глаза на несколько минут, и представить себе, как вы выходите из дома, идете по улице, встречаете группу каких-либо людей и вступаете с ними в общение, например, какой-нибудь разговор. Понаблюдайте за самим собой, прислушайтесь к себе. Понаблюдайте за своими типичными реакциями, когда вас просят о каком-либо одолжении, когда вам говорят комплимент, когда вас

критикуют, когда эта группа, предположим, будет смеяться над вами. Понравится ли вам этот человек, за которым вы наблюдали, или нет? Как он выглядит по сравнению с другими? Огорчены ли вы за него? Есть ли какие-нибудь вопросы, которые вы хотели бы ему задать? Хотели бы вы с ним дружить? Как вам кажется, другие понимают его или нет? Нравится ли он им или нет? После того, как вам удалось таким образом рассмотреть ваши чувства о вас самих, запишите вашу эмоциональную реакцию на них. Например: Я понравился себе, но мне неловко в этом признаться. Или: Я не понравился себе, и это меня очень обескуражило.

#### *14. Ответственность*

Чувствуете ли вы эмоциональное побуждение помогать другим, даже переходя границы разумного? Имеется ли соответствие между вашим чувством ответственности и благоразумным представлением о ваших возможностях? Чувствуете ли вы свою ответственность за крупные социальные проблемы, например, за существование бомжей и нищих, рост преступности, состояние здравоохранения, рост числа душевно больных людей? Чувствуете ли вы обязанность включаться в политику? Было ли у вас когда-либо чувство вины за то, что вам не удалось включиться в эту деятельность более активно? Посещало ли вас когда-нибудь ощущение вашей беспомощности и, как следствие, уменьшение чувства ответственности? Много или мало людей делятся с вами своими проблемами? Как вы объясняете это? Что это говорит вам о вас самих? Какие чувства стимулируют в вас это обстоятельство?

#### *15. Три случая унижения*

Опишите три любых случая из вашей жизни, когда вы пережили крушение, что-то такое, что сильно задело, ранило вас или унизило — один случай из детства, другой из отрочества, третий из юности. Детально опишите сами случаи и особенно пережитые вами чувства. Это будет иметь чрезвычайно сильное раскрывающее действие на вас. Такая откровенность о старых ранах и нуждах устраняет завесу ложного стыда и претензию на самодостаточность. Это самый красноречивый способ сказать: "Тебе нечего опасаться меня. Тот малыш, который одиноко стоял в школьном дворе и горько плакал, все еще живет внутри меня. И поэтому он крайне нуждается во мне".

#### *16. Когда вас любят*

Если кто-нибудь с неподдельной искренностью сказал вам: "Я вас люблю", какова была бы ваша внутренняя реакция? В состоянии ли вы принять любовь с ощущением счастья? Готовы ли вы свободно отдаться радостному чувству быть любимым безо всякого подозрения, что представление этого человека о вас — просто ошибка, или без страха быть впоследствии отвергнутым. Чувствуете ли вы себя с человеком, который вас любит, совершенно свободно, или вы ведете себя крайне осторожно, боясь разочаровать этого человека и потерять его любовь?

#### *17. Наставления, запечатленные в вас родителями*

Какие наставления наиболее действенным образом запечатлелись в вас в течение вашего детства, которые в настоящее время оказывают наибольшее влияние на ваши взгляды и поведение? Нет нужды вспоминать точные слова и формулировки. Примеры гораздо красноречивее слов. Ваше эмоциональное отношение – принятие или, напротив, отвержение – к собственным воспоминаниям лучше всего позволит вам решить, какие из этих наставлений были наиболее действенными и производили на вас наибольшее впечатление. Что ваши родители (или те, кто в самом раннем детстве был рядом с вами) говорили о вас и вашей ценности? Что говорили другие люди, вызывали ли они у вас доверие? Были ли они добры? Не приходилось ли вам быть с ними начеку? Жизнь, для чего она? Для того ли, чтобы что-то выиграть, заполучить? Тяжело трудиться? Копить, чтобы быть в безопасности?

После того, как вы сделаете запись о полученных в детстве наставлениях, постарайтесь прислушаться к вашим эмоциональным реакциям. Чувствуете ли вы по отношению к вашим родителям или к тем, кто был для вас в детстве источником наставлений, симпатию, антипатию, жалость или еще какое-либо чувство.

### *18. Эмоция, о которой труднее всего сказать*

Иногда мы позволяем себе испытывать те или иные эмоции (т.е. не репрессируем их), но мы никогда не позволяем себе как-то выражать эти чувства при других. Это препятствие, возможно, объясняется нашей запрограммированностью, ценностными конфликтами или страхом, что другие не поймут нас. Возможно, что наше общество или социальная группа, в которой мы живем, не признает за какими-то эмоциями права на существование. К ним могут принадлежать, например, жалость к себе, ревность и т.п. Мужчина в большинстве случаев не имеет права проявлять чувство страха или нежности. Женщины воздерживаются от выражения враждебности или зависти. Опишите одну какую-либо эмоцию, которой, на ваш взгляд, вам труднее всего позволить проявиться, и, насколько возможно, постарайтесь объяснить причины этих трудностей. Например, мне труднее всего позволить себе показать, что я испугался, потому что отец всегда говорил мне, что настоящий мужчина не должен ничего бояться.

### *19. Источник эмоциональной поддержки*

Исследования показывают, что люди с сильным чувством ответственности соответственно сильнее нуждаются в большей эмоциональной поддержке со стороны других, но в то же время для таких людей труднее принимать такого рода поддержку. Определите и опишите ваши чувства и склонности в связи с данным утверждением.

### *20. Слабости*

В какой мере вы чувствуете себя спокойно в отношении слабостей, присущих вашей человеческой природе? Насколько сильно в вас побуждение объяснять и оправдывать свои ошибки? Бываете ли вы смущены или рассержены, когда вас "ловят" на той или иной неудаче? Что вы чувствуете в отношении явных слабостей в вашей прошедшей жизни? Бойтесь ли вы неудач в

будущем? Удивляет ли вас проявление вновь и вновь одних и тех же слабостей? Какие свои слабости вам тяжелее принимать — психологические (страхи, комплексы) или моральные (грехи)? Какие специфические слабости, например, застенчивость, робость, вспыльчивость, обжорство, склонность к неумеренной выпивке и т. п., вызывают у вас наибольший эмоциональный дискомфорт? Как вы находите, чьи слабости вам легче прощать, чужие или свои собственные? Какого рода недостатки в самом себе вы осознаете наиболее отчетливо в ваших взаимоотношениях с другими людьми? Какое, как вам кажется, существует наибольшее препятствие для вашего самопринятия, самоуважения, самопразднования? В отношении каких недостатков в самом себе вы прилагаете наибольшие усилия, чтобы скрыть их от других? Не кажется ли вам, что то изменение, которое бы вы хотели осуществить в отношении себя самого, является и наиболее желательным и для самого близкого вам человека? Испытываете ли вы ощущение неудачи оттого, что этот недостаток так не удалось пока еще искоренить? Какие чувства препятствуют тому, чтобы это изменение произошло?

### *21. Все увеличивающийся возраст*

Что вы чувствуете, когда кто-нибудь спрашивает, сколько вам лет? Какой бы вы предпочли возраст? Говорят, что "пессимист видит неудачу в каждом везении, а оптимист — везение в каждой неудаче". Как вы воспринимаете все увеличивающийся возраст — как постоянную неудачу или как постоянное везенье? Роберт Броунинг писал: "Пусть себе годы бегут! /Лучшее еще впереди, /Жизни конец — это то,/ для чего началось начало...". Какие чувства вызывают у вас эти строки? Когда видите стариков, что вы чувствуете? Какие чувства пробуждают они в вас в отношении предвидения вашей собственной старости?

### *22. Нужда в других*

Необходимость в других, обращение к ним за помощью доставляет вам эмоциональное удовлетворение или кажется вам унижительной? Когда вам оказывают помощь, ощущаете ли вы потребность как-то возместить это, по возможности "восстановить равновесие"? Согласны ли вы эмоционально с тем, что, позволяя другим помогать вам, вы проявляете к ним любовь? Есть ли у вас такая сфера потребностей, в отношении которой вам эмоционально очень трудно просить помощи или принимать ее? Легко ли для вас говорить о ваших проблемах с другими? Можете ли вы просить о помощи и принимать ее в виде уступки?

### *23. Скрытность*

Имеются ли в вашей жизни области, в отношении которых вы предпочитаете оградить себя от других? Когда другие расспрашивают вас о том, где вы живете, чем занимаетесь и т.д., не чувствуете ли вы, что вас как будто "допрашивают", вторгаются в вашу жизнь, или что это вам чем-то угрожает? Не ощущали ли вы когда-либо своего рода психологическую клаустрофобию (боязнь тесных, закрытых помещений), не было ли у вас ощущения, что на вас со всех сторон "наступают" — из-за слишком большого количества людей вокруг вас? Есть ли у вас свои способы "закрываться", например, при помощи юмора,



перемены темы разговора, неясных и отвлекающих ответов? Каковы ваши мотивы для скрытности? Что это — стиль, принятый в семье, где вы выросли, чувство вины или страх перед нанесением вам ран в случае, если о вас что-то узнают?

#### *24. Жизненные циклы*

Жизнь представляет собой непрерывный цикл смерти и воскресения. В любой данный момент имеет место *смерть* — уходит то, что уже было, *рождение* — начинает существовать то, что будет. Нам приходится расставаться и с какими-то вещами: теплом материнской утробы, привилегией быть ребенком, детскими игрушками, безответственной радостью юности, с защитой, создаваемой жизнью в родительском доме, и связанным с этим зависимым положением, работой, местом жительства и т. д. И, наконец, мы теряем наши физические силы, зубы, слабеют наше зрение и слух. Большинство людей постоянно испытывает эмоциональное напряжение между желанием вернуться назад, освоением того, что есть сейчас, и страстным желанием проникнуть в новое. Опишите ваши чувства: печаль, страхи, надежды, ожидания и т. д. Проходя через все эти неизбежные стадии, что вы ощущаете главным образом — смелость или боязнь, радость или печаль, любовь к "старому доброму прошлому", или вы чувствуете в себе уверенность в том, что самое лучшее еще не наступило?

#### *25. Родители*

Все люди имеют в себе запас самых разнообразных эмоций по отношению к отцу и матери — от нежного влечения до горького разочарования. Однако, это именно та область, в которой лежит вся полученная вами психологическая программа. Наше отношение к миру в тончайших деталях сформировалось под влиянием наших родителей и других близких нам людей. Следовательно, каждый из нас склонен просмотреть свои чувства к отцу и матери, особенно, если они уже умерли. Опишите вашу эмоциональную реакцию на каждого из родителей. Помните о том, что негативные эмоции вовсе не являются обвинительным актом против родителей. Все это будет не столько тем, что они говорили, сколько тем, что вы слышали, и что запечатлелось в ваших чувствах. Были ли (или есть) родители для вас не только родителями, но также и друзьями, доверенными лицами (конфидентами)? Какие чувства вызвал в вас этот вопрос и ответ на него?

#### *26. Авторитетные лица*

Где бы мы ни жили, и сколько бы нам ни было лет, всегда есть какие-то авторитетные для нас лица: преподаватель, задающий домашнее задание, начальник на работе, проверяющий нас и т. д. Эмоциональные реакции, имеющие место в таких случаях, могут быть сведены к двум основополагающим типам. Первая, свойственная людям, склонным к конформизму, состоит в желании понравиться авторитетному лицу. Такого рода люди боятся конфликта и не любят беспокойства. Они предпочитают закон и порядок, они аккуратно ставят на конвертах почтовые индексы и всегда своевременно выполняют домашние задания. Они испытывают эмоциональное удовлетворение всегда, когда делают

"правильно". Другая основополагающая реакция – бунт. Любой символ власти является для него сигналом выделения адреналина. Те, кто находится у власти всегда плохие (президент, мэр, генерал, декан факультета, куратор и т. д.) Любое известие о них – это всегда не благая весть. Все начальники непомерно требовательны, а все учителя несправедливы. Ребенок, живущий в конформисте, преимущественно послушный, ищущий одобрения. Ребенок, живущий в бунтовщике, говорит оказываемому на него в детстве родительскому влиянию, которое, надо сказать, повторяется для него вновь и вновь в каждом авторитетном лице: "Ты плохой! Ты ранишь меня, и грош тебе цена!" Конечно, в действительности существуют тысячи вариаций этих двух основных позиций. Подумайте и опишите тип вашей эмоциональной реакции на авторитетных лиц.

### *27. Обязательства*

Истинная любовь — это взятие на себя обязательства делать все для удовлетворения, безопасности и развития другого. Коль скоро мы приняли решение посвятить себя друг другу, то самым главным вопросом здесь является следующий — собираетесь ли вы быть верным потому, что вы должны, или потому, что вы хотите этого? Что вы чувствуете в отношении обязательств, которые уже были даны вами? Чего больше в отношении их — безрадостного "должен" или страстного "хочу"? Что вы чувствуете, когда подходите к такому моменту, когда, возможно, придется брать на себя новые обязательства? Не пугает ли вас мысль о безвозвратности вхождения во что-то такое, из чего вы уже не сможете выйти? Были ли когда-нибудь ваши обязательства даны под "наплывом" чувств? Когда взаимоотношения не ладятся, что вы чувствуете — обескураженность и необходимость отступить или решимость и побуждение принять вызов? Не возникало ли у вас когда-либо опасения, что где-то в вашей жизни из-за принятых вами на себя обязательств вы сошли с правильного пути и все, что за этим последовало, было ошибкой?

### *28. Страхи*

Страхи в нашей жизни возникают с самого детства. Ребёнок боится чужих людей, темноты, резких звуков, когда ругаются родители. У взрослых причин для страхов тоже немало. Часто ли вы испытываете это чувство? Были в вашей жизни случаи сильного, леденящего страха. Как это происходило? Как вы вышли из этого состояния? Есть ли страхи, которые преследуют вас уже давно? Что стоит за ними? Есть ли у вас «рецепты от страха»?

### *29. Бог*

Какие чувства вызывает в вас мысль о Боге? В целом чувствуете ли вы себя по отношению к Нему ребенком на коленях у своего Отца, учеником в классе, должником, стоящим перед своим кредитором, рабом, поклоняющимся своему господину? Что делает с вами мысль о Боге? Она вас укрепляет, обличает, пугает, поддерживает, утешает, освобождает, запрещает...? Что бы вы почувствовали, если бы знали, что Бог здесь и сейчас смотрит на вас? Что Бог говорит вам? Чувствовали ли вы когда-нибудь гнев на Бога, скажем, в случае отсутствия помощи в чем-то добром или в случае смерти любимого человека? Чувствовали ли вы себя когда-нибудь чужим, оставленным, далеким от Бога?

Было ли в вашей жизни событие, когда вы реально ощутили действие или присутствие Бога? Какова ваша реакция на богословские или атеистические разговоры о Боге? Может ли эта реакция отражать ваши чувства в те моменты, когда Бог был для вас наиболее реальным?

### *30. Совесть*

Какие мысли вызывает у вас это понятие? Совесть – это врождённое или приобретённое свойство? Какого человека можно назвать «бессовестным»? Почему, по вашему мнению, человек становится таким? Как вы ощущаете внутри себя «голос совести»? Чувствовали вы «уколы совести»? Человек не может долго терпеть «угрызения совести». Что вы делаете, чтобы справиться с этим чувством? Помогает или вредит вам оно?

### *31. Пол*

Довольны вы или нет тем, к какому полу вы принадлежите? Что вы почувствовали: когда увидели заголовок данной темы? Испытываете ли вы беспокойство из-за сексуальных чувств и фантазий или вы принимаете их как нечто вполне нормальное и безопасное, как естественную и благую часть вашей человеческой природы? Что означает эмоционально для вас быть мужчиной, женщиной? Чувствуете ли вы безопасность и надёжность в вашем мужестве или женственности? Или же вы чувствуете необходимость "утверждать себя"? Ваши утверждения о сексуальности принадлежат ли к сфере ваших поступков или к сфере того, каковы есть сами по себе? Являются ли в вашем сознании и в ваших эмоциях любовь и сексуальность неразделимыми?

### *32. Самое сильное последнее переживание*

Какая из ваших эмоций была самая сильная и глубокая за последний год или за последние шесть месяцев? Если таковых было несколько, упомяните о любой из них. Напишите немного об обстоятельствах, вызвавших это переживание, но главным образом обратите внимание на ваши чувства и постарайтесь как можно более живо описать их.

### *33. Самая большая эмоциональная потребность*

В процессе развития человеческой личности может случиться так, что неудовлетворение какой-либо насущной потребности человека, особенно в ранний период жизни, может оставить внутри нас некую пустоту, которую мы будем стремиться заполнять на протяжении всего остального периода жизни. В каком-то смысле каждый из нас мог бы честно сказать, что его наибольшая эмоциональная потребность состоит в том, чтобы быть любимым другим человеком. При этом любовь всегда спрашивает: "Что ты хочешь, чтобы я сделал для тебя?" Конечно, наши потребности день ото дня меняются, но что бы вы все-таки ответили тому, кто спросил бы вас с искренней любовью: "Что ты хочешь, чтобы я сделал для тебя?"

### *34. Семья*

Постарайтесь сформулировать самую основную мысль, которую вы слышали в вашей семье о вас и о ваших взаимоотношениях с другими членами

вашей семьи. Содержится ли в ней приятие, или вас только терпели, приязнь или неприязнь, желание близости с вами или, напротив, избегать вас, восхищение вами или неодобрение? Еще раз напоминаем, что вы будете на самом деле говорить лишь о том, что вы услышали. Так что у вас нет оснований что-либо доказывать или извиняться за что-либо. Это то, что вы услышали, и ваши последующие за этим чувства. После того, как вы сформулировали реакцию вашей семьи на вас и основное мнение о вас, постарайтесь также сформулировать вашу реакцию на семью и ваше мнение о ее членах.

### *35. Тревога*

Встреча с тревогой может освободить нас от скуки, может обострить наше восприятие. Она создаёт то напряжение, на котором основано сохранение человеческого существования. Испытывали вы тревогу? По каким поводам? Как вы понимаете, что вас охватило это чувство? Опишите несколько ситуаций, когда вы испытывали сильную тревогу. Каков смысл тревоги? Как и лихорадка, тревога свидетельствует о том, что внутри идет борьба. Пока эта борьба продолжается, ещё не поздно найти конструктивное решение проблемы. Согласны ли вы с этим? Можно ли тревогу использовать конструктивно?

### *36. Цели*

Ни одна жизнь не является полной без разумных оснований или мотивов, кого-то или чего-то, что мы любим и для чего мы трудимся. Каковы ваши жизненные цели и жизненные задачи, какими они видятся в данный момент? Подвергали ли вы ваши цели глубокому эмоциональному исследованию, или же они в большей мере лишь своего рода рекламный листок, больше на словах, чем на деле? На вашей эмоциональной шкале ценностей, какие вы смогли бы назвать пять вещей, которые являются для вас наиболее важными и наиболее достойными, чтобы над ними трудиться? Совпадают ли ваши занятия, то, на что вы больше всего тратите времени и сил, с главными ценностями вашей жизни? Тратите ли вы больше всего времени и энергии на то, что, как вы чувствуете, является наиболее важным и значительным? Что вы чувствуете в связи с этим?

#### ***Требования к оформлению работы:***

- Объём работы 2 - 5 страниц (межстрочный интервал – 1,5 строки).
- Контрольную работу оформить в соответствии с методическими требованиями к оформлению письменных работ в вузе.
- Работа должна включать:
  - страница 1 (не нумеруется, но учитывается в общем количестве) – титульный лист;
  - страницы 2, 3 и др. – текст эссе.

### **3.4. Практическое занятие 7: практическая работа «Я-концепция»**

***Продолжительность занятия – 4 ч.***

***Цель:***

Развить способности к рефлексии (самопознание в виде размышлений над собственными переживаниями, ощущениями и мыслями).

**Задание и ход занятия:**

Для того, чтобы достигнуть поставленных жизненных целей, занять достойное место в обществе, человеку необходимы многие качества.

1. Завершите фразу: «*Мне не хватает таких качеств, как...*» (укажите не менее 10 качеств).
2. Вас окружают люди, которым также не хватает каких-то качеств. Завершите фразу: «*Другим не хватает...*» (укажите не менее 10 качеств).
3. Разделите недостающие качества по категориям: «жесткие» (сила воли, решительность, целеустремленность, пунктуальность и т.п.); «мягкие» (доброта, сочувствие, отзывчивость, чувство юмора и т.п.). Распределите все перечисленные в пунктах 1 и 2 качества в соответствующие ячейки таблицы 1.

Таблица 1

**Мне не хватает, другим не хватает**

<b>Качества</b>	<b>Мягкие</b>	<b>Жесткие</b>
для себя		
для других		

4. Проанализируйте полученный результат. Сравните, какие качества вы в б'ольшей степени ждёте от окружающих; преимущественно, какие качества вы хотели бы транслировать окружающим людям.
5. Заполните таблицу 2.

Таблица 2

**Мои лучшие качества**

<b>Мои лучшие черты</b>	<b>Мои способности и таланты</b>	<b>Мои достижения</b>

6. Заполните таблицу 3 (частично выполняется дома).

Таблица 3

**Какой Я**

<b>Что, по моему мнению, думает обо мне близкий человек (мама, папа, друг или кто-то еще)</b>	<b>Что думает обо мне близкий человек (заполняет мама, папа, друг или кто-то еще)</b>	<b>Что обо мне, по моему мнению, думает сосед слева от меня</b>	<b>Что думает обо мне сосед слева от меня (заполняет сосед)</b>

7. Напишите, что вы думаете о себе, о своём предназначении, смысле своей жизни, сформулируйте свою **Я-концепцию**.

**Оснащение занятия:**

- Интерактивная доска с проектором.
- Электронная версия инструкции.

**Требования к оформлению работы:** работа оформляется в тетради от руки.

### **3.4 Имитационная игра «Кораблекрушение»**

#### **Цели:**

1. Развить интеракционный потенциал участников игры, умение принимать коллективные решения.
2. Выявить лидерские возможности участников игры.
3. Развить умение вести наблюдение, анализировать поведение участников группового взаимодействия.

#### **Подготовительный этап:**

1. Учебная группа разбивается на команды по 5-10 человек – «экипажи кораблей».
2. Столы и стулья в аудитории расставляются, имитируя корабли. «Экипажи» рассаживаются вокруг своих «кораблей» лицом друг к другу.
3. Выбираются наблюдатели по числу команд, которые не принимают участие в игре, не общаются с «экипажами», а только наблюдают за участниками и готовят короткое выступление для подведения итогов.
4. Каждый член команды выбирает себе игровое имя, оформляет свой бейдж.

#### **Задание и ход занятия:**

1. Команды придумывают название своим кораблям, выбирают капитана (капитан может быть выбран в ходе игры).
2. Ведущий знакомит участников с игровой ситуацией (см. Рабочие материалы к практическому занятию 1).
3. Список предметов с пояснениями проецируется на доску, также участникам раздаются:
  - карточки с перечнем 20 предметов;
  - чистые листы для индивидуальной работы;
  - лист для составления списка предметов после коллективного обсуждения.
4. 5-7 минут все участники работают самостоятельно, составляя каждый свой список, продумывают аргументацию выбора предметов.
5. В это время ведущий знакомит наблюдателей с перечнем вопросов, по которым они должны подготовить отзыв о ходе игры в наблюдаемой команде (см. Рабочие материалы к практическому занятию 1).
6. Ведущий знакомит участников с правилами обсуждения при групповой работе (см. Рабочие материалы к практическому занятию 1), проецируя их на доску.
7. Далее 10-20 минут «экипажи» формулируют цель как конкретный результат своей игровой деятельности (что они хотят сделать после того как спасутся с тонущего корабля и доплывут до острова), обсуждают и принимают коллективное решение о перечне предметов, фиксируют список на отдельном листке.
8. Далее капитаны по очереди представляются, называют имя корабля, озвучивают цель, которую ставила перед собой его команда, и зачитывают список, аргументируя выбор каждого предмета. При этом капитан может обратиться к экипажу за помощью, предоставив слово кому-то из членов

- команды. Решение в спорных ситуациях принимает капитан, и оно не может быть оспорено.
9. Ведущий подсчитывает количество очков по каждой команде с учётом аргументации выбора предметов (см. Рабочие материалы к практическому занятию 1).
  10. Ведущий по очереди предоставляет слово наблюдателям. При этом следит за тем, чтобы критика наблюдателя и реакция со стороны команды были корректными, в рамках этических норм.
  11. Все игроки подсчитывают очки по своим индивидуальным спискам, сравнивают с результатом команды.
  12. Ведущий подводит итоги игры, объявляет победителей, благодарит всех участников.

***Оснащение занятия:***

1. Информационные карты по игровой ситуации для каждой команды.
2. Интерактивная доска с проектором.
3. Электронная версия инструкции.
4. Карточки с перечнем предметов каждому участнику.
5. Правила обсуждения (проецируются на доску по ходу игры).
6. Карточки с вопросами для наблюдателей.
7. «Ценность» вещей в баллах (проецируются на доску по ходу игры).
8. Бумага для записей.
9. Беджи для участников.

**6.5. Практическое занятие: дискуссия**  
**«Сравнительный анализ документов»**

***Продолжительность занятия*** – 2 ч./1ч.

***Цель:*** развить умение вести дискуссию (аргументировать свои высказывания, последовательно отстаивать свою точку зрения, слушать оппонентов, полемизировать, готовить контраргументы, резюмировать).

***Задание и ход занятия:***

1. Ознакомление студентов с темой, целью и содержанием дискуссии.
2. Изучение студентами текстов «Хартии» и «Билля» (см. Рабочие материалы к практическому занятию 2).
3. Обсуждение документов по предложенным вопросам:
  - В чём сходства, в чём отличия документов?
  - Как вы думаете, почему такой разный подход у авторов к выбору приоритетов при составлении документов?
  - Какой документ вам ближе, почему?
  - Что в документах вы не принимаете для себя, почему?
4. Подведение итогов дискуссии. При подведении итогов дискуссии важен акцент на значимость морально-этической основы деятельности в любой профессиональной сфере.

***Оснащение занятия:***

1. Раздаточный материал (тексты документов).



2. Интерактивная доска с проектором.
3. Электронная версия инструкции.

## **Рабочие материалы к практическому занятию 2**

### ***Хартия корпоративной и деловой этики***

Мы, представители делового сообщества российской федерации, члены российского союза промышленников и предпринимателей (работодателей),

- ✓ исходя из того, что утверждение основ правового общества и развитие эффективной рыночной экономики невозможно без создания устойчивой системы корпоративных отношений, основанной на равноправии и добросовестной конкуренции;
- ✓ осознавая свою ответственность за судьбу рыночных реформ в россии и, руководствуясь приоритетом интересов страны и российского общества;
- ✓ придерживаясь общепризнанных моральных правил и нравственных норм в своих поступках и решениях, принимаем на себя добровольное обязательство в практике своей предпринимательской деятельности следовать следующим нормам корпоративной этики

1. Вести предпринимательскую деятельность, основываясь на принципах добропорядочности и справедливости, честности во взаимоотношениях со своими партнерами и конкурентами.

2. Способствовать укреплению основ института собственности, не предпринимать действий, направленных на подрыв его принципов.

3. Руководствоваться реальным смыслом законов, избегать применения различных толкований, не соответствующих духу законодательных актов, не использовать формальные процедуры для достижения целей, не совместимых с нормами корпоративной этики.

4. Отказываться от совершения действий, направленных на усиление социальной напряженности в обществе.

5. Не оказывать незаконного влияния на решения судебных, правоохранительных или иных официальных органов для достижения своих корпоративных целей.

6. С уважением относиться к своим конкурентам, не прибегать к незаконным формам борьбы, использовать только корректные методы, соответствующие корпоративной этике.

7. Заботиться о поддержании как собственной деловой репутации, так и репутации российского бизнеса в целом, избегать участия в распространении напрямую либо через третьих лиц заведомо ложной и непроверенной информации.

8. В ситуации конфликта интересов добиваться разрешения споров путем переговоров, использовать механизмы внесудебного разрешения споров, предоставляемые Комиссией РСПП по корпоративной этике.

9. Уважать решения Комиссии РСПП по корпоративной этике.

(21. 11. 2002)

### ***Билль о правах личности***

Вы имеете право...

- 1 ... иногда ставить себя на первое место.
- 2 ... просить о помощи и эмоциональной поддержке.
- 3 ... протестовать против несправедливого обращения или критики.
- 4 ... иметь своё собственное мнение или убеждение.
- 5 ... совершать ошибки, пока Вы не найдёте правильный путь.
- 6 ... предоставлять людям право самим решать свои проблемы.
- 7 ... говорить: “Спасибо, НЕТ”, “Извините, НЕТ”.
- 8 ... не обращать внимания на советы окружающих и следовать своим собственным.
- 9 ... побыть одному, даже если другим хочется Вашего общества.
- 10 ... иметь свои собственные, какие угодно чувства, независимо от того, понимают ли их окружающие.
- 11 ... менять свои решения или изменять образ действий.
- 12 ... добиваться перемены договорённости, которая Вас не устраивает.

Вы никогда не обязаны..

- 1 ... быть безупречным на 100%.
- 2 ... следовать за всеми.
- 3 ... делать приятное неприятным Вам людям.
- 4 ... любить людей, приносящих Вам вред.
- 5 ... извиняться за то, что Вы были самим собой.
- 6 ... выбиваться из сил ради других.
- 7 ... чувствовать себя виноватым за свои желания.
- 8 ... мириться с неприятной Вам ситуацией.
- 9 ... жертвовать своим внутренним миром ради кого бы то ни было.
- 10 ... сохранять отношения, ставшие оскорбительными.
- 11 ... делать больше, чем Вам позволяет время.
- 12 ... делать что-то, что Вы на самом деле не можете сделать.
- 13 ... выполнять неразумные требования.
- 14 ... отдавать что-то, что Вам на самом деле отдавать не хочется.
- 15 ... нести на себе тяжесть чьего-то неправильного поведения.
- 16 ... отказываться от своего “Я” ради чего бы то ни было или кого бы то ни было.

### 3.6 Тесты

1. **Сколько основных каналов восприятия информации имеется у человека?**
  - а) 3;
  - б) 4;
  - в) 5;
  - г) 6.
2. **«Этические нормы» отличаются от «кодексов» и «юридических норм» следующим:**
  - а) нормы морали не зафиксированы в государственных и международных регламентирующих документах, в отличие от кодексов и юридических норм;

- б) кодексы и юридические нормы, как правило, оторваны от реальной жизни, а этические нормы формируются под влиянием потребностей людей;
- в) нарушение правовых основ влечет за собой наказание, определяемое соответствующими законами, а нарушение этических норм наказывается общественным порицанием, замечанием, отказом в общении, нежеланием продолжать дружеские отношения, осуждением, осмеянием и пр.;
- г) кодексы и юридические нормы могут меняться с течением времени, а этические нормы - нет.

**3. По какому каналу восприятия поступает максимальное количество информации для осмысливания?**

- а) аудиальному;
- б) визуальному;
- в) обонятельному;
- г) кинестетическому.

**4. «Этика» это:**

- а) нравственный закон в сердце человека, требующий от индивидуума вести себя так, чтобы не нарушать общественный порядок и предполагающий существование принципа мировой справедливости;
- б) система общих ценностей и правил этики, соблюдение которых организация требует от своих сотрудников;
- в) правила, определяющие поведение; духовные и душевные качества, необходимые человеку в обществе, а также выполнение этих правил;
- г) система норм нравственного поведения (мораль какой-нибудь общественной группы), принципы, отделяющие правильное поведение от неправильного.

**5. Что человек выдаёт во вне после осмысливания информации?**

- а) речь;
- б) манипуляции;
- в) движение;
- г) действие.

**6. Принцип деловой этики, называемый «максимум прогресса», это:**

- а) целесообразно авансировать доверие сотрудникам (к их ответственности, компетенции, к чувству долга и т.п.);
- б) этические стандарты внедряются в жизнь организации не единовременным приказом, а с помощью постоянных усилий со стороны и руководства, и рядовых сотрудников;
- в) служебное поведение и действия сотрудника признаются этичными, если они способствуют развитию организации (или ее подразделений) с моральной точки зрения;
- г) свобода, не ограничивающая свободы других.

**7. Что нужно сделать для максимально полного запоминания информации?**

- а) достаточно внимательно выслушать информацию;
- б) сделать самому то, о чём узнал из информации;

- в) достаточно всё внимательно рассмотреть и понять, о чём идёт речь;  
г) достаточно посмотреть, как это делают другие.
- 8. Принцип деловой этики, называемый «золотым стандартом», это:**
- а) нужно обязательно исправлять этическое нарушение независимо от того, когда и кем оно было допущено;  
б) в рамках служебного положения никогда не допускать по отношению к своим подчиненным, к руководству, к коллегам своего служебного уровня, к клиентам и т.п. таких поступков, каких бы не желал видеть по отношению к себе;  
в) справедливое наделение сотрудников необходимыми для их служебной деятельности ресурсами (денежными, сырьевыми, материальными и пр.);  
г) этичным является терпимое отношение сотрудников организации к моральным устоям, традициям и пр., имеющим место в других организациях, регионах, странах.
- 9. Что такое память?**
- а) это процесс воспроизведения (проговаривание, запись) полученной информации;  
б) это способность человека понимать и пользоваться информацией;  
в) это мыслительный процесс, включающий в себя запись (запоминание), хранение и извлечение информации (вспоминание);  
г) это мыслительный процесс, дающий возможность человеку обогащать свой интеллект необходимой информацией.
- 10. Функция социального контроля в деловом общении это:**
- а) развитие навыков культуры делового общения, делового этикета;  
б) деловые партнеры стремятся выразить и понять эмоциональные переживания друг друга;  
в) передача конкретных способов деятельности, оценок, мнений, суждений и пр.;  
г) регламентация поведения и деятельности участников делового взаимодействия.
- 11. Какой период времени в течение суток, по мнению физиологов, оптимален для интеллектуальной работы?**
- а) с 6 до 18 часов;  
б) с 9 до 22 часов;  
в) с 7 до 14 часов;  
г) с 9 до 24 часов.
- 12. В какой период времени суток сон максимально эффективно восстанавливает работоспособность человека?**
- а) с 22 до 23 часов;  
б) с 00 до часу ночи;  
в) с 06 до 07 утра;  
г) с 19 до 20 часов.
- 13. Культуру речи в деловом общении можно усовершенствовать следующими приёмами:**

- а) сделать высказывания более доходчивыми, подбирая такие средства общения, которые соответствовали бы восприятию, памяти, мышлению, речи и воображению слушающих;
  - б) обходить «острые углы», стремиться к сохранению мира и спокойствия во что бы то ни стало;
  - в) упорядочить высказывания, делая их более организованными, структурными, последовательными;
  - г) повысить разборчивость речи (достаточная сила голоса, нормальный темп речи, наличие пауз, интонаций, логических ударений и пр.), чтобы она соответствовала порогам восприятия партнёров коммуникации.
- 14. Стимулировать общение можно с помощью следующих приёмов:**
- а) при необходимости условно принимать доводы оппонента;
  - б) быть открытым для убедительных аргументов партнёра;
  - в) критиковать позицию оппонента;
  - г) вовлекать оппонента в совместную выработку решения.
- 15. Какие факторы заметно повышают эффективность процесса запоминания информации?**
- а) высокая мотивация человека;
  - б) положительный эмоциональный фон;
  - в) концентрация внимания;
  - г) полное спокойствие.
- 16. Показателями эффективного слушания являются:**
- а) незначительное воздействие на говорящего, способствующее развитию мысли последнего «на один шаг вперед»;
  - б) свободное проявление своих эмоций при восприятии информации от говорящего;
  - в) поощряющее отношение к говорящему, «подталкивающее» его продолжать акт общения;
  - г) восприятие информации от говорящих или самого себя, при котором человек воздерживается от своих эмоций.
- 17. Что приводит к утрате памяти?**
- а) приём алкоголя;
  - б) ожирение;
  - в) болезнь Альцгеймера;
  - г) сидячий образ жизни.
- 18. Какие факторы положительно влияют на концентрацию внимания?**
- а) интерес к объекту;
  - б) опасение потерпеть неудачу;
  - в) желание поскорее закончить изучение объекта;
  - г) возбуждение, переполнение чувствами.
- 19. Какие приёмы улучшения и развития памяти наиболее эффективны?**
- а) поиск информации в разных источниках (из Internet, книг, TV);
  - б) улучшение физического состояния, занятие физкультурой;
  - в) развитие ассоциативного мышления;
  - г) тренировка концентрации внимания.
- 20. Основными целями эффективного слушания являются:**

- а) легче воспринимать новые идеи, повышать эффективность совместной деятельности;
  - б) лучше узнать слабые стороны партнёра, чтобы потом воспользоваться этой информацией для достижения своих целей;
  - в) лучше разобраться в том, что вам говорят и определить, что стоит за высказываниями партнёра;
  - г) повышать степень доверия к себе у собеседника, формировать у партнёра ощущение вашей надёжности.
- 21. На каком количестве объектов (максимально) человек может концентрировать своё внимание?**
- а) 1;
  - б) 4;
  - в) 6;
  - г) 8.
- 22. Наше умение слушать даёт другим людям следующее:**
- а) помогает собеседнику снизить уровень эмоционального возбуждения и начать трезво и здраво рассуждать по поводу возникшей проблемы;
  - б) сообщает собеседнику, что мы хорошо подготовились к встрече и знаем правила делового этикета;
  - в) способствует росту искренности, понимания и ощущения нашей надёжности;
  - г) сообщает собеседнику, что мы его ценим и уважаем; повышает его самооценку, развивает у него чувство уверенности в себе.
- 23. Снижают эффективность процесса слушания следующие факторы:**
- а) недостаточная информированность о партнёре;
  - б) антипатия к чужим мыслям;
  - в) отключение и избирательность внимания;
  - г) высокая скорость умственной деятельности.
- 24. Какие функции выполняет правое полушарие мозга у правшей?**
- а) синтез – соединение разрозненных сведений в единое целое;
  - б) анализ – разложением целого на составляющие;
  - в) запоминает слова, цифры, факты, даты последовательно;
  - г) схватывает всю ситуацию сразу и быстро, мыслит ощущениями, инстинктами, образами, эмоциями.
- 25. От собеседника могут исходить следующие помехи процессу слушания:**
- а) акцент у говорящего, монотонность, слишком быстрый или медленный темп речи;
  - б) собеседник говорит недостаточно громко или шёпотом;
  - в) непоседливость, суетливость собеседника;
  - г) привычка собеседника смотреть в глаза.
- 26. Каковы особенности работы левого полушария мозга у правшей?**
- а) выполняет функции будущего;
  - б) оперирует аналогиями, образами;
  - в) работает дискретно (прерывисто) и последовательно (поэтапно);
  - г) скорость переработки информации 100 ед/с.

- 27. Что такое обучение?**
- а) это процесс запоминания информации для использования в дальнейшей деятельности;
  - б) это процесс создания новых привычек, формирование в нервной системе новых сложных моделей поведения;
  - в) это процесс усвоения информации, её творческая переработка и использование для создания нового знания;
  - г) это чтение, слушание и конспектирование лекций, практическое применение полученных теоретических знаний.
- 28. Какие утверждения относятся к мифам о чтении?**
- а) цель чтения – восприятие общего смысла, а не восприятие значения каждого слова;
  - б) невозможно читать со скоростью, превышающей 500 сл/мин;
  - в) средняя скорость чтения заложена природой и поэтому оптимальна;
  - г) глаза способны воспринимать несколько слов за одну фиксацию.
- 29. Какие утверждения правильно характеризуют процесс чтения?**
- а) глаз способен четко воспринять лишь то, на чем он может "спокойно остановиться";
  - б) время каждой фиксации может быть сокращено до 0,25 с.;
  - в) ритм и темп скорочтения затрудняет понимание читаемого;
  - г) при скорочтении глаза больше устают.
- 30. Как можно увеличить скорость чтения?**
- а) с помощью специальных очков;
  - б) повысить мотивацию деятельности;
  - в) расширить фокус восприятия;
  - г) читать более плавно.
- 31. С чего нужно начинать освоение нового материала при работе с учебником?**
- а) законспектировать нужный материал, сокращая информацию;
  - б) быстро пробежать глазами текст, чтобы получить общее представление о материале;
  - в) внимательно прочитать весь материал, останавливаясь на трудных местах;
  - г) написать план будущего конспекта.
- 32. Для чего необходимо делать перерывы в процессе обучения?**
- а) чтобы расслабиться, снять внутреннее напряжение;
  - б) чтобы обеспечить параллельную работу понимания и запоминания;
  - в) чтобы повторить пройденный материал;
  - г) чтобы дать возможность только что воспринятой информации пройти внутреннюю интеграцию.
- 33. Для соблюдения принципа повторения при оформлении слайдов, необходимо соблюдать следующие правила:**
- а) повторять одну и ту же информацию, оформляя её разными шрифтами;
  - б) использовать на всех слайдах презентации одинаковые элементы дизайна (фон, набор цветов, размер и тип шрифта);

- в) не повторять раздражающие или давящие элементы (логотипы, эмблемы, орнаменты и пр.) на слайдах;
- г) не применять часто используемые встроенные шаблоны.
- 34. При подготовке слайдовой презентации возможны негативные последствия использования Power Point:**
- а) слайдовая презентация используется как субтитры;
- б) превращение в слайд раздаточного материала (слайдомент);
- г) трудно разобрать текст на слайде;
- д) презентация разъединяет выступающего и аудиторию, уходит живое общение.
- 35. Для соблюдения принципа соотношения сигнал / шум при оформлении слайдов, необходимо соблюдать следующие правила:**
- а) не применять звуковое сопровождение презентации;
- б) не применять трёхмерное изображение диаграмм;
- в) не размещать на слайдах корпоративные логотипы, украшения и пр.;
- г) на слайдах не показывать координатные сетки графиков, диаграмм, сетки таблиц.

#### **4. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций**

Формой контроля знаний по дисциплине «Культура труда и этика деловых отношений» являются две текущие аттестации в виде тестов и одна промежуточная аттестация в виде зачёта.

Таблица 3

Недели текущего контроля	Вид оценочного средства	Код компетенций, оценивающий знания, умения, навыки	Содержание оценочного средства	Требования к выполнению	Срок сдачи (неделя семестра)	Критерии оценки по содержанию и качеству с указанием баллов
7-8 15-16	Тестирование	УК-3, УК-6, ПК-2	35 вопросов	Компьютерное тестирование (время процедуры 30 мин.)	Результаты тестирования предоставляются в день проведения процедуры	Критерии оценки определяются процентным соотношением. Не явка – 0. Удовлетворительно - от 51% правильных ответов. Хорошо - от 70%. Отлично – от 90%.
17	Зачёт	УК-3, УК-6, ПК-2	1-2 вопроса	Проводится в устной форме. Время процедуры – 15- минут.	Результаты предоставляются в день проведения зачета	К зачёту допускаются студенты, набравшие не менее 50 баллов за выполнение заданий и работу на занятиях. Студенты, не набравшие



				нужное количество баллов, сначала проходят процедуру добора баллов. «Зачёт» ставится при исчерпывающем ответе на вопросы. «Зачёт» не ставится, если студент не смог ответить на основной и дополнительные вопросы
--	--	--	--	---

### Типовые вопросы, выносимые на зачёт:

1. Учебная деятельность, её структура.
2. Сущность и содержание этики деловых отношений.
3. Принципы этики деловых отношений.
4. Деловой этикет: история и составляющие.
5. Общие требования делового этикета.
6. Принципы хорошей работы памяти.
7. Рациональные способы запоминания и внимания.
8. Взаимосвязь ассоциативного мышления и процесса запоминания.
9. Как и почему влияют на качество памяти следующие факторы: время суток и года, возраст, душевное состояние, применение некоторых медикаментов, прием алкоголя, курение, применение наркотиков, чрезмерное потребление кофе, физические расстройства.
10. Особенности работы памяти в зависимости от доминантного канала восприятия информации (визуального, аудиального, кинестетического).
11. Требования к одежде и внешнему виду делового мужчины.
12. Требования к одежде и внешнему виду деловой женщины.
13. Этические стандарты оформления рабочего места сотрудника.
14. Деловой этикет и служебное помещение.
15. Этические нормы служебных взаимоотношений мужчины и женщины.
16. Виды письменного делового общения и этические требования к ним.
17. Критика и ее роль в выполнении служебных обязанностей.
18. Факторы, способствующие привлечению внимания.
19. Условия возникновения непроизвольного, произвольного и послепроизвольного внимания.
20. Приёмы развития наблюдательности.
21. Соотношение понятий «внимание» и «наблюдательность».
22. Соотношение понятий «желание» и «цель».
23. Стратегии на достижение цели в учебной деятельности.
24. Факторы, затрудняющие ускорение чтения.
25. Приёмы и методы увеличения скорости чтения.
26. Техника работы с учебником (пролистывание, ограничение времени, перерывы, постановка вопросов, определение целей, индивидуальная система пометок, конспектирование).
27. Определение интеллекта и его составляющие.

28. Характеристика типов интеллекта.
29. Соотношение понятий интеллект и креативность.
30. Основные характеристики креативной среды.
31. Стереотипы и гибкость ума.
32. Барьеры развития творческого потенциала.
33. Использование голосовых возможностей и потенциала языка жестов при публичных выступлениях.
34. Соотношение понятий «самооценка» и «уровень притязаний».
35. Система убеждений, свойственная уверенной личности.
36. Приемы релаксации для преодоления стрессов и их последствий.
37. Роль презентаций в деятельности современных организаций; виды презентаций.
38. Требования делового этикета к проведению презентаций.
39. Этика делового телефонного разговора: что можно и нужно говорить и что нельзя; как начать и как закончить разговор; как добиться его максимальной эффективности.
40. Особенности этических норм работы секретаря.
41. Деловой этикет руководителя: прием посетителей; проведение совещаний; личные контакты с сотрудниками.
42. Роль переводчика в деловых переговорах и нормы этикета в отношении его служебного поведения.
43. Деловая риторика: роль и виды речевого воздействия в деловых отношениях.
44. Этический кодекс, его содержание и назначение.
45. Механизмы внедрения этических норм в деловую сферу.
46. Этика деловых отношений в мировой практике.

*Итоговое начисление баллов по дисциплине осуществляется в соответствии с разработанной и внедренной балльно-рейтинговой системой контроля и оценивания уровня знаний и внеучебной созидательной активности обучающихся, согласно приказу «О внедрении новой балльно-рейтинговой системы контроля и оценивания уровня знаний и внеучебной созидательной активности обучающихся» № 01-04/428 от 25 сентября 2020 г.*

**Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины  
(модуля)**

***ИНСТИТУТ ПРОЕКТНОГО  
МЕНЕДЖМЕНТА И ИНЖЕНЕРНОГО БИЗНЕСА***

***КАФЕДРА ГУМАНИТАРНЫХ И СОЦИАЛЬНЫХ ДИСЦИПЛИН***

**МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО  
ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ  
«КУЛЬТУРА ТРУДА И ЭТИКА ДЕЛОВЫХ ОТНОШЕНИЙ»  
(модуль «Введение в профессию»):  
(Приложение 2 к рабочей программе)**

**Направление подготовки: 42.03.01 Реклама и связи с общественностью**

**Профиль: Современные коммуникационные технологии и рекламная деятельность**

**Уровень высшего образования: бакалавриат**

**Форма обучения: очная, заочная**

Королев  
2022

## 1 Общие положения

*Целью* изучения дисциплины является успешная адаптация студентов в вузе посредством вовлечения их в процесс саморазвития и самосовершенствования, формирования и развития у них индивидуально-личностных умений и навыков умственного труда, навыков освоения новых знаний, т.е. умения учиться.

Основными *задачами* дисциплины являются:

1. включение этических стандартов в сознание (и подсознание) будущего специалиста, чтобы они стали частью мировоззренческого комплекса и, даже можно сказать, непреложными аксиомами, не подлежащими оспариванию;
2. формирование и развитие коммуникативной культуры и навыков в деловом общении, осуществление взаимодействия внутри группы и реализация своей роли;
3. знакомство первокурсников с особенностями вузовской среды, структуры учебного процесса, с организационно-методическим обеспечением реализации программ профессионального обучения, СПО и ДПП;
4. формирование и развитие у студентов способности актуализировать мотивацию своей деятельности, управлять своим временем, на основе принципов образования реализовывать способность к саморазвитию в течение всей жизни;
5. развитие навыков умственного труда, умение планировать свою деятельность;
6. развитие интеллектуальных творческих способностей обучающихся;
7. развитие способности работать в команде, толерантно воспринимать социальные, этнические, конфессиональные и культурные различия.

## 2 Указания по проведению практических (семинарских) занятий

### **Практическое занятие 1: семинар по теме**

«История и принципы этики деловых отношений»

*Продолжительность занятия* – 2 ч./1ч.

Вид практического занятия: смешанная форма ведения практического занятия.

Образовательные технологии: групповая дискуссия

### ***Темы для подготовки выступлений с использованием инфографики:***

1. История этики, морали и нравственности предпринимательства.
2. Православие и этика российского предпринимательства.
3. Национальные особенности делового этикета в России, странах ближнего зарубежья (бывшие советские республики), США, Латинской Америке и др. странах дальнего зарубежья. (несколько тем)

**Практическое занятие 2: тренинг «Постановка цели»**  
**Продолжительность – 4 ак.ч.**

Вид практического занятия: смешанная форма ведения практического занятия.

Образовательные технологии: групповая дискуссия

***Цель работы:***

Формирование готовности к достижению цели.

***Вопросы к работе:***

- Чем цель отличается от желания?
- На какие группы можно разделить наши желания?
- Как вы понимаете экологичность желаний и целей?
- Как правильно трансформировать желание в цель?

***Ход работы:***

- Составление списка желаний, разбивка его на группы.
- Рейтинг желаний.
- Проверка экологичности желаний.
- Трансформация желания в цель.
- Определение задач по достижению цели.
- Проверка готовности к достижению цели.
- Выявление существующих ограничений.
- Определение идеальных и реальных условий; ресурсов для достижения цели.
- Определение компонентов готовности к достижению цели
- Работа в технике формирования готовности к достижению цели (результата)

***Оснащение работы:***

- Инструкция к практической работе.
- Оргтехника для демонстрации слайдовой презентации.
- Доска, маркеры.

***Требования к оформлению работы:***

Отчёт по практической работе выполняется в компьютерном наборе с соблюдением требований к оформлению письменных работ в вузе. Отчёт состоит из титульного листа и заполненного бланка техники формирования готовности к достижению цели (результата).

**Практическое занятие 3: тренинг концентрации внимания и развития памяти**

**Продолжительность – 4 ак.ч.**

Вид практического занятия: смешанная форма ведения практического занятия.

Образовательные технологии: групповая дискуссия

***Цель тренинга:*** Освоение эффективных приёмов развития памяти и внимания.

***Содержание тренинга:***

- Тестирование памяти и внимания.
- Упражнения: «Цифровые пары»; «Цветовая и предметная визуализация»; «Группировка предметов»; «Пчела».

**Оснащение работы:**

- Тесты: «20 предметов»; «Объём памяти»; «Концентрация внимания при обработке информации».
- Доска, маркеры, магниты.

**Практическое занятие 4: дискуссия**

«Сравнительный анализ документов»

**Продолжительность занятия** – 2 ч./1ч.

Вид практического занятия: смешанная форма ведения практического занятия.

Образовательные технологии: групповая дискуссия

**Цель:** развить умение вести дискуссию (аргументировать свои высказывания, последовательно отстаивать свою точку зрения, слушать оппонентов, полемизировать, готовить контраргументы, резюмировать).

**Задание и ход занятия:**

2. Ознакомление студентов с темой, целью и содержанием дискуссии.
2. Изучение студентами текстов «Хартии» и «Билля» (см. Рабочие материалы к практическому занятию 2).
3. Обсуждение документов по предложенным вопросам:
  - В чём сходства, в чём отличия документов?
  - Как вы думаете, почему такой разный подход у авторов к выбору приоритетов при составлении документов?
  - Какой документ вам ближе, почему?
  - Что в документах вы не принимаете для себя, почему?
4. Подведение итогов дискуссии. При подведении итогов дискуссии важен акцент на значимость морально-этической основы деятельности в любой профессиональной сфере.

**Оснащение занятия:**

4. Раздаточный материал (тексты документов).
5. Интерактивная доска с проектором.
6. Электронная версия инструкции.

**Рабочие материалы к практическому занятию 2**

**Хартия корпоративной и деловой этики**

Мы, представители делового сообщества российской федерации, члены российского союза промышленников и предпринимателей (работодателей),

✓ исходя из того, что утверждение основ правового общества и развитие эффективной рыночной экономики невозможно без создания устойчивой системы корпоративных отношений, основанной на равноправии и добросовестной конкуренции;

✓ осознавая свою ответственность за судьбу рыночных реформ в

россии и, руководствуясь приоритетом интересов страны и российского общества;

✓ придерживаясь общепризнанных моральных правил и нравственных норм в своих поступках и решениях, принимаем на себя добровольное обязательство в практике своей предпринимательской деятельности следовать следующим нормам корпоративной этики

1. Вести предпринимательскую деятельность, основываясь на принципах добропорядочности и справедливости, честности во взаимоотношениях со своими партнерами и конкурентами.

2. Способствовать укреплению основ института собственности, не предпринимать действий, направленных на подрыв его принципов.

3. Руководствоваться реальным смыслом законов, избегать применения различных толкований, не соответствующих духу законодательных актов, не использовать формальные процедуры для достижения целей, не совместимых с нормами корпоративной этики.

4. Отказываться от совершения действий, направленных на усиление социальной напряженности в обществе.

5. Не оказывать незаконного влияния на решения судебных, правоохранительных или иных официальных органов для достижения своих корпоративных целей.

6. С уважением относиться к своим конкурентам, не прибегать к незаконным формам борьбы, использовать только корректные методы, соответствующие корпоративной этике.

7. Заботиться о поддержании как собственной деловой репутации, так и репутации российского бизнеса в целом, избегать участия в распространении напрямую либо через третьих лиц заведомо ложной и непроверенной информации.

8. В ситуации конфликта интересов добиваться разрешения споров путем переговоров, использовать механизмы внесудебного разрешения споров, предоставляемые Комиссией РСПП по корпоративной этике.

9. Уважать решения Комиссии РСПП по корпоративной этике.

(21. 11. 2002)

### ***Билль о правах личности***

Вы имеете право...

1 ... иногда ставить себя на первое место.

2 ... просить о помощи и эмоциональной поддержке.

3 ... протестовать против несправедливого обращения или критики.

4 ... иметь своё собственное мнение или убеждение.

5 ... совершать ошибки, пока Вы не найдёте правильный путь.

6 ... предоставлять людям право самим решать свои проблемы.

7 ... говорить: “Спасибо, НЕТ”, “Извините, НЕТ”.

8 ... не обращать внимания на советы окружающих и следовать своим собственным.

9 ... побыть одному, даже если другим хочется Вашего общества.

10 ... иметь свои собственные, какие угодно чувства, независимо от того, понимают ли их окружающие.

- 11 ... менять свои решения или изменять образ действий.
- 12 ... добиваться перемены договорённости, которая Вас не устраивает.  
Вы никогда не обязаны..
- 1 ... быть безупречным на 100%.
- 2 ... следовать за всеми.
- 3 ... делать приятное неприятным Вам людям.
- 4 ... любить людей, приносящих Вам вред.
- 5 ... извиняться за то, что Вы были самим собой.
- 6 ... выбиваться из сил ради других.
- 7 ... чувствовать себя виноватым за свои желания.
- 8 ... мириться с неприятной Вам ситуацией.
- 9 ... жертвовать своим внутренним миром ради кого бы то ни было.
- 10 ... сохранять отношения, ставшие оскорбительными.
- 11 ... делать больше, чем Вам позволяет время.
- 12 ... делать что-то, что Вы на самом деле не можете сделать.
- 13 ... выполнять неразумные требования.
- 14 ... отдавать что-то, что Вам на самом деле отдавать не хочется.
- 15 ... нести на себе тяжесть чьего-то неправильного поведения.
- 16 ... отказываться от своего “Я” ради чего бы то ни было или кого бы то ни было.

### **Практическое занятие 5: практическая работа**

«Я-концепция»

**Продолжительность занятия** – 4 ч.

Вид практического занятия: смешанная форма ведения практического занятия.

Образовательные технологии: групповая дискуссия

#### **Цель:**

Развить способности к рефлексии (самопознание в виде размышлений над собственными переживаниями, ощущениями и мыслями).

#### **Задание и ход занятия:**

Для того, чтобы достигнуть поставленных жизненных целей, занять достойное место в обществе, человеку необходимы многие качества.

1. Завершите фразу: «*Мне не хватает таких качеств, как...*»

(укажите не менее 10 качеств).

2. Вас окружают люди, которым также не хватает каких-то качеств.

Завершите фразу: «*Другим не хватает...*» (укажите не менее 10 качеств).

3. Разделите недостающие качества по категориям: «жесткие» (сила воли, решительность, целеустремлённость, пунктуальность и т.п.); «мягкие» (доброта, сочувствие, отзывчивость, чувство юмора и т.п.). Распределите все перечисленные в пунктах 1 и 2 качества в соответствующие ячейки таблицы<sup>1</sup>.

Таблица 1

#### **Мне не хватает, другим не хватает**

Качества	Мягкие	Жёсткие
----------	--------	---------



для себя		
для других		

4. Проанализируйте полученный результат. Сравните, какие качества вы в большей степени ждёте от окружающих; преимущественно, какие качества вы хотели бы транслировать окружающим людям.

5. Заполните таблицу 2.

Таблица 2

### Мои лучшие качества

Мои лучшие черты	Мои способности и таланты	Мои достижения

6. Заполните таблицу 3 (частично выполняется дома).

Таблица 3

### Какой Я

Что, по моему мнению, думает обо мне близкий человек (мама, папа, друг или кто-то еще)	Что думает обо мне близкий человек (заполняет мама, папа, друг или кто-то еще)	Что обо мне, по моему мнению, думает сосед слева от меня	Что думает обо мне сосед слева от меня (заполняет сосед)

7. Напишите, что вы думаете о себе, о своём предназначении, смысле своей жизни, сформулируйте свою **Я-концепцию**.

#### Оснащение занятия:

- Интерактивная доска с проектором.
- Электронная версия инструкции.

**Требования к оформлению работы:** работа оформляется в тетради от руки.

### Практическое занятие 8: семинар по теме

«Психология межличностного делового общения»

**Продолжительность занятия** – 8 ч.

**Темы для подготовки выступлений с использованием инфографики:**

1. Создание благоприятного психологического климата в коллективе.
2. Поведение работников различных психологических типов. Особенности делового общения с ними.
3. Психологические манипуляции в общении, их нейтрализация.
4. Защита от некорректных собеседников.
5. Тактики поведения с неудобными партнёрами.
6. Разрядка отрицательных эмоций и техника самоуспокоения.
7. Работа с «трудным» руководителем и «трудными» подчиненными.
8. Конфликт и его созидательные возможности.
9. Этика и психология решения спорных вопросов.

10. Проведение интервью с претендентом на работу.
11. Как подготовиться к собеседованию при приеме на работу.
12. Деловой разговор: речевая специфика и логическая культура.
13. Использование невербальных средств общения.
14. Прием посетителей и общение с ними.

### **Практическое занятие 6: семинар по теме**

«Деловой этикет»

**Продолжительность занятия** – 6 ч./1ч.

**Темы для подготовки выступлений с использованием инфографики:**

1. Этикетные правила и условности в деловом общении.
2. Формы и виды письменного делового общения, их языковое своеобразие.
3. Подготовка к выступлению на ТВ.
4. Этика деловых отношений мужчины и женщины.
5. Подготовка к заграничной командировке. Общие рекомендации поведения за рубежом.
6. Организация и проведение торжественного обеда, ужина и пр.
7. Сервировка стола. Правила подачи блюд. Как правильно есть различные блюда.
8. Национальные особенности культуры застолья.
9. Культура электронной переписки.
10. Этика общения по Интернету.
11. Прием посетителей и общение с ними.
12. Культура общения по телефону.

### **Практическое занятие 7: семинар по теме**

«Имидж»

**Продолжительность занятия** – 6 ч./1ч.

Вид практического занятия: смешанная форма ведения практического занятия.

Образовательные технологии: групповая дискуссия

**Темы для подготовки выступлений с использованием инфографики:**

1. Этикетные правила и условности в деловом общении.
2. Внешность и самосознание человека.
3. Ошибки и промахи во внешнем виде делового мужчины, которых следует избегать.
4. Ошибки и промахи во внешнем виде деловой женщины, которых следует избегать.
5. Создание благоприятного впечатления о себе, самопрезентация в деловом общении.
6. Комплексы физической непривлекательности и приемы корректировки внешности.
7. Формирование имиджа учебного заведения.

8. Формирование имиджа фирмы.
9. Оборудование и оформление офиса.
10. Здоровый образ жизни как основа положительного имиджа.

### **Практическое занятие 8: решение интеллектуальных задач**

**Продолжительность – 4 ч.**

#### ***Цели занятия:***

- Развитие интереса к интеллектуальной работе.
- Тренировка «интеллектуальной выносливости».

#### ***Вопросы к работе:***

- Какие типы интеллекта вы знаете? Охарактеризуйте их.
- Назовите основные функции полушарий головного мозга.
- Из чего складывается интеллект?

#### ***Содержание работы:***

- Тест «Интеллектуальная лабильность».
- Упражнения: «Реальные связи»; «Десятка».
- Задача Эйнштейна.

#### ***Оснащение работы:***

- Карточки с задачами, тестами.
- Доска, маркеры.

***Требования к оформлению работы:*** Работа оформляется от руки в тетрадях для конспектов лекций.

### **Практическое занятие 8: тренинг «Публичное выступление»**

**Продолжительность – 4 ак.ч.**

Вид практического занятия: смешанная форма ведения практического занятия.

Образовательные технологии: групповая дискуссия

#### ***Цели занятия:***

- Формирование навыков публичного выступления
- Освоение технологии подготовки электронной презентации

#### ***Вопросы к работе:***

- В чём позитивные и негативные последствия использования Power Point при подготовке слайдовой презентации?
- Назовите основные принципы дизайна слайдов, раскройте их суть.
- Какие основные ошибки встречаются при подготовке слайдов?
- Назовите основные критерии оценки публичного выступления.

#### ***Содержание работы:***

- Выбор темы публичного выступления.

- Знакомство с материалами к теме публичного выступления.
- Составление плана выступления.
- Разработка карты презентации, предварительная раскадровка.
- Дизайн слайдов.
- Публичное выступление.
- Обсуждение выступления, обратная связь.

***Оснащение работы:***

- Компьютерный класс с выходом в Internet.
- Карточки с темами и текстами для подготовки слайдовой презентации и публичного выступления.
- Доска, маркеры.

***Требования к оформлению работы:*** Работа представляется в виде публичного выступления, сопровождающегося слайдовой презентацией (5-10 слайдов).

**Практическое занятие 9: имитационная игра «Кораблекрушение»**

**Продолжительность – 2 ч.**

Вид практического занятия: смешанная форма ведения практического занятия.

Образовательные технологии: групповая дискуссия

Цели, описание подготовительного этапа, задание, ход игры, оснащение занятия приведены в пункте 3.4 «Фонда оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю)»

**Рабочие материалы к игре**

***Информация по игровой ситуации.***

Вы – члены экипажа корабля, который сейчас находится в Южном полушарии Земли (все корабли – в разных географических точках Тихого океана и никак не соотносятся друг с другом).

Раннее утро, все спят, только дежурный несёт вахту. Вдруг вы просыпаетесь от гомона чаек, выбегаете на палубу, и перед вами открывается изумительный вид на большой необитаемый остров примерно в километре от судна. Белая полоска песчаного пляжа отделяет гладь воды от изумрудной густой растительности, покрывающей сушу. Но корабль, продолжая движение, неожиданно напарывается на риф, получает пробоину и начинает тонуть. Вы сбрасываете на воду надувной спасательный плот, на котором может разместиться вся команда и только 10 предметов из тех 20, что удалось собрать на палубе.

***Игроки должны принять условность игры:***

1. Все предметы равнозначны по объёму и весу и отличаются только своей «ценностью» в зависимости от цели, которую поставит перед собой спасающаяся команда.
2. Нельзя «жертвовать» членами команды или кому-то вплавь добираться до острова, чтобы освободить место на плоту.

### ***Список предметов с пояснениями:***

- Две коробки шоколада (картонная коробка с 20 плитками шоколада «Люкс»).
- Фляга с ромом (литровая металлическая фляга).
- Канистра с горючим (металлическая с 20 литрами солярки).
- Транзистор (работает на батарейках и только на приём сигнала).
- Карта Тихого океана (размер 100X70 см, ламинированная).
- Канат (капроновый, диаметром 3 см, длиной 5 м).
- Противомоскитная сетка (тонкая синтетическая сетка размером 300X300 см).
- Брезент (плотная х/б ткань с водоотталкивающей пропиткой, размером 300X300 см).
- Рыболовная снасть (коробка с лесками, крючками и пр. для изготовления нескольких удочек).
- Топорик (цельнометаллический, туристический).
- Канистра с водой (пластиковая с 20 литрами питьевой воды).
- Спички (туристические, не гаснут на ветру).
- Ружьё и патроны (охотничья двустволка 16 калибра и коробка с 25 патронами с дробью).
- Репеллент от акул (пластиковая бутылка 0,5 литра).
- Зеркало для бритья (диаметр 10 см, двустороннее, одна сторона вогнутая).
- Спасательный круг (большой корабельный).
- Бинокль (большой, 20-кратного увеличения).
- Спальный мешок (тёплый, с круговой молнией).
- Секстант (астронавигационный инструмент для измерения высот небесных светил).
- Гарпун (металлическое орудие для морской охоты).

### ***Вопросы для наблюдателя:***

- Какая атмосфера сложилась в группе?
- Кто проявлял наибольшую активность?
- Кто оставался в роли наблюдателя?
- Какие особенности поведения участников мешали, какие помогали процессу принятия решения?
- Кто оказывал наибольшее влияние на принятие решения и почему?
- Какие действия предпринимали участники обсуждения для внедрения своих предложений?
- Полностью ли были использованы интеллектуальные возможности группы, если «нет», то – почему?

### ***Правила коллективного обсуждения:***

- ▶ Помните, что любая деятельность, особенно групповая, должна иметь конкретную цель.
- ▶ Изначально уважительно относитесь к оппонентам.
- ▶ Принимайте множество мнений как нечто полезное, а не как помеху для принятия решения.
- ▶ Избегайте споров для отстаивания собственных суждений. Подходите к задаче с позиций логики и убедительной аргументации.
- ▶ Избегайте изменения своего мнения только для того, чтобы прийти к соглашению и не допустить конфликта.
- ▶ Поддерживайте только те решения, с которыми вы можете согласиться, хотя бы отчасти.
- ▶ Избегайте таких методов сглаживания конфликтов как: голосование, усреднение или торг при принятии коллективного решения.

### ***Подведение итогов игры***

По мнению специалистов МЧС, наиболее правильная формулировка **цели** в сложившейся ситуации: «Доплыть до острова, продержаться несколько дней, подать сигнал спасателям».

Все предметы группируются по ценности от 0 до 3 баллов (ценность предмета при использовании его для разных целей не суммируется, а определяется по максимальному количеству баллов в группе):

3 балла – оказание экстренной помощи пострадавшим, наблюдение за горизонтом, подача сигнала спасателям (костёр, выстрелы, солнечные «зайчики» и пр.), выживание в течение нескольких дней.

2 балла – изготовление укрытия, разведение огня для обогрева, оказание помощи заболевшим, пища на первое время.

1 балл – добыча воды и пищи при более длительном пребывании на острове.

0 баллов – малополезные вещи.

Таблица

### **«Ценность» вещей (в баллах)**

<b>Баллы</b>	<b>Предметы</b>	<b>Баллы</b>	<b>Предметы</b>	<b>Баллы</b>	<b>Предметы</b>
2; 3	Две коробки шоколада	0; 3	Зеркало для бритья	1; 2	Брезент
2; 3	Канистра с горючим	3	Бинокль	1; 3	Топорик
0	Карта Тихого океана	0	Секстант	2; 3	Спички
0	Противомоскитная сетка	2; 3	Фляга с ромом	0	Репеллент от акул
1	Рыболовная снасть	0	Транзистор	0	Спасательный круг
3	Канистра с водой	1	Канат	2	Спальный мешок
1; 3	Ружьё и патроны	1	Гарпун		

Цели, задание, ход работы и оснащение занятия приведены в пункте 3.5 «Фонда оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю)»

### **3 Указания по проведению лабораторного практикума**

Не предусмотрено учебным планом.

## 4 Указания по проведению самостоятельной работы студентов

№ п/п	Наименование блока (раздела) дисциплины	Виды СРС
1	Тема 1. Введение. Роль обучения в развитии личности. История и принципы этики деловых отношений	<ul style="list-style-type: none"><li>• Подготовка к лекциям и практическим занятиям.</li></ul>
2	Тема 2. Психология межличностного общения.	<ul style="list-style-type: none"><li>• Выполнение части практической работы «Я-концепция»</li><li>• Подготовка выступлений к семинару «Психология межличностного общения»</li></ul>
3	Тема 3. Деловой этикет	Подготовка выступлений к семинару «Деловой этикет»
4	Тема 4. Влияние индивидуальных особенностей памяти, внимания, самоорганизации личности на результативность умственного труда	<ul style="list-style-type: none"><li>• Подготовка к лекциям и практическим занятиям.</li><li>• Тренировка памяти и внимания (выполнение упражнений).</li><li>• Выполнение домашнего задания по практическим занятиям</li><li>• Подготовка к аудиторной контрольной работе</li></ul>
5	Тема 5. Интеллект и его развитие. Развитие основных учебных умений	<ul style="list-style-type: none"><li>• Подготовка к лекциям и практическим занятиям.</li><li>• Решение интеллектуальных задач.</li><li>• Выполнение упражнений по развитию креативного мышления. Подготовка к лекциям и практическим занятиям.</li><li>• Выполнение упражнений по развитию навыков продуктивного чтения.</li><li>• Подготовка презентаций к публичному выступлению.</li><li>•</li></ul>
6	Тема 6. Имидж. Понятия и правила формирования	Подготовка выступлений к семинару «Имидж»

## 5 Указания по проведению контрольных работ для обучающихся очной, заочной формы обучения.

Не предусмотрено учебными планами

## 6 Перечень основной и дополнительной учебной литературы

### Основная:

1. Основы личностной и коммуникативной культуры: культура и личность : [16+] / С.В. Кущенко, Я.С. Иващенко, Е.Л. Плавская и др. ; Новосибирский государственный технический университет. – Новосибирск : Новосибирский государственный технический университет, 2018. – 62 с. : ил., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=575261>

2. Кибанов, А. Я. Этика деловых отношений: Учебник / А.Я.Кибанов, Д.К.Захаров, В.Г.Коновалова; Под ред. А.Я.Кибанова. - 2-е изд., перераб. - Москва: НИЦ ИНФРА-М, 2020 - 383 с.: + ( Доп. мат. znanium.com). - (ВО:Бакалавр.). - ISBN 978-5-16-006723-0. - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/1047095>
3. Балашов, А. П. Организационная культура : учебное пособие / А. П. Балашов. — Москва : Вузовский учебник : ИНФРА-М, 2021. — 278 с. - ISBN 978-5-9558-0475-0. - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/1150325>
4. Этика деловых отношений : учебник / В.К. Борисов, Е.М. Панина, М.И. Панов, Ю.Ю. Петрунин, Л.Е. Тумина. — Москва : ИД «ФОРУМ» : ИНФРА-М, 2019. — 176 с. — (Среднее профессиональное образование). - Текст : электронный. - URL: <http://znanium.com/catalog/product/987726>

### ***Дополнительная:***

1. Савельева, Е. А. Инжиниринг труда: проектирование трудовых процессов и систем : учебное пособие / Е. А. Савельева. — Москва : Вузовский учебник : ИНФРА-М, 2019. — 236 с. — (Высшее образование: Бакалавриат). - ISBN 978-5-9558-0536-8. - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/1015853>
2. Даниляк, В. И. Человеческий фактор в управлении качеством: инновационный подход к управлению эргономичностью : учебное пособие / В. И. Даниляк. - Москва : Логос, 2020. - 336 с. - (Новая университетская библиотека). - ISBN 978-5-98704-585-5. - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/1214483>
3. Фетискин, Н. П. Психология воспитания стрессовосладевающего поведения : учебное пособие / Н.П. Фетискин. — Москва : ФОРУМ : ИНФРА-М, 2021. — 240 с. — (Высшее образование: Бакалавриат). - ISBN 978-5-00091-483-0. - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/1224789>
4. Сухова, Е. В. Психофизиология профессиональной деятельности: умственный труд : учебное пособие / Е. В. Сухова. — Москва : ИНФРА-М, 2021. — 155 с. — (Высшее образование: Бакалавриат). - ISBN 978-5-16-012389-9. - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/1144438>
5. Вашаломидзе, Е. В. Теоретико-методологические аспекты управления интеллектуальным трудом работников организаций / Е. В. Вашаломидзе, С. А. Шапиро. – Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2020. – 157 с. : табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=600205>
6. Основы личностной и коммуникативной культуры: культура и личность : [16+] / С.В. Кущенко, Я.С. Иващенко, Е.Л. Плавская и др. ; Новосибирский государственный технический университет. — Новосибирск : Новосибирский государственный технический



университет, 2018. – 62 с. : ил., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=575261>

## **7.Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»**

1. <http://www.biblioclub.ru>
2. <http://znanium.com>
3. <https://e.lanbook.com/book/93317>

## **8. Перечень информационных технологий**

**Перечень программного обеспечения:** MSOffice, PowerPoint

**Информационные справочные системы:** не предусмотрены курсом

*Электронные ресурсы библиотеки МГОТУ*

<http://www.biblioclub.ru>,

<http://znanium.com>

<https://e.lanbook.com/book/93317>