



МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Магнитогорский государственный технический университет им. Г.И. Носова»



ТВЕРЖДАЮ:

Директор института
Гуманитарного образования

Т.Е. Абрамзон

14 октября 2018 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

НЕЙРОЛИГВИСТИЧЕСКОЕ ПРОГРАММИРОВАНИЕ

Специальность
37.05.02 ПСИХОЛОГИЯ СЛУЖЕБНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Специализация
МОРАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ СЛУЖЕБНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Уровень высшего образования –
СПЕЦИАЛИТЕТ

Форма обучения
Очная

Институт	Гуманитарного образования
Кафедра	Психологии
Курс	4
Семестр	8

Магнитогорск
2018 г.

Рабочая программа составлена на основе требований ФГОС ВО по специальности 37.05.02 Психология служебной деятельности, утвержденного приказом МОиН РФ от 19 декабря 2016 г. N 1613 для специализации Морально-психологическое обеспечение служебной деятельности

Рабочая программа рассмотрена и одобрена на заседании кафедры психологии «05» октября 2018 г., протокол № 2.

Зав. кафедрой  / О.П. Степанова/

Рабочая программа одобрена методической комиссией института гуманитарного образования «16» октября 2018 г., протокол № 3.

Председатель  / Т.Е. Абрамзон/

Рабочая программа составлена: доцент, канд. пс. наук, доцент

 / О.П. Степанова/

Рецензент:

Помощник начальника управления-
Начальник Отдела управления МВД России по
г. Магнитогорску, подполковник внутренней службы



 / С.В. Брыков/

1 Цели освоения дисциплины

Целями освоения дисциплины «Нейролингвистическое программирование» являются формирование у студентов следующих компетенций:

способность разрабатывать и использовать средства воздействия на межличностные и межгрупповые отношения и на отношения субъекта с реальным миром
способность реализовывать психологические методики и технологии, ориентированные на личностный рост, охрану здоровья индивидов и групп

2 Место дисциплины в структуре образовательной программы подготовки специалиста

Дисциплина «Нейролингвистическое программирование» адресована студентам, обучающимся на четвертом курсе, входит в вариативную часть блока дисциплин по выбору, образовательной программы по направлению 37.05.02.

Изучение дисциплины базируется на знаниях, умениях и навыках, полученных в результате освоения дисциплин:

Психология конфликта
Психология общения и переговоров
Психология лжи и скрываемых обстоятельств
Психология манипуляций
Политическая психология
Анатомия центральной нервной системы
Физиология центральной нервной системы
Психология стресса и стрессоустойчивого поведения
Методы активного социально-психологического обучения
Основы сексологии
Психосоматика
Основы психотерапии
Тренинг ассертивности

Знания и умения, полученные студентами при изучении дисциплины, необходимы при **подготовке к дисциплинам:**

Гештальттерапия
Психогигиена
Психология здоровья
Арттерапия

Для прохождения практик: производственной - практики по получению профессиональных умений и опыта профессиональной деятельности; производственной - преддипломной практики

А так же при подготовке к итоговой государственной итоговой аттестации.

3 Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения дисциплины и планируемые результаты обучения

В результате освоения дисциплины (модуля) «Нейролингвистическое программирование» обучающийся должен обладать следующими компетенциями:

Структурный элемент компетенции	Планируемые результаты обучения
ПК-10: способностью разрабатывать и использовать средства воздействия на межличностные и межгрупповые отношения и на отношения субъекта с реальным миром	
Знать	- средства воздействия на межличностные и межгрупповые отношения и на отношения субъекта с реальным миром техниками НЛП

Структурный элемент компетенции	Планируемые результаты обучения
Уметь	<i>-использовать техники НЛП - как средства воздействия на межличностные и межгрупповые отношения и на отношения субъекта с реальным миром</i>
Владеть	<i>техниками НЛП - как средством воздействия на межличностные и межгрупповые отношения и на отношения субъекта с реальным миром</i>
ПК-12:способностью реализовывать психологические методики и технологии, ориентированные на личностный рост, охрану здоровья индивидов и групп	
Знать	<i>- Психологические методики и технологии нейролингвистического программирования, ориентированные на личностный рост, охрану здоровья индивидов и групп;</i>
Уметь	<i>- Проводить психологические методики и технологии нейролингвистического программирования, ориентированные на личностный рост, охрану здоровья индивидов и групп</i>
Владеть	<i>-Практическими навыками и способностью реализовывать психологические методики и технологии нейролингвистического программирования, ориентированные на личностный рост, охрану здоровья индивидов и групп</i>

4 Структура и содержание дисциплины

Общая трудоемкость дисциплины составляет 3 единицы 108 акад. часов:

- контактная работа – 42,1 акад. часа;
- аудиторная работа – 42 акад. часов;
- аудиторная работа – 0,1 акад. часов;
- самостоятельная работа – 65,9 акад. часа;

Раздел/ тема дисциплины	Семестр	Аудиторная контактная работа (в акад. часах)			Самостоятельная работа (в акад. часах)	Вид самостоятельной работы	Форма текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации	Код и структурный элемент компетенции
		лекции	лаборат. занятия	практич. занятия				
Раздел 1. Методология НЛП. Основные принципы и положения НЛП								
1.1. История возникновения и развития нейролингвистического программирования	8		6		9	Составление теста по теме занятия. Разработка презентации по теме. Конспектирование первоисточников Создание глоссария (минимум 20 понятий).	Оценочный тест	ПК-10 зув ПК-12 зув
1.2. Репрезентативные системы	8		6		9	Составление теста по теме занятия. Разработка презентации по теме. Создание глоссария (минимум 20 понятий). Определить свою ведущую РС и у респондентов не менее 10 человек	Отчет по работе. Оценочный тест	ПК-10 зув, ПК-12 зув
1.3. Раппорт и калибровка	8		6		10,9	Составление теста по теме занятия. Разработка презентации по теме. Отработка этапов коммуникации в количестве не менее 10 человек.	Отчет по работе. Оценочный тест	ПК-10 зув, ПК-12 зув
Итого по разделу			18		28,9		Контрольная работа	
Раздел 2. Техники НЛП в профессиональной деятельности психолога								
2.1. Техники «Якорение», «Паттерн взмаха», «Круг совершенства»	8		6		9	Отработка техники в количестве не менее 10	Отчет по работе. Оценочный тест	ПК-10 зув, ПК-12 зув

Раздел/ тема дисциплины	Семестр	Аудиторная контактная работа (в акад. часах)			Самостоятельная работа (в акад. часах)	Вид самостоятельной работы	Форма текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации	Код и структурный элемент компетенции
		лекции	лаборат. занятия	практич. занятия				
						человек. Разработка презентации по теме.		
2.2. Техника рефрейминга	8		6		9	Отработка техники в количестве не менее 10 человек.	Отчет по работе. Оценочный тест	ПК-10 зув, ПК-12 зув
2.3. Субмодальностное редактирование	8		6		9	Отработка техники в количестве не менее 10 человек.	Отчет по работе. Оценочный тест	ПК-10 зув, ПК-12 зув
2.4. Искусство речи в НЛП Мета-Модели	8		6		10	Отработка техники в количестве не менее 10 человек.	Отчет по работе. Оценочный тест	ПК-10 зув, ПК-12 зув
Итого по разделу			24		37		Контрольная работа	
Итого за семестр			42		65,9		Зачет	
Итого по дисциплине			42		65,9		зачет	

5 Образовательные и информационные технологии

В ходе изучения дисциплины «Нейролингвистическое программирование» для решения поставленных задач используются пассивные, активные и интерактивные формы обучения. В частности, проводятся круглые столы, анализ конкретных ситуаций, решение ситуационных задач, ролевые игры, отработка методик технологий НЛП.

1. Лабораторная работа – организация учебной работы с реальными материальными и информационными объектами, экспериментальная работа с аналоговыми моделями реальных объектов.

2. Технологии проблемного обучения – организация образовательного процесса, которая предполагает постановку проблемных вопросов, создание учебных проблемных ситуаций для стимулирование активной познавательной деятельности студентов.

Примеры форм учебных занятий с использованием технологий проблемного обучения:

Лабораторное занятие в форме практикума – организация учебной работы, направленная на решение комплексной учебно-познавательной задачи, требующей от студента применения как научно-теоретических знаний, так и практических навыков.

Лабораторное занятие на основе кейс-метода («метод кейсов», «кейс-стади») – обучение в контексте моделируемой ситуации, воспроизводящей реальные условия научной, производственной, общественной деятельности. Обучающиеся должны проанализировать ситуацию, разобраться в сути проблем, предложить возможные решения и выбрать лучшее из них. Кейсы базируются на реальном фактическом материале или же приближены к реальной ситуации.

3. Игровые технологии – организация образовательного процесса, основанная на реконструкции моделей поведения в рамках предложенных сценарных условий.

Примеры форм учебных занятий с использованием игровых технологий:

Деловая игра – моделирование различных ситуаций, связанных с выработкой и принятием совместных решений, обсуждением вопросов в режиме «мозгового штурма», реконструкцией функционального взаимодействия в коллективе и т.п.

Ролевая игра – имитация или реконструкция моделей ролевого поведения в предложенных сценарных условиях.

4. Технологии проектного обучения – организация образовательного процесса в соответствии с алгоритмом поэтапного решения проблемной задачи или выполнения учебного задания. Проект предполагает совместную учебно-познавательную деятельность группы студентов, направленную на выработку концепции, установление целей и задач, формулировку ожидаемых результатов, определение принципов и методик решения поставленных задач, планирование хода работы, поиск доступных и оптимальных ресурсов, поэтапную реализацию плана работы, презентацию результатов работы, их осмысление и рефлексию.

Основные типы проектов:

Исследовательский проект – структура приближена к формату научного исследования (доказательство актуальности темы, определение научной проблемы, предмета и объекта исследования, целей и задач, методов, источников, выдвижение гипотезы, обобщение результатов, выводы, обозначение новых проблем).

Творческий проект, как правило, не имеет детально проработанной структуры; учебно-познавательная деятельность студентов осуществляется в рамках рамочного задания, подчиняясь логике и интересам участников проекта, жанру конечного результата (газета, фильм, праздник и т.п.).

Информационный проект – учебно-познавательная деятельность с ярко выраженной эвристической направленностью (поиск, отбор и систематизация информации о каком-то объекте, ознакомление участников проекта с этой информацией, ее анализ и обобщение для презентации более широкой аудитории).

Лабораторное занятие в форме презентации – представление результатов проектной или исследовательской деятельности с использованием специализированных программных сред.

6 Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы студентов

Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы студентов

Раздел 1. Методология НЛП. Основные принципы и положения НЛП

1.1 История возникновения и развития нейролингвистического программирования.

Базовые пресуппозиции НЛП.

1. Выберите 3 пресуппозиции и проинтерпретируйте их.
2. Представить в виде схемы-таблицы базовые пресуппозиции НЛП.
3. Создание глоссария (минимум 20 понятий)
4. Составить тест по теме занятия.
5. Разработать презентацию по теме

1.2 Репрезентативные системы

1. Ознакомьтесь с темой «Репрезентативные системы» и заполните таблицу

Паттерны	«Визуал»	«Кинестетик»	«Аудиал»	«Дискрет»
Жесты				
Употребляемые слова				
Описание самочувствия				

2. Заполните таблицу, списком наиболее распространенных субмодальных различий

№п.п.	«Визуальные»	«Кинестетические»	«Аудиальные»
-------	--------------	-------------------	--------------

3. Определить свою ведущую РС и у респондентов не менее 10 человек

Раздел 2. Техники НЛП в профессиональной деятельности

2.1 Техники

«Якорение»,

«Паттерн взмаха»,

«Круг совершенства»

Техника рефрейминга

2.2. Техника рефрейминга

2.3 Субмодальное редактирование .

1. Ознакомьтесь с представленными техниками

2. Проработайте их на себе

3. Проведите данные техники с 2-5 клиентами

4. Представьте видеоотчет проведенной с клиентом, одной из техник:

- Условия эффективного якорения.

– Создание цепочки положительных якорей.

– Техника взмаха.

– Понятие триггера.

– Создание Сильного Я.

– Субмодальности как субклассификация внутренних и внешних репрезентаций.

– Калибровка субмодальностей.

- Субмодальностное редактирование.
- Работа с психотравматическим опытом.
- Повторное переживание психологических травм.
- Избавление от навязчивых состояний и тревог.
- Перепрограммирование болезни.
- Метанавык.
- Работа с мета-программами, ценностями, критериями и убеждениями.
- Техника изменения мета-программ.
- Техника Стратегия прерывания беспокойства
- Техника работа с болью
- Техника работы с аллергией
- Техника избавления от стрессовой ситуации

2.2 Искусство речи в НЛП Мета-Модели в психологическом консультировании

1. Прочитайте литературу и ответьте на вопросы

1. Экологичные и неэкологичные программы поведения.
2. Раппорт как условие индивидуальной эффективности
3. Формы и виды раппорта.
4. Калибровка и сенсорная чувствительность.
5. Отзеркаливание.

2. Отработайте этапы коммуникации в количестве не менее 10 человек

3. Представьте видеоотчет о работе

7 Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации

а) Планируемые результаты обучения и оценочные средства для проведения промежуточной аттестации:

Структурный элемент компетенции	Планируемые результаты обучения	Оценочные средства
ПК-10: способностью разрабатывать и использовать средства воздействия на межличностные и межгрупповые отношения и на отношения субъекта с реальным миром		
Знать	- <i>средства воздействия на межличностные и межгрупповые отношения и на отношения субъекта с реальным миром техниками НЛП.</i>	Перечень вопросов к экзамену по курсу: 1. Истоки и история возникновения нейролингвистического программирования (НЛП). 2. Основоположники НЛП. 3. Сущность и отличительные особенности НЛП. 4. Определение нейролингвистического программирования. 5. Подход НЛП к человеческой деятельности и возможностям мозга. 6. Использование открытий мозга в НЛП. 7. Мозг как биокomпьютер. 8. Думающий и Доказывающий мозг (по Л. Орру). 9. Особенности левого и правого полушария. 10. Причины эффективности нейролингвистического программирования.

Структурный элемент компетенции	Планируемые результаты обучения	Оценочные средства
		<p>6. Модели изменений в нейролингвистическом программировании.</p> <p>7. Формирование подсознательной установки к достижению цели.</p> <p>8. Создание образа желаемого будущего.</p> <p>9. Символическое представление результата.</p> <p>10. Преодоление комплексной эквивалентности.</p> <p>11. Переформулирование проблемы с помощью рефрейминга.</p> <p>12. Саморефрейминг внешних и внутренних проблем.</p> <p>13. Техника якорения.</p> <p>И т.п.</p>
Уметь	<p><i>- использовать техники НЛП - как средства воздействия на межличностные и межгрупповые отношения и на отношения субъекта с реальным миром</i></p>	<p>1. Разработать кейс-пакет техник и методик НЛП, как средства воздействия на межличностные и межгрупповые отношения и на отношения субъекта с реальным миром</p> <p>2. Составить сообщение и тест по теме лабораторного занятия.</p> <p>3. Разработать презентации по теме лабораторного занятия</p>
Владеть	<p><i>- техниками НЛП - как средство воздействия на межличностные и межгрупповые отношения и на отношения субъекта с реальным миром</i></p>	<p>Продемонстрируйте техники на межличностные и межгрупповые отношения:</p> <p>1. Калибровка и сенсорная чувствительность.</p> <p>2. Отзеркаливание.</p> <p>3. Репрезентативные системы и НЛП-коммуникации.</p> <p>4. Ключи доступа к репрезентативным системам.</p> <p>5. Использование паттернов использования глаз</p> <p>6. Раппорт</p> <p>7. Ведение</p> <p>8. Конгруэнтность</p>
ПК-12: готовность к проектированию научно обоснованных психолого-педагогических технологий.		
Знать	<p><i>- Психологические методики и технологии нейролингвистического программирования, ориентированные на личностный рост, охрану здоровья индивидов и групп;</i></p>	<p>Перечень вопросов к экзамену по курсу:</p> <p>1. Сущность методов НЛП.</p> <p>2. Инструментарий НЛП.</p> <p>3. Базовые пресуппозиции НЛП.</p> <p>4. Создание «Сильного Я»</p> <p>5. Язык как средство перепрограммирования мозга.</p> <p>6. Туннель реальности.</p> <p>7. Стратегичность нейролингвистического</p>

Структурный элемент компетенции	Планируемые результаты обучения	Оценочные средства
		программирования. 8. Экологичные и неэкологичные программы поведения. 9. Раппорт как условие индивидуальной эффективности энэлпера. 10. Формы и виды раппорта. И т.д.
Уметь	<i>- Проводить психологические методики и технологии нейролингвистического программирования, ориентированные на личностный рост, охрану здоровья индивидов и групп</i>	Задача: - Правильно расположите порядок шагов при установке якоря: 1. вызывать состояние - прервать состояние - установить якорь - проверить; 2. вызвать состояние - установить якорь - прервать состояние - проверить; 3. Вызвать состояние - установить якорь - проверить - прервать состояние; 4. Вызвать состояние - проверить - прервать состояние - установить якорь. -Правильно расположите порядок шагов при выполнении методики «Создание сильного себя» -Правильно расположите порядок шагов при выполнении методики «Перепрограммирование болезни»
Владеть	<i>-Практическими навыками и способностью реализовывать психологические методики и технологии нейролингвистического программирования, ориентированные на личностный рост, охрану здоровья индивидов и групп</i>	1. Составить модели научно обоснованных психолого -педагогических технологий методами НЛП 2. Представьте техники (на выбор) ориентированные на личностный рост, охрану здоровья индивидов и групп 1. Условия эффективного якорения. 2. Создание цепочки якорей. 3. Техника взмаха. 4. Понятие триггера. 5. Создание Сильного Я. 6. Субмодальности как субклассификация внутренних и внешних репрезентаций. 7. Калибровка субмодальностей. 8. Субмодальностное редактирование. 9. Работа с психотравматическим опытом. 10. Повторное переживание психологических травм. 11. Избавление от навязчивых состояний и тревог. 12. Перепрограммирование болезни. 13. Метанавык. 14. Работа с мета-программами, ценностями, критериями и убеждениями. 15. Техника изменения мета-программ.

Структурный элемент компетенции	Планируемые результаты обучения	Оценочные средства
		И т.п.

б) Порядок проведения промежуточной аттестации, показатели и критерии оценивания: зачет в 8 семестре

Критерии оценки (в соответствии с формируемыми компетенциями и планируемыми результатами обучения):

«Зачтено» - обучающийся демонстрирует высокий уровень сформированности компетенций ПК-10, ПК-12: всестороннее, систематическое и глубокое знание учебного материала, свободно выполняет практические задания, свободно оперирует знаниями, умениями, применяет их в ситуациях повышенной сложности.

«Не зачтено» - обучающийся не может показать знания на уровне воспроизведения и объяснения информации, не может показать интеллектуальные навыки решения простых задач.

8 Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины (модуля)

1. Слепухина, Г. В. Деловая коммуникация : учебное пособие / Г. В. Слепухина ; МГТУ . - Магнитогорск : МГТУ, 2017. - 1 электрон. опт. диск (CD-ROM)- URL: <https://magtu.informsystema.ru/uploader/fileUpload?name=3183.pdf&show=dcatalogues/1/1136625/3183.pdf&view=true> (дата обращения: 25.09.2020). - Макрообъект. - Текст : электронный. - Сведения доступны также на CD-ROM.
.Кувшинова, И. А. Общая патология : учебно-методическое пособие / И. А. Кувшинова ; МГТУ . - Магнитогорск : МГТУ, 2015. - 1 электрон. опт. диск (CD-ROM). - Загл. с титул. экрана. - URL : <https://magtu.informsystema.ru/uploader/fileUpload?name=3881.zip&show=dcatalogues/1/1124057/3881.zip&view=true> (дата обращения: 23.10.2020). - Макрообъект. - Текст : электронный. - Сведения доступны также на CD-ROM.
2. Степанова, О. П. Практикум по нейролингвистическому программированию : учебное пособие / О. П. Степанова, В. В. Чурилов ; МГТУ . - Магнитогорск : МГТУ, 2016. - 1 электрон. опт. диск (CD-ROM). - URL: <https://magtu.informsystema.ru/uploader/fileUpload?name=3010.pdf&show=dcatalogues/1/1134959/3010.pdf&view=true> (дата обращения: 04.10.2019). - Макрообъект. - Текст : электронный.

б) Дополнительная литература:

1. Безенкова, Т. А. Технология проведения деловых переговоров : учебное пособие [для вузов] / Т. А. Безенкова, Н. Ю. Андрусак ; Магнитогорский гос. технический ун-т им. Г. И. Носова. - Магнитогорск : МГТУ им. Г. И. Носова, 2020. - 1 CD-ROM. - ISBN 978-5-9967-1909-9. - Загл. с титул. экрана. - URL : <https://magtu.informsystema.ru/uploader/fileUpload?name=3960.pdf&show=dcatalogues/1/1537191/3960.pdf&view=true> (дата обращения: 23.10.2020). - Макрообъект. - Текст : электронный. - Сведения доступны также на CD-ROM

в) Методические указания:

1. Самостоятельная работа студентов вуза : практикум / составители: Т. Г. Неретина, Н. Р. Уразаева, Е. М. Разумова, Т. Ф. Орехова ; Магнитогорский гос. технический ун-т им. Г. И. Носова. - Магнитогорск : МГТУ им. Г. И. Носова, 2019. - 1 CD-ROM. - Загл. с титул. экрана. - URL:
<https://magtu.informsystema.ru/uploader/fileUpload?name=3816.pdf&show=dcatalogues/1/1530261/3816.pdf&view=true> (дата обращения: 25.09.2020). - Макрообъект. - Текст : электронный. - Сведения доступны также на CD-ROM.

2. Методические указания о усвоению дисциплины в Приложение

г) Программное обеспечение и Интернет-ресурсы:

Наименование ПО	№ договора	Срок действия лицензии
MS Windows 7	Д-1227 от 08.10.2018	11.10.2021
MS Office 2007	№ 135 от 17.09.2007	бессрочно
FAR Manager	свободно распространяемое	бессрочно
7Zip	свободно распространяемое	бессрочно

1) Национальная информационно-аналитическая система – Российский индекс научного цитирования (РИНЦ) URL: https://elibrary.ru/project_risc.asp

2) Электронная база периодических изданий East View Information Services, ООО «ИВИС» <https://dlib.eastview.com/>

3) Поисковая система Академия Google (Google Scholar) URL: <https://scholar.google.ru/>

4) Информационная система - Единое окно доступа к информационным ресурсам URL: <http://window.edu.ru/>

5) Российская Государственная библиотека. Каталоги <https://www.rsl.ru/ru/4readers/catalogues/>

6) Электронные ресурсы библиотеки МГТУ им. Г.И. Носова <http://magtu.ru:8085/marcweb2/Default.asp>

7) Университетская информационная система РОССИЯ <https://uisrussia.msu.ru>

8) Международная наукометрическая реферативная и полнотекстовая база данных научных изданий «Web of science» <http://webofscience.com>

9) Международная реферативная и полнотекстовая справочная база данных научных изданий «Scopus» <http://scopus.com>

10) Международная база полнотекстовых журналов Springer Journals <http://link.springer.com/>

11) Международная база справочных изданий по всем отраслям знаний SpringerReference <http://www.springer.com/references>

9. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля)

Тип и название аудитории	Оснащение аудитории
Учебные аудитории для проведения лабораторных занятий, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации	Доска, мультимедийный проектор, экран

Помещения для самостоятельной работы обучающихся	Персональные компьютеры с пакетом MS Office, выходом в Интернет и с доступом в электронную информационно-образовательную среду университета
Помещение для хранения и профилактического обслуживания учебного оборудования	Стеллажи для хранения учебно-наглядных пособий и учебно-методической документации.

Приложение 1.

Методические указания по освоению дисциплины

Самый оптимальный вариант планирования и организации студентом времени, необходимого для изучения дисциплины – распределить учебную нагрузку равномерно, т.е. каждую неделю знакомиться с необходимым теоретическим материалом на лекционных занятиях и закреплять полученные знания самостоятельно, прочитывая рекомендуемую литературу.

Важной составляющей самостоятельной внеаудиторной подготовки является работа с литературой ко всем занятиям: семинарским, практическим, при подготовке к зачетам, экзаменам, тестированию, участию в научных конференциях.

Умение работать с литературой означает научиться осмысленно пользоваться источниками.

Существует несколько методов работы с литературой.

Один из них - самый известный - метод повторения: прочитанный текст можно заучить наизусть. Простое повторение воздействует на память механически и поверхностно. Полученные таким путем сведения легко забываются.

Наиболее эффективный метод - метод кодирования: прочитанный текст нужно подвергнуть большей, чем простое заучивание, обработке. Чтобы основательно обработать информацию и закодировать ее для хранения, важно провести целый ряд мыслительных операций: прокомментировать новые данные; оценить их значение; поставить вопросы; сопоставить полученные сведения с ранее известными.

Для улучшения обработки информации очень важно устанавливать осмысленные связи, структурировать новые сведения.

Изучение научной учебной и иной литературы требует ведения рабочих записей.

Форма записей может быть весьма разнообразной: простой или развернутый план, тезисы, цитаты, конспект.

План - первооснова, каркас какой-либо письменной работы, определяющие последовательность изложения материала.

План является наиболее краткой и потому самой доступной и распространенной формой записей содержания исходного источника информации. По существу, это перечень основных вопросов, рассматриваемых в источнике. План может быть простым и развернутым. Их отличие состоит в степени детализации содержания и, соответственно, в объеме.

Преимущество плана состоит в следующем.

Во-первых, план позволяет наилучшим образом уяснить логику мысли автора, упрощает понимание главных моментов произведения.

Во-вторых, план позволяет быстро и глубоко проникнуть в сущность построения произведения и, следовательно, гораздо легче ориентироваться в его содержании.

В-третьих, план позволяет – при последующем возвращении к нему – быстрее обычного вспомнить прочитанное.

В-четвертых, С помощью плана гораздо удобнее отыскивать в источнике нужные места, факты, цитаты и т.д.

Выписки - небольшие фрагменты текста (неполные и полные предложения, отделы абзацы, а также дословные и близкие к дословным записи об излагаемых в нем фактах), содержащие в себе квинтэссенцию содержания прочитанного.

Выписки представляют собой более сложную форму записи содержания исходного источника информации. По сути, выписки – не что иное, как цитаты, заимствованные из текста. Выписки позволяют в концентрированной форме и с максимальной точностью воспроизвести в произвольном (чаще последовательном) порядке наиболее важные мысли автора, статистические и даталогические сведения. В отдельных случаях – когда это оправдано с точки зрения продолжения работы над текстом – вполне допустимо заменять цитирование изложением, близким дословному.

Тезисы – сжатое изложение содержания изученного материала в утвердительной (реже опровергающей) форме.

Отличие тезисов от обычных выписок состоит в следующем. Во-первых, тезисам присуща значительно более высокая степень концентрации материала. Во-вторых, в тезисах отмечается преобладание выводов над общими рассуждениями. В-третьих, чаще всего тезисы записываются близко к оригинальному тексту, т.е. без использования прямого цитирования.

Аннотация – краткое изложение основного содержания исходного источника информации, дающее о нем обобщенное представление. К написанию аннотаций прибегают в тех случаях, когда подлинная ценность и пригодность исходного источника информации исполнителю письменной работы окончательно неясна, но в то же время о нем необходимо оставить краткую запись с обобщающей характеристикой. Для указанной цели и используется аннотация.

Резюме – краткая оценка изученного содержания исходного источника информации, полученная, прежде всего, на основе содержащихся в нем выводов. Резюме весьма сходно по своей сути с аннотацией. Однако, в отличие от последней, текст резюме концентрирует в себе данные не из основного содержания исходного источника информации, а из его заключительной части, прежде всего выводов. Но, как и в случае с аннотацией, резюме излагается своими словами – выдержки из оригинального текста в нем практически не встречаются.

Конспект – сложная запись содержания исходного текста, включающая в себя заимствования (цитаты) наиболее примечательных мест в сочетании с планом источника, а также сжатый анализ записанного материала и выводы по нему.

Методические рекомендации по составлению конспекта:

1. Внимательно прочитайте текст. Уточните в справочной литературе непонятные слова. При записи не забудьте вынести справочные данные на поля конспекта;
2. Выделите главное, составьте план;
3. Кратко сформулируйте основные положения текста, отметьте аргументацию автора;
4. Законспектируйте материал, четко следуя пунктам плана. При конспектировании старайтесь выразить мысль своими словами. Записи следует вести четко, ясно.
5. Грамотно записывайте цитаты. Цитируя, учитывайте лаконичность, значимость мысли.

В тексте конспекта желательно приводить не только тезисные положения, но и их доказательства. При оформлении конспекта необходимо стремиться к емкости каждого предложения. Мысли автора книги следует излагать кратко, заботясь о стиле и выразительности написанного. Число дополнительных элементов конспекта должно быть логически обоснованным, записи должны распределяться в определенной

последовательности, отвечающей логической структуре произведения. Для уточнения и дополнения необходимо оставлять поля.

Методические рекомендации по подготовке доклада

Доклад – публичное сообщение, представляющее собой развёрнутое изложение определённой темы.

Этапы подготовки доклада:

1. Определение цели доклада.
2. Подбор необходимого материала, определяющего содержание доклада.
3. Составление плана доклада, распределение собранного материала в необходимой логической последовательности.
4. Общее знакомство с литературой и выделение среди источников главного.
5. Уточнение плана, отбор материала к каждому пункту плана.
6. Композиционное оформление доклада.
7. Заучивание, запоминание текста доклада, подготовки тезисов выступления.
8. Выступление с докладом.
9. Обсуждение доклада.
10. Оценивание доклада

Композиционное оформление доклада – это его реальная речевая внешняя структура, в ней отражается соотношение частей выступления по их цели, стилистическим особенностям, по объёму, сочетанию рациональных и эмоциональных моментов, как правило, элементами композиции доклада являются: вступление, определение предмета выступления, изложение(опровержение), заключение.

Вступление помогает обеспечить успех выступления по любой тематике.

Вступление должно содержать:

1. Название доклада;
2. Сообщение основной идеи;
3. Современную оценку предмета изложения;
4. Краткое перечисление рассматриваемых вопросов;
5. Интересную для слушателей форму изложения;
6. Акцентирование оригинальности подхода.

Выступление состоит из следующих частей:

Основная часть, в которой выступающий должен раскрыть суть темы, обычно строится по принципу отчёта. Задача основной части: представить достаточно данных для того, чтобы слушатели заинтересовались темой и захотели ознакомиться с материалами.

Заключение - это чёткое обобщение и краткие выводы по излагаемой теме.

Методические рекомендации по подготовке сообщения

Регламент устного публичного выступления – не более 10 минут.

Искусство устного выступления состоит не только в отличном знании предмета речи, но и в умении преподнести свои мысли и убеждения правильно и упорядоченно, красноречиво и увлекательно.

Любое устное выступление должно удовлетворять трем основным критериям, которые в конечном итоге и приводят к успеху: это критерий правильности, т.е. соответствия языковым нормам, критерий смысловой адекватности, т.е. соответствия содержания выступления реальности, и критерий эффективности, т.е. соответствия достигнутых результатов поставленной цели.

Работу по подготовке устного выступления можно разделить на два основных этапа: докоммуникативный этап (подготовка выступления) и коммуникативный этап (взаимодействие с аудиторией).

Работа по подготовке устного выступления начинается с формулировки темы. Лучше всего тему сформулировать таким образом, чтобы ее первое слово обозначало

наименование полученного в ходе выполнения проекта научного результата (например, «Нозология...», «История развития психиатрии...», «Этиология...», «Методика выявления...» и пр.). Тема выступления не должна быть перегруженной, нельзя "объять необъятное", охват большого количества вопросов приведет к их беглому перечислению, к декларативности вместо глубокого анализа. Неудачные формулировки - слишком длинные или слишком краткие и общие, очень банальные и скучные, не содержащие проблемы, оторванные от дальнейшего текста и т.д.

Само выступление должно состоять из трех частей – вступления (10-15% общего времени), основной части (60-70%) и заключения (20-25%).

Вступление включает в себя представление авторов (фамилия, имя отчество, при необходимости место учебы/работы, статус), название доклада, расшифровку подзаголовка с целью точного определения содержания выступления, четкое определение стержневой идеи. Стержневая идея проекта понимается как основной тезис, ключевое положение. Стержневая идея дает возможность задать определенную тональность выступлению. Сформулировать основной тезис означает ответить на вопрос, зачем говорить (цель) и о чем говорить (средства достижения цели).

Требования к основному тезису выступления:

1. Фраза должна утверждать главную мысль и соответствовать цели выступления;
2. Суждение должно быть кратким, ясным, легко удерживаться в кратковременной памяти;
3. Мысль должна пониматься однозначно, не заключать в себе противоречия.

В речи может быть несколько стержневых идей, но не более трех.

Самая частая ошибка в начале речи – либо извиняться, либо заявлять о своей неопытности. Результатом вступления должны быть заинтересованность слушателей, внимание и расположенность к презентатору и будущей теме.

К аргументации в пользу стержневой идеи проекта можно привлекать фото-, видеофрагменты, аудиозаписи, фактологический материал. Цифровые данные для облегчения восприятия лучше демонстрировать посредством таблиц и графиков, а не злоупотреблять их зачитыванием. Лучше всего, когда в устном выступлении количество цифрового материала ограничено, на него лучше ссылаться, а не приводить полностью, так как обилие цифр скорее утомляет слушателей, нежели вызывает интерес.

План развития основной части должен быть ясным. Должно быть отобрано оптимальное количество фактов и необходимых примеров.

В научном выступлении принято такое употребление форм слов: чаще используются глаголы настоящего времени во «вневременном» значении, возвратные и безличные глаголы, преобладание форм 3-го лица глагола, форм несовершенного вида, используются неопределенно-личные предложения. Перед тем как использовать в своей презентации корпоративный и специализированный жаргон или термины, вы должны быть уверены, что аудитория поймет, о чем вы говорите.

Если использование специальных терминов и слов, которые часть аудитории может не понять, необходимо, то постарайтесь дать краткую характеристику каждому из них, когда употребляете их в процессе презентации впервые.

Самые частые ошибки в основной части доклада - выход за пределы рассматриваемых вопросов, перекрывание пунктов плана, усложнение отдельных положений речи, а также перегрузка текста теоретическими рассуждениями, обилие затронутых вопросов (декларативность, бездоказательность), отсутствие связи между частями выступления, несоразмерность частей выступления (затянутое вступление, скомканность основных положений, заключения).

В заключении необходимо сформулировать выводы, которые следуют из основной идеи (идей) выступления. Правильно построенное заключение способствует хорошему впечатлению от выступления в целом. В заключении имеет смысл повторить стержневую идею и, кроме того, вновь (в кратком виде) вернуться к тем моментам основной части,

которые вызвали интерес слушателей. Закончить выступление можно решительным заявлением. Вступление и заключение требуют обязательной подготовки, их труднее всего создавать на ходу. Психологи доказали, что лучше всего запоминается сказанное в начале и в конце сообщения ("закон края"), поэтому вступление должно привлечь внимание слушателей, заинтересовать их, подготовить к восприятию темы, ввести в нее (не вступление важно само по себе, а его соотнесение с остальными частями), а заключение должно обобщить в сжатом виде все сказанное, усилить и сгустить основную мысль, оно должно быть таким, "чтобы слушатели почувствовали, что дальше говорить нечего" (А.Ф. Кони).

В ключевых высказываниях следует использовать фразы, программирующие заинтересованность. Вот некоторые обороты, способствующие повышению интереса:

- «Это Вам позволит...»
- «Благодаря этому вы получите...»
- «Это позволит избежать...»
- «Это повышает Ваши...»
- «Это дает Вам дополнительно...»
- «Это делает вас...»
- «За счет этого вы можете...»

После подготовки текста / плана выступления полезно проконтролировать себя вопросами:

Вызывает ли мое выступление интерес?

Достаточно ли я знаю по данному вопросу, и имеется ли у меня достаточно данных?

Смогу ли я закончить выступление в отведенное время?

Соответствует ли мое выступление уровню моих знаний и опыту?

При подготовке к выступлению необходимо выбрать способ выступления: устное изложение с опорой на конспект (опорой могут также служить заранее подготовленные слайды) или чтение подготовленного текста. Отметим, однако, что чтение заранее написанного текста значительно уменьшает влияние выступления на аудиторию. Запоминание написанного текста заметно сковывает выступающего и привязывает к заранее составленному плану, не давая возможности откликаться на реакцию аудитории.

Общеизвестно, что бесстрастная и вялая речь не вызывает отклика у слушателей, какой бы интересной и важной темы она ни касалась. И наоборот, иной раз даже не совсем складное выступление может затронуть аудиторию, если оратор говорит об актуальной проблеме, если аудитория чувствует компетентность выступающего. Яркая, энергичная речь, отражающая увлеченность оратора, его уверенность, обладает значительной внушающей силой.

Кроме того, установлено, что короткие фразы легче воспринимаются на слух, чем длинные. Лишь половина взрослых людей в состоянии понять фразу, содержащую более тринадцати слов. А третья часть всех людей, слушая четырнадцатое и последующие слова одного предложения, вообще забывают его начало. Необходимо избегать сложных предложений, причастных и деепричастных оборотов. Излагая сложный вопрос, нужно постараться передать информацию по частям.

Пауза в устной речи выполняет ту же роль, что знаки препинания в письменной. После сложных выводов или длинных предложений необходимо сделать паузу, чтобы слушатели могли вдуматься в сказанное или правильно понять сделанные выводы. Если выступающий хочет, чтобы его понимали, то не следует говорить без паузы дольше, чем пять с половиной секунд.

Особое место в презентации проекта занимает обращение к аудитории. Известно, что обращение к собеседнику по имени создает более доверительный контекст деловой беседы. При публичном выступлении также можно использовать подобные приемы. Так, косвенными обращениями могут служить такие выражения, как «Как Вам известно»,

«Уверен, что Вас это не оставит равнодушными». Подобные доводы к аудитории – это своеобразные высказывания, подсознательно воздействующие на волю и интересы слушателей. Выступающий показывает, что слушатели интересны ему, а это самый простой путь достижения взаимопонимания.

Во время выступления важно постоянно контролировать реакцию слушателей. Внимательность и наблюдательность в сочетании с опытом позволяют оратору уловить настроение публики. Возможно, рассмотрение некоторых вопросов придется сократить или вовсе отказаться от них. Часто удачная шутка может разрядить атмосферу.

После выступления нужно быть готовым к ответам на возникшие у аудитории вопросы.

Методические рекомендации по подготовке презентации

Компьютерную презентацию, сопровождающую выступление докладчика, удобнее всего подготовить в программе MS PowerPoint. Презентация как документ представляет собой последовательность сменяющих друг друга слайдов - то есть электронных страничек, занимающих весь экран монитора (без присутствия панелей программы). Чаще всего демонстрация презентации проецируется на большом экране, реже – раздается собравшимся как печатный материал. Количество слайдов адекватно содержанию и продолжительности выступления (например, для 5-минутного выступления рекомендуется использовать не более 10 слайдов).

На первом слайде обязательно представляется тема выступления и сведения об авторах. Следующие слайды можно подготовить, используя две различные стратегии их подготовки:

1 стратегия: на слайды выносятся опорный конспект выступления и ключевые слова с тем, чтобы пользоваться ими как планом для выступления. В этом случае к слайдам предъявляются следующие требования:

1. Объем текста на слайде – не больше 7 строк;
2. Маркированный/нумерованный список содержит не более 7 элементов;
3. Отсутствуют знаки пунктуации в конце строк в маркированных и нумерованных списках;
4. Значимая информация выделяется с помощью цвета, кегля, эффектов анимации.

Особо внимательно необходимо проверить текст на отсутствие ошибок и опечаток. Основная ошибка при выборе данной стратегии состоит в том, что выступающие заменяют свою речь чтением текста со слайдов.

2 стратегия: на слайды помещается фактический материал (таблицы, графики, фотографии и пр.), который является уместным и достаточным средством наглядности, помогает в раскрытии стержневой идеи выступления. В этом случае к слайдам предъявляются следующие требования:

1. Выбранные средства визуализации информации (таблицы, схемы, графики и т. д.) соответствуют содержанию;
2. Используются иллюстрации хорошего качества (высокого разрешения), с четким изображением (как правило, никто из присутствующих не заинтересован вчитываться в текст на ваших слайдах и всматриваться в мелкие иллюстрации);

Максимальное количество графической информации на одном слайде – 2 рисунка (фотографии, схемы и т.д.) с текстовыми комментариями (не более 2 строк к каждому). Наиболее важная информация должна располагаться в центре экрана.

Основная ошибка при выборе данной стратегии – «соревнование» со своим иллюстративным материалом (аудитории не предоставляется достаточно времени, чтобы воспринять материал на слайдах). Обычный слайд, без эффектов анимации должен демонстрироваться на экране не менее 10 - 15 секунд. За меньшее время присутствующие не успеют осознать содержание слайда. Если какая-то картинка появилась на 5 секунд, а потом тут же сменилась другой, то аудитория будет считать, что докладчик ее подгоняет.

Обратного (позитивного) эффекта можно достигнуть, если докладчик пролистывает множество слайдов со сложными таблицами и диаграммами, говоря при этом «Вот тут приведен разного рода вспомогательный материал, но я его хочу пропустить, чтобы не перегружать выступление подробностями». Правда, такой прием делать в начале и в конце презентации – рискованно, оптимальный вариант – в середине выступления.

Если на слайде приводится сложная диаграмма, ее необходимо предварить вводными словами (например, «На этой диаграмме приводится то-то и то-то, зеленым отмечены показатели А, синим – показатели Б»), с тем, чтобы дать время аудитории на ее рассмотрение, а только затем приступить к ее обсуждению. Каждый слайд, в среднем должен находиться на экране не меньше 40 – 60 секунд (без учета времени на случайно возникшее обсуждение). В связи с этим лучше настроить презентацию не на автоматический показ, а на смену слайдов самим докладчиком.

Особо тщательно необходимо отнестись к оформлению презентации. Для всех слайдов презентации по возможности необходимо использовать один и тот же шаблон оформления, кегль – для заголовков - не меньше 24 пунктов, для информации - для информации не менее 18. В презентациях не принято ставить переносы в словах.

Подумайте, не отвлекаете ли вы слушателей своей же презентацией? Яркие краски, сложные цветные построения, излишняя анимация, выпрыгивающий текст или иллюстрация — не самое лучшее дополнение к научному докладу. Также нежелательны звуковые эффекты в ходе демонстрации презентации. Наилучшими являются контрастные цвета фона и текста (белый фон – черный текст; темно-синий фон – светло-желтый текст и т. д.). Лучше не смешивать разные типы шрифтов в одной презентации. Рекомендуется не злоупотреблять прописными буквами (они читаются хуже).

Неконтрастные слайды будут смотреться тусклыми и невыразительными, особенно в светлых аудиториях. Для лучшей ориентации в презентации по ходу выступления лучше пронумеровать слайды. Желательно, чтобы на слайдах оставались поля, не менее 1 см с каждой стороны. Вспомогательная информация (управляющие кнопки) не должны преобладать над основной информацией (текстом, иллюстрациями). Использовать встроенные эффекты анимации можно только, когда без этого не обойтись (например, последовательное появление элементов диаграммы). Для акцентирования внимания на какой-то конкретной информации слайда можно воспользоваться лазерной указкой.

Диаграммы готовятся с использованием мастера диаграмм табличного процессора MSExcel. Для ввода числовых данных используется числовой формат с разделителем групп разрядов. Если данные (подписи данных) являются дробными числами, то число отображаемых десятичных знаков должно быть одинаково для всей группы этих данных (всего ряда подписей данных). Данные и подписи не должны накладываться друг на друга и сливаться с графическими элементами диаграммы. Структурные диаграммы готовятся при помощи стандартных средств рисования пакета MSOffice. Если при форматировании слайда есть необходимость пропорционально уменьшить размер диаграммы, то размер шрифтов реквизитов должен быть увеличен с таким расчетом, чтобы реальное отображение объектов диаграммы соответствовало значениям, указанным в таблице. В таблицах не должно быть более 4 строк и 4 столбцов — в противном случае данные в таблице будет просто невозможно увидеть. Ячейки с названиями строк и столбцов и наиболее значимые данные рекомендуется выделять цветом.

Табличная информация вставляется в материалы как таблица текстового процессора MSWord или табличного процессора MSExcel. При вставке таблицы как объекта и пропорциональном изменении ее размера реальный отображаемый размер шрифта должен быть не менее 18 pt. Таблицы и диаграммы размещаются на светлом или белом фоне.

Если Вы предпочитаете воспользоваться помощью оператора (что тоже возможно), а не листать слайды самостоятельно, очень полезно предусмотреть ссылки на слайды в тексте доклада ("Следующий слайд, пожалуйста...").

Заключительный слайд презентации, содержащий текст «Спасибо за внимание» или «Конец», вряд ли приемлем для презентации, сопровождающей публичное выступление, поскольку завершение показа слайдов еще не является завершением выступления. Кроме того, такие слайды, так же как и слайд «Вопросы?», дублируют устное сообщение. Оптимальным вариантом представляется повторение первого слайда в конце презентации, поскольку это дает возможность еще раз напомнить слушателям тему выступления и имя докладчика и либо перейти к вопросам, либо завершить выступление.

Для показа файл презентации необходимо сохранить в формате «Демонстрация PowerPoint» (Файл — Сохранить как — Тип файла — Демонстрация PowerPoint). В этом случае презентация автоматически открывается в режиме полноэкранного показа (slideshow) и слушатели избавлены как от вида рабочего окна программы PowerPoint, так и от потерь времени в начале показа презентации.

После подготовки презентации полезно проконтролировать себя вопросами:

Удалось ли достичь конечной цели презентации (что удалось определить, объяснить, предложить или продемонстрировать с помощью нее?);

К каким особенностям объекта презентации удалось привлечь внимание аудитории?

Не отвлекает ли созданная презентация от устного выступления?

После подготовки презентации необходима репетиция выступления.

Критерии оценки презентации

Критерии оценки	Содержание оценки
1. Содержательный критерий	Правильный выбор темы, знание предмета и свободное владение текстом, грамотное использование научной терминологии, импровизация, речевой этикет
2. Логический критерий	Стройное логико-композиционное построение речи, доказательность, аргументированность
3. Речевой критерий	Использование языковых (метафоры, фразеологизмы, пословицы, поговорки и т.д.) и неязыковых (поза, манеры и пр.) средств выразительности; фонетическая организация речи, правильность ударения, четкая дикция, логические ударения и пр.
4. Психологический критерий	Взаимодействие с аудиторией (прямая и обратная связь), знание и учет законов восприятия речи, использование различных приемов привлечения и активизации внимания
5. Критерий соблюдения дизайн-эргономических требований к компьютерной презентации	Соблюдены требования к первому и последним слайдам, прослеживается обоснованная последовательность слайдов и информации на слайдах, необходимое и достаточное количество фото- и видеоматериалов, учет особенностей восприятия графической (иллюстративной) информации, корректное сочетание фона и графики, дизайн презентации не противоречит ее содержанию, грамотное соотнесение устного выступления и компьютерного сопровождения, общее впечатление от мультимедийной презентации