



МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

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



Г.Е. Абрамзон

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

ОСНОВЫ ПСИХОПРОФИЛАКТИКИ

Направление подготовки (специальность)
44.03.02 Психолого-педагогическое образование

Направленность (профиль/специализация) программы
Психологическое сопровождение образования

Уровень высшего образования - бакалавриат

Форма обучения
заочная

Институт/ факультет	Институт гуманитарного образования
Кафедра	Психологии
Курс	3

Магнитогорск
2020 год

Рабочая программа составлена на основе ФГОС ВО - бакалавриат по направлению подготовки 44.03.02 Психолого-педагогическое образование (приказ Минобрнауки России от 22.02.2018 г. № 122)

Рабочая программа рассмотрена и одобрена на заседании кафедры Психологии
15.01.2020, протокол № 5

Зав. кафедрой _____ О.П. Степанова

Рабочая программа одобрена методической комиссией ИГО
11.02.2020 г. протокол № 5

Председатель _____ Т.Е. Абрамзон

Рабочая программа составлена:

доцент кафедры Психологии, канд. психол. наук _____ Е.Е. Руслякова

Рецензент:

Директор муниципального учреждения «Центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи» г. Магнитогорска, _____ И.А. Шнерх



Лист актуализации рабочей программы

Рабочая программа пересмотрена, обсуждена и одобрена для реализации в 2021 - 2022 учебном году на заседании кафедры Психологии

Протокол от _____ 20__ г. № ____
Зав. кафедрой _____ О.П. Степанова

Рабочая программа пересмотрена, обсуждена и одобрена для реализации в 2022 - 2023 учебном году на заседании кафедры Психологии

Протокол от _____ 20__ г. № ____
Зав. кафедрой _____ О.П. Степанова

Рабочая программа пересмотрена, обсуждена и одобрена для реализации в 2023 - 2024 учебном году на заседании кафедры Психологии

Протокол от _____ 20__ г. № ____
Зав. кафедрой _____ О.П. Степанова

Рабочая программа пересмотрена, обсуждена и одобрена для реализации в 2024 - 2025 учебном году на заседании кафедры Психологии

Протокол от _____ 20__ г. № ____
Зав. кафедрой _____ О.П. Степанова

Рабочая программа пересмотрена, обсуждена и одобрена для реализации в 2025 - 2026 учебном году на заседании кафедры Психологии

Протокол от _____ 20__ г. № ____
Зав. кафедрой _____ О.П. Степанова

1 Цели освоения дисциплины (модуля)

- развить компетенций в области психологической профилактики; сформировать у студентов компетенцию в области проектирования и реализации программ психопрофилактической и психокоррекционной работы, а так же способность осуществлять психологическую поддержку, психологическую помощь и психологическое сопровождение субъектов в образовании и социальной сфере.

2 Место дисциплины (модуля) в структуре образовательной программы

Дисциплина Основы психопрофилактики входит в часть учебного плана формируемую участниками образовательных отношений образовательной программы.

Для изучения дисциплины необходимы знания (умения, владения), сформированные в результате изучения дисциплин/ практик:

Качественные и количественные методы в психолого-педагогических исследованиях

Основы конфликтологии

Психологические основы инклюзивного образования

Психологическое сопровождение самоопределения и профессиональной ориентации

Сетевая коммуникация в профессиональной деятельности

Возрастная психология

Дистанционные технологии в образовании

Практикум по общей и экспериментальной психологии

Психология развития

Знания (умения, владения), полученные при изучении данной дисциплины будут необходимы для изучения дисциплин/практик:

Качественные и количественные методы в психолого-педагогических исследованиях

Основы конфликтологии

Психологические основы инклюзивного образования

Психологическое сопровождение самоопределения и профессиональной ориентации

Сетевая коммуникация в профессиональной деятельности

Психологическая помощь в экстремальных ситуациях

Психология семьи и семейного консультирования

Методы психотерапии

Производственная - практика по получению профессиональных умений и опыта профессиональной деятельности

Производственная – преддипломная практика

Психологическое сопровождение детей с ОВЗ

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

В результате освоения дисциплины (модуля) «Основы психопрофилактики» обучающийся должен обладать следующими компетенциями:

Код индикатора	Индикатор достижения компетенции
ПК-1	Способен проектировать и реализовывать программы психопрофилактической и психокоррекционной работы
ПК-1.1	Осуществлять проектирование программ психопрофилактической и психокоррекционной работы на основе анализа, систематизации и обобщения актуальной информации о неблагополучии в состоянии

	и динамике психологического здоровья населения
ПК-1.2	Осуществлять реализацию программ психопрофилактической и психокоррекционной работы, направленных на улучшение состояния и динамики психологического здоровья населения и оценивать их результативность
ПК-2 Способен осуществлять психологическую поддержку, психологическую помощь и психологическое сопровождение субъектов в образовании и социальной сфере	
ПК-2.1	Определять приоритетные направления психологического сопровождения субъектов в образовании и социальной сфере на основе анализа и психологической оценки ресурсов, рисков и условий, затрудняющих становление и развитие личности
ПК-2.2	Проектировать и организовывать деятельность по индивидуальному или групповому психологическому сопровождению, реализации психологической поддержки и психологической помощи субъектам в образовании и социальной сфере

4. Структура, объём и содержание дисциплины (модуля)

Общая трудоемкость дисциплины составляет 4 зачетных единиц 144 акад. часов, в том числе:

- контактная работа – 13 акад. часов;
- аудиторная – 10 акад. часов;
- внеаудиторная – 3 акад. часов
- самостоятельная работа – 118,4 акад. часов;
- подготовка к экзамену – 12,6 акад. часа
- подготовка к зачёту – 12,6 акад. часа

Форма аттестации - зачет, экзамен

Раздел/ тема дисциплины	Курс	Аудиторная контактная работа (в акад. часах)			Самостоятельная работа студента	Вид самостоятельной работы	Форма текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации	Код компетенции
		Лек.	лаб. зан.	практ. зан.				
1. Введение в психологию аддиктивного поведения								
1.1 Аддиктивное поведение. Причины и психологическая сущность аддиктивного	3	2/2И		2/2И	33,7	Изучение дополнительной литературы по теме	Устный опрос	ПК-1.1, ПК-1.2, ПК-2.1, ПК-2.2
1.2 Виды аддиктивного поведения. Психологические особенности аддиктивной личности					5	Выполнение практических заданий	Проверка заданий. Устный опрос	ПК-1.1, ПК-1.2, ПК-2.1, ПК-2.2
1.3 Этапы развития аддиктивного поведения. Механизмы формирования					14	Выполнение практических заданий	Проверка заданий. Устный опрос	ПК-1.1, ПК-1.2, ПК-2.1, ПК-2.2
Итого по разделу		2/2И		2/2И	52,7			
2. Психологическая превенция и интервенция аддиктивного поведения								
2.1 Методы психологической диагностики личностных факторов риска аддиктивного поведения. Диагностические критерии аддиктивного	3	2/2И		2/2И	25,7	Выполнение практических заданий	Отчет	ПК-1.1, ПК-1.2, ПК-2.1, ПК-2.2
2.2 Основные направления и формы превенции аддиктивного поведения					20	Выполнение практических заданий	Проверка заданий. Устный опрос	ПК-1.1, ПК-1.2, ПК-2.1, ПК-2.2
2.3 Психологическая интервенция аддиктивного поведения				2/2И	20	выполнение практических заданий	Проверка заданий. Защита проекта	ПК-1.1, ПК-1.2, ПК-2.1, ПК-2.2
Итого по разделу		2/2И		4/4И	65,7			
Итого за семестр		4/4И		6/6И	118,4		зачёт, экзамен	
Итого по дисциплине		4/4И		6/6И	118,4		зачет, экзамен	

5 Образовательные технологии

1. Традиционные образовательные технологии

Формы учебных занятий с использованием традиционных технологий:

Информационная лекция – последовательное изложение материала в дисциплинарной логике, осуществляемое преимущественно вербальными средствами (монолог преподавателя).

Практическое занятие, посвященное освоению конкретных умений и навыков по предложенному алгоритму.

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

Формы учебных занятий с использованием технологий проблемного обучения:

Практическое 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.

Практическое занятие на основе кейс-метода – 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.

Формы учебных занятий с использованием игровых технологий:

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:

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).

5. Интерактивные технологии – организация образовательного процесса, которая предполагает активное и нелинейное взаимодействие всех участников, достижение на этой основе лично значимого для них образовательного результата.

Формы учебных занятий с использованием специализированных интерактивных технологий:

лабораторные занятия с использованием методов психодиагностики, консультирования, психологической профилактики, коррекционно-развивающей и тренинговой работы

6. Информационно-коммуникационные образовательные технологии – организация образовательного процесса, основанная на применении специализированных программных сред и технических средств работы с информацией.

Формы учебных занятий с использованием информационно-коммуникационных

технологий:

Лекция-визуализация – изложение содержания сопровождается презентацией.

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

6 Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы обучающихся

Представлено в приложении 1.

7 Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации

Представлены в приложении 2.

8 Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины (модуля)

а) Основная литература:

1. Токарь О. В. Психопрофилактика и психокоррекция аддиктивного поведения. Разработка коррекционно-профилактических программ [Электронный ресурс] : учебно-методическое пособие / О. В. Токарь, Е. Ю. Шпаковская ; МГТУ. - Магнитогорск : МГТУ, 2016. - 1 электрон. опт. диск (CD-ROM). - Режим доступа: <https://magtu.informsystema.ru/uploader/fileUpload?name=2730.pdf&show=dcatalogues/1/1132117/2730.pdf&view=true> . - Макрообъект.

2. Слепухина Г. В. Социально-психологические основы работы с семьей [Электронный ресурс] : учебное пособие / Г. В. Слепухина, О. Г. Петушкова, Н. В. Кобзева ; МГТУ. - Магнитогорск : МГТУ, 2016. - 1 электрон. опт. диск (CD-ROM). - Режим доступа: <https://magtu.informsystema.ru/uploader/fileUpload?name=2660.pdf&show=dcatalogues/1/1131308/2660.pdf&view=true> . - Макрообъект.

3. Мусийчук М. В. Ассесмент. Психологическая диагностика [Электронный ресурс] : практикум / М. В. Мусийчук, С. В. Мусийчук ; МГТУ. - Магнитогорск : МГТУ, 2016. - 1 электрон. опт. диск (CD-ROM). - Режим доступа: <https://magtu.informsystema.ru/uploader/fileUpload?name=2829.pdf&show=dcatalogues/1/1133072/2829.pdf&view=true> . - Макрообъект.

б) Дополнительная литература:

1. Мусийчук М. В. Проективные методы в психологии. Иллюстрированное руководство [Электронный ресурс] : практикум / М. В. Мусийчук, С. В. Мусийчук ; МГТУ. - Магнитогорск : МГТУ, 2016. - 1 электрон. опт. диск (CD-ROM). - Режим доступа: <https://magtu.informsystema.ru/uploader/fileUpload?name=2577.pdf&show=dcatalogues/1/1130384/2577.pdf&view=true> . - Макрообъект.

2. Мусийчук М. В. Методология психолого-педагогических исследований в образовании [Электронный ресурс] : практикум / М. В. Мусийчук, С. В. Мусийчук ; МГТУ. - Магнитогорск : МГТУ, 2017. - 75 с. - Режим доступа: <https://magtu.informsystema.ru/uploader/fileUpload?name=2696.pdf&show=dcatalogues/1/1131693/2696.pdf&view=true> . - Макрообъект.

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: 18.10.2019). - Макрообъект. - Текст : электронный. - Сведения доступны также на CD-ROM.

г) Программное обеспечение и Интернет-ресурсы:

Программное обеспечение

Наименование ПО	№ договора	Срок действия лицензии
MS Windows 7 Professional(для классов)	Д-1227-18 от 08.10.2018	11.10.2021
Far Menedger	свободно распространяемое ПО	бессрочно
MS Office 2007 Professional	№ 135 от 17.09.2007	бессрочно
7Zip	свободно распространяемое ПО	бессрочно

Профессиональные базы данных и информационные справочные системы

Название курса	Ссылка
Электронная база периодических изданий East View Information Services, ООО «ИВИС»	https://dlib.eastview.com/
Национальная информационно-аналитическая система – Российский индекс научного цитирования (РИНЦ)	URL: https://elibrary.ru/project_risc.asp
Поисковая система Академия Google (Google Scholar)	URL: https://scholar.google.ru/
Информационная система - Единое окно доступа к информационным ресурсам	URL: http://window.edu.ru/

9 Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля)

Материально-техническое обеспечение дисциплины включает:

Учебные аудитории для проведения дистанционных занятий лекционного типа: Стол компьютерный, стол письменный, стул офисный, документ-камера Epson, источник бесперебойного питания POWERCOMIMD-1500AP , камера высокого разрешения, компьютер персональный (тип6), проектор ViewSonicPJD7526W, спикерфон настольный Calisto-620 Plantronics, веб-камера LogitechC920, система акустическая настольная, стереогарнитура (микрофон с шумоподавлением), экраннастенныйDigis Optimal-C MW DSOC-11032*2.

Учебные аудитории для проведения практических занятий, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации: Стол компьютерный, стол письменный, стул офисный, документ-камера Epson, источник бесперебойного питания POWERCOMIMD-1500AP , камера высокого разрешения, компьютер персональный (тип6), проектор ViewSonicPJD7526W, спикерфон настольный Calisto-620 Plantronics, веб-камера LogitechC920, система акустическая настольная, стереогарнитура (микрофон с шумоподавлением), экраннастенныйDigis Optimal-C MW DSOC-11032*2.

Учебные аудитории для выполнения курсового проектирования: Персональные компьютеры с пакетом MS Office, выходом в Интернет и с доступом в электронную

Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы обучающихся

Перечень заданий для самостоятельной работы:

Тема 1.1. Аддиктивное поведение. Причины и психологическая сущность аддиктивного поведения

Разработать интеллект-карту по вопросу: «Аддиктивное поведение. Причины и психологическая сущность». Защитить разработанный проект в группе.

На основе работы с дополнительной литературы по теме подготовиться к участию в дискуссии: «Детерминанты аддиктивного поведения. Биологические, психологические и социальные факторы»

Тема 1.2. Виды аддиктивного поведения. Психологические особенности аддиктивной личности.

Виды аддикций. Общие черты аддиктивности: социальная стоимость, сопряженность, динамика развития. Близость и взаимообусловленность различных видов аддиктивного поведения. Химические и нехимические аддикции. Легальные и нелегальные аддикции. Классификации аддикций (Ц.П. Короленко, Н.В. Дмитриева, Д.В. Четвериков).

Характерные черты аддиктивной личности. Общие особенности аддиктивных личностей: сниженная переносимость трудностей, скрытый комплекс неполноценности, поверхностный характер социальности, стереотипность поведения, уход от ответственности, зависимость, тревожность. Распространенные реакции на перемены у аддиктов. Межличностные отношения аддиктов. Эмоциональные связи с предметом аддикции. Замещение. Деструктивная сущность аддиктивного поведения.

Задание:

1. Выбрать по одному из видов химической или нехимической аддикций;
2. Описать сущностные характеристики данных видов аддикций;
3. Выявить механизмы возникновения данных видов аддикций;
4. Составить перечень признаков, по которым можно определить наличие данной аддикции у человека;
5. Определить типичные последствия аддикции для ее обладателя.

План:

1. Название аддикции
2. Определение
3. Признаки данного вида аддикции
4. Разновидности/варианты проявления
5. Психологическая сущность
6. Причины формирования
7. Деадаптация, связанная с данным видом аддиктивного поведения
8. Источник информации

Тема 1.3. Этапы развития аддиктивного поведения. Механизмы формирования аддикции

Механизм возникновения аддикций. Механизм формирования аддиктивной зависимости (изменение психического состояния, частотность воспроизведения состояния, поведенческая стереотипность, доминанция, деструкция). Факторы и условия запуска механизма зависимого поведения. Этапы формирования аддикции. Начальный этап формирования аддикции, его психофизиологическая основа. Формирование последовательности прибегания к средствам аддикции. Аддиктивный ритм – привычный ритм реагирования на изменения в среде. Аддиктивное поведение принимает форму заболевания. Клинические формы, течение, основные мотивы и психодинамика аддиктивных расстройств. Наркологические симптомы. Формы потребления ПАВ, толерантность, защитные реакции, формы опьянения. Обсессивное и компульсивное влечение, симптомы комфорта и дискомфорта. Психические компоненты опьянения: аффективные расстройства, расстройства восприятия, мышления, сознания. Соматоневрологический компонент опьянения. Большой наркоманический синдром: синдром измененной реактивности, синдром зависимости (психической, физической, абстинентный).

Задание:

1. Проанализировать и представить данные о типичном времени (возрасте) возникновения каждого из видов аддикции;
2. Определить возрастные особенности, способствующие возникновению и закреплению аддиктивных форм поведения;
3. Описать социально-психологические факторы, влияющие на возникновение и закрепление аддиктивных форм поведения в детском и подростковом возрастах.
4. Осуществить информационный поиск и представить данные об органических предпосылках возникновения каждого из видов аддикции (органические поражения головного мозга и нервной системы различного генеза и степени выраженности);
5. Определить индивидуально-типологические особенности (тип нервной системы, тип темперамента, профиль межполушарной асимметрии и т.д.), которые теоретически могут способствовать возникновению и закреплению аддиктивных форм поведения;
6. Определить характерологические особенности (черты характера, акцентуированность личности и т.д.), которые теоретически могут способствовать возникновению и закреплению аддиктивных форм поведения.
7. Представить материал в виде структурно-логических схем, отражающих взаимодействие и причинно-следственные связи всех названных аспектов
8. Подобрать и апробировать комплекс психодиагностических методик, выявляющих возрастные индивидуально-типологические, характерологические и социально-психологические аспекты формирования аддиктивных форм поведения. Сделать вывод и предложить рекомендации на основе полученных результатов.
9. Обсудить в группе эффективность и действенность предложенных рекомендаций.

Тема 2.1. Методы психологической диагностики личностных факторов риска аддиктивного поведения. Диагностические критерии аддиктивного поведения.

Акцентуации характера как фактор риска аддиктивности. Аддиктивные риски у подростков с гипертимным, истероидным, неустойчивым, эпилептоидным, шизоидным типами акцентуаций. Диагностика личностных свойств (особенностей или акцентуаций характера), копинг стратегий, механизмов психологической защиты. Понятие об алекситимии и ее диагностика. Диагностика типа отношения к болезни. Обучение обоснованию клиничко-психологического диагноза. Пятиосевая система диагноза DSM 3R (клинический диагноз, особенности личностной сферы, соматическая патология, наличие дезадаптации и ее степень.) Практическая работа по обследованию пациента. Выявление мишеней психотерапевтических воздействий. Формирование целей и методов психотерапии.

Диагностика наличия отрицания болезни и сопротивление лечению. Выявление ведущих психологических защит. Обучение методам преодоления психологических защит (эмоционально-когнитивные и суггестивные и техники). Техники формирования мотивации на лечение.

Задание:

1. Подобрать и апробировать комплекс психодиагностических методик, выявляющих склонность, либо наличие аддиктивных форм поведения.
2. Составить сводную таблицу «Атлас методов диагностики аддиктивных форм поведения и факторов риска аддиктивного поведения».
3. Подготовить отчет об апробации комплекса психодиагностических методик. Составьте рекомендации для педагогов или родителей по обсуждаемой проблеме
4. Подобрать и обосновать комплекс методов психодиагностики аддиктивного поведения и факторов его риска, необходимый для проектирования психопрофилактической/психокоррекционной программы и оценки ее эффективности

Тема 2.2. Основные направления и формы профилактики аддикций.

Первичная, вторичная и третичная профилактика зависимого поведения. Общая и специальная профилактика. Пути и способы выхода из зависимости. Факторы, мешающие излечению. Основные формы профилактической работы: организация социальной среды; информирование; социальное обучение; организация альтернативной деятельности; организация здорового образа жизни; активизация личностных ресурсов; минимизация негативных последствий зависимого поведения. Основные направления превентивной работы. Содержание психопрофилактической и просветительской работы.

Задание:

1. С
формулируйте цель и задачи психопрофилактической работы, соблюдая требования реалистичности, оптимистичности и учета зоны ближайшего развития участников.
2. О
пределите общую стратегию и тактику ведения психопрофилактической работы, выделяя специфические направления, характерные для профилактической деятельности.
3. Составьте пояснительную записку к программе в соответствии с требованиями.
4. Подготовьте обзор методических и практических пособий по профилактической и работе по выбранной проблеме. Назовите примерное содержание основной части программы.
5. Назовите основные линии взаимодействия психолога с другими специалистами и родителями по решаемой проблеме.
6. В подгруппах разработайте информационный листок для субъектов образовательного процесса по проблемам профилактики химических, нехимических и промежуточных видов аддикций.
7. Предложите формы просветительской деятельности, направленной на родителей, детей, педагогов. Предложите комплекс тематических классных часов для школьников, семинары для педагогов, семинары для родителей и т.д. Подготовьте необходимые материалы и представьте элементы программы в группе. Обсудите свой проект.

Тема 2.3. Терапевтические средства в психологической работе с химическими и нехимическими зависимостями

Принципы терапии аддиктивного поведения. Мотивация на лечение. Комплаенс (договор с больным). Отрицание болезни, сопротивление лечению. Методы преодоления психологических защит (эмоционально-когнитивные и суггестивные техники). Современные психотерапевтические подходы к терапии аддиктивного поведения: суггестивная психотерапия (директивный и недирективный гипноз), имажинальная терапия, техники НЛП, транзактный анализ, символдрама, психосинтез, гештальттерапия, эмоционально-когнитивная терапия, телесно-ориентированная терапия, бихевиоральная терапия. Методы предотвращения срыва. Общественные движения взаимопомощи (анонимные алкоголики, анонимные игроки) в терапии зависимостей. Фармакотерапия. Сочетание психотерапии и фармакотерапии. Групповые методы терапии аддиктивного поведения. Понятие о групповых методах терапии. Динамика группы. Общественное движение взаимопомощи «Анонимные алкоголики (игроки)» как метод групповой терапии. Программа 12 шагов. Терапия нарушений по типу зависимости. Социально-психологическая коррекция зависимого поведения. Основные направления коррекционной работы. Стратегии коррекционного вмешательства при различных формах аддиктивного поведения. Коррекционная программа: функции, задачи, методика составления. Оценка результативности. Индивидуальная и групповая коррекционные программы.

Задание:

1. Раскройте структуру занятия, составьте план одного из занятий в соответствии с требованиями.
2. Обоснуйте стратегию и тактику коррекционной работы с аддиктивной личностью.
3. Проведите апробацию элементов занятия в группе с обсуждением результатов.
4. Раскройте параметры оценки эффективности коррекционной работы.
5. Определите предположительный результат работы по обсуждаемой проблеме.
6. Составьте рекомендации для педагогов или родителей по обсуждаемой проблеме.
7. Осуществите проектирование программы психопрофилактики или психокоррекции одного из видов аддиктивного поведения. Обоснуйте стратегию психологической работы.
8. Осуществите апробацию методов психопрофилактики/психокоррекции одного из видов аддиктивного поведения в групповой работе. Обсудите эффективность, возможности и ограничения предложенных методов и приемов их реализации.
9. Предложите необходимые материалы и рекомендации участникам образовательных отношений по снижению рисков аддиктивного поведения в образовательной среде с использованием методов психологического просвещения.
10. Подготовьте презентацию и осуществите защиту проекта программы психопрофилактики / психокоррекции одного из видов аддиктивного поведения в группе.

ПК-1: Способен проектировать и реализовывать программы психопрофилактической и психокоррекционной работы	
ПК-1.1: Осуществлять проектирование программ психопрофилактической и психокоррекционной работы на основе анализа, систематизации и обобщения актуальной информации о неблагополучии в состоянии и динамике психологического здоровья населения	Теоретические вопросы Дисциплина, которая разрабатывает и внедряет в практику меры по предупреждению психических расстройств: 1) психопрофилактика 2) психогигиена 3) психокоррекция 4) реабилитация 1. Основные формы делинквентного поведения и типы правонарушителей. 2. Специфика мотивации антиобщественного поведения. 3. Общая характеристика зависимого поведения. Факторы зависимого поведения личности. 4. Основные формы зависимостей. Феномен со-зависимости. Практические задания 1. Опишите факторы риска развития аддиктивного поведения при различных акцентуациях характера 2. Предложите рекомендации родителям по профилактике аддиктивного поведения детей подросткового возраста 3. В какой возрастной период наиболее высока вероятность развития алкогольной аддикции? Объясните почему. 4. Опишите факторы риска и условия развития игровой аддикции. 5. Предложите комплекс рекомендаций участникам образовательных отношений по профилактике игровой аддикции младших школьников Задачи из профессиональной области Ситуация: У подростка Вадима появились новые друзья – Виталий и Андрей, по меркам школы и района – «очень крутые пацаны». Вадим был рад, что его приняли в «крутую» кампанию, выполнял все приказы новых друзей, вместе с ними прогуливал школу, покупал сигареты и пиво, воруя деньги у родителей. Дома Вадим теперь бывал редко, случалось, что и вовсе не приходил ночевать. Через полгода его поставили на учет в ОПДН за бродяжничество. Контекст ситуации: Раньше Вадима в классе не любили, давали разные обидные прозвища, называли «Тихушником», «Лохом», «Валенком». Вадиму очень хотелось стать «своим» среди пацанов. Чтобы его «зауважали», он решил подражать Виталию и Андрею. Они уже стояли на учёте в ОПДН и вели

	себя как настоящие «крутые пацаны»: свободно выходили из класса во время урока, пинали двери, ломали цветы в коридоре, били одноклассников и младших школьников, откровенно хамили учителям. Вопросы для анализа и обсуждения: Что из перечисленного необходимо проработать на этапе психопрофилактической работы? Как вы понимаете слова «иметь авторитет у друзей»? Какие способы выбрал Вадим, чтобы заслужить авторитет у друзей? Удалось ли Вадиму стать их другом? Считали ли Виталий и Андрей своим другом Вадима? Попробуйте составить прогноз дальнейшего развития их дружбы, предскажите возможные последствия поведения Вадима. Как бы вы поступили на месте Вадима?
ПК-1.2: Осуществлять реализацию программ психопрофилактической и психокоррекционной работы, направленных на улучшение состояния и динамики психологического здоровья населения и оценивать их результативность	Теоретические вопросы Вид ятрогении, возникающий при небрежном объяснении результатов диагностических исследований и использовании при этом образных выражений: 1) этиологическая 2) диагностическая 3) экспериментальная 4) прогностическая 246. 5. Психологическое объяснение поведенческих девиаций: теория агрессивного поведения Э.Фромма. 6. Психологическое объяснение поведенческих девиаций: экзистенциально-гуманистический подход. 7. Психологическое объяснение поведенческих девиаций: когнитивно-поведенческие модели девиантного. 8. Психологическое объяснение поведенческих девиаций: аффективно-динамический подход И.А.Фурманова. Практические задания Обоснуйте стратегию психологического сопровождения подростков со склонностью к кибераддикции. 7. Предложите рекомендации участникам образовательных отношений по снижению рисков аддиктивного поведения 8. Предложите рекомендации участникам образовательных отношений по активизации ресурсов устойчивости к различным формам аддиктивного поведения 9. Проанализируйте результаты диагностического исследования подростка по методике «Диагностика склонности к 13 видам зависимостей (Г.В. Лозовая). (результаты исследования прилагаются). Выделите факторы риска и опишите возможные причины отклоняющегося

	поведения . Задачи из профессиональной области Ситуация (письмо Марины): «... Я так хочу свободы! Так хочу просто побыть одна, но с моими родственниками это просто невозможно! У меня два брата и младшая сестра, а также родители, которые заботятся обо мне так сильно, что меня уже тошнит от этого. Если я хочу пойти к подруге на выходные, то у моих родителей сразу появляются срочные дела, которые я должна сделать именно на этих выходных. А если я скажу своим родителям, что у меня есть парень, они просто не выпустят меня из дома! Папа говорит, что я лентяйка, но я единственная в нашем доме, кто делает хоть что-то! Так обидно! Мой старший братец наказание какое-то! Он подкалывает меня, а я потом просто плачу ночью в подушку после его шуток! А младший просто исчадие ада! Он подслушивает мои разговоры по телефону, позорит меня перед друзьями! Сестрёнка роется во всех моих личных вещах, пользуется моей косметикой! О Боже! Как я устала от всего этого! Поскорее бы мне уехать в колледж, чтобы не видеться с ними подольше! Я мечтаю, чтобы у меня была своя маленькая комнатка, где никто и ничего бы не трогал! Хочу решать сама с кем, куда и когда мне идти. Уеду куда-нибудь подальше, и уж точно не буду скучать!» Вопросы для анализа и обсуждения: Постойте стратегию профилактической работы. В чём вы согласны с Мариной? В чём она не права? Охарактеризуйте отношение к ней её братьев, сестры, мамы, папы. Правильно ли поступит Марина, если уедет из дома? Ваши советы членам Мариной семьи. Как поступить Марине в сложившейся ситуации?
ПК-2: Способен осуществлять психологическую поддержку, психологическую помощь и психологическое сопровождение субъектов в образовании и социальной сфере	
ПК-2.1: Определять приоритетные направления психологического сопровождения субъектов в образовании и социальной сфере на основе анализа и психологической оценки ресурсов, рисков и условий, затрудняющих становление и развитие личности	Теоретические вопросы Создание благоприятного психологического климата в трудовом коллективе: 1) возрастная психогигиена 2) психогигиена быта 3) психогигиена семьи и половой жизни 4) психогигиена производственного и умственного труда 9. Психологическая коррекция девиантного поведения детей и подростков: методы саморегуляции. 10. Психологическая коррекция девиантного поведения детей и подростков: когнитивное переструктурирование. 11. Психологическая коррекция девиантного поведения детей и подростков: методы угашения нежелательного

	поведения. 12. Психологическая коррекция девиантного поведения детей и подростков: методы формирования позитивного поведения. Практические задания Проанализируйте ситуацию. ситуация, варианты продолжения и развития ситуации. Ситуация: Во время школьной перемены подросток Александр попросил у своей одноклассницы Дарьи телефон, чтобы послушать музыку. Дарья телефон не дала, так как засомневалась – вдруг Александр его испортит. Телефон совсем новый, дорогой, к тому же – подарок родителей на День рождения. Александр обиделся на Дарью и... Продолжение и развитие ситуации: -...выхватил телефон из рук Дарьи, намереваясь подразнить её в ответ на проявленную «жадность», при этом не удержал телефон в руках – телефон упал и разбился; -...выхватил телефон из рук Дарьи и со всей силы кинул его о пол – телефон разлетелся на кусочки. Задачи из профессиональной области 1. Опишите факторы риска развития аддиктивного поведения при различных акцентуациях характера 2. Предложите рекомендации родителям по профилактике аддиктивного поведения детей подросткового возраста 3. В какой возрастной период наиболее высока вероятность развития алкогольной аддикции? Объясните почему. 4. Опишите факторы риска и условия развития игровой аддикции.
ПК-2.2: Проектировать и организовывать деятельность по индивидуальному или групповому психологическому сопровождению, реализации психологической поддержки и психологической помощи субъектам в образовании и социальной сфере	Теоретические вопросы Диспансерное наблюдение является наиболее эффективным методом: 1) психогигиены 2) первичной психопрофилактики 3) вторичной психопрофилактики 4) третичной психопрофилактики Социальная реабилитация включает в себя: 1) психогигиена 2) первичная психопрофилактики 3) вторичная психопрофилактика 4) третичная психопрофилактика 13. Суицидальное поведение. Возрастные особенности

- суицидального поведения. Суицидальная мотивация.
14. Семейное неблагополучие как фактор девиантного поведения детей.
 15. Понятия родительского стресса и защитной копинг-стратегии.
 16. Основные направления и формы профилактики девиантного поведения.
 17. Общая и специальная профилактика. Виды профилактики: первичная, вторичная, третичная.

Практическое задание

Анастасия, 33 года, обратилась с жалобой на раздражительность, нарушение сна, «тяжелые» подъемы по утрам. Последние несколько месяцев ее преследует чувство усталости в течение всего дня, постоянные мысли об отдыхе. «Я с нетерпением жду окончания рабочего дня, чтобы поскорее прийти домой и завалиться в кровать», - говорит девушка. Последней каплей, ставшей причиной обращения девушки к психологу, послужили начавшиеся ссоры с близкими, вспышки гнева «по пустякам».

Девушка работает продавцом-консультантом в отделе косметики. Рабочая смена длится с 9.00 и до 20:00 часов, график «2 через 2». Часто работает без выходных, так как ее некому заменить. Отдел косметики находится в оживленном торговом центре. «На прежнем месте работы все было по-другому, – жалуется Анастасия, – не больше 10-ти покупателей за день, я даже могла спокойно отлучаться с рабочего места, не опасаясь, что кого-то не обслужу, а здесь – только каждые полчаса по 10-15 человек. И каждому клиенту нужно улыбаться и говорить приветственные слова, ни в коем случае не оставлять его наедине, пока он принимает решение о покупке. Задача продавца – предложить, как можно большее число вариантов, наилучшим образом удовлетворявших его запросу. Самое неприятное – несмотря на то, что я старалась выглядеть компетентной, далеко не каждый приобретал товар». Впоследствии, резюмируя свое состояние, Анастасия призналась, что работа с людьми с какого-то момента перестала ей нравиться, доставлять былойе удовольствие, что, в свою очередь, отразилось на качестве ее выполнения.

Структура решения кейса

Выполните следующие задания:

1. Опишите проблему, с которой столкнулся клиент;
2. Укажите возможные причины возникновения проблемы;
3. Укажите симптомы, отражающие особенности проявления данной проблемы:
 - ☐ физические проявления;
 - ☐ социально-поведенческие признаки;
 - ☐ психоэмоциональные признаки.
4. Предположите возможные варианты решения проблемы (психологическое сопровождение).
5. Укажите возможные направления психопрофилактики.

	Задача из профессиональной области Предложите профилактическую программу психологической поддержки или сопровождения для лиц из различных групп риска.
--	---

б) Порядок проведения промежуточной аттестации, показатели и критерии оценивания:

Промежуточная аттестация по дисциплине «психологическая профилактика» включает теоретические вопросы, позволяющие оценить уровень усвоения обучающимися знаний, и практические задания, выявляющие степень сформированности умений и владений, проводится в форме зачета.
Зачет по итогу дисциплины студент получает за выполненные контрольные работы, которые включают теоретические и практические вопросы.

Показатели и критерии оценивания:

– на оценку **«отлично»** (5 баллов) – обучающийся демонстрирует высокий уровень сформированности компетенций по всем индикаторам, всестороннее, систематическое и глубокое знание учебного материала, свободно выполняет практические задания, свободно оперирует знаниями, умениями, применяет их в ситуациях повышенной сложности.

– на оценку **«хорошо»** (4 балла) – обучающийся демонстрирует средний уровень сформированности компетенций по индикаторам: основные знания, умения освоены, но допускаются незначительные ошибки, неточности, затруднения при аналитических операциях, переносе знаний и умений на новые, нестандартные ситуации.

– на оценку **«удовлетворительно»** (3 балла) – обучающийся демонстрирует пороговый уровень сформированности компетенций и их индикаторов: в ходе контрольных мероприятий допускаются ошибки, проявляется отсутствие отдельных знаний, умений, навыков, обучающийся испытывает значительные затруднения при оперировании знаниями и умениями при их переносе на новые ситуации.

– на оценку **«незачтено»** (2 балла) – обучающийся демонстрирует знания не более 20% теоретического материала, допускает существенные ошибки, не может показать интеллектуальные навыки решения простых задач.

– на оценку **«незачтено»** (1 балл) – обучающийся не может показать знания на уровне воспроизведения и объяснения информации, не может показать интеллектуальные навыки решения простых задач.

Тестовые задания

Инструкция: «Выберите правильный ответ»

- Дисциплина, разрабатывающая и осуществляющая мероприятия, направленные на сохранение и укрепление психического здоровья:
 - психопрофилактика
 - психогигиена

3) психокоррекция

4) реабилитация

2. Вопросами предупреждения психических заболеваний, гигиеной брака и зачатия, предупреждением возможных вредных влияний на беременность, организацией родовспоможения занимается:

1) первичная психопрофилактика

2) вторичная психопрофилактика

3) третичная психопрофилактика

4) все выше перечисленное

3. Дисциплина, которая разрабатывает и внедряет в практику меры по предупреждению психических расстройств:

1) психопрофилактика

2) психогигиена

3) психокоррекция

4) реабилитация

4. Нарушение стиля и формы обращения с пациентами:

1) ятрогения

2) синдром эмоционального выгорания

3) профессиональная деформация

4) все выше перечисленное

5. Диспансерное наблюдение является наиболее эффективным методом:

1) психогигиены

2) первичной психопрофилактики

3) вторичной психопрофилактики

4) третичной психопрофилактики

6. Социальная реабилитация включает в себя:

1) психогигиена

2) первичная психопрофилактика

3) вторичная психопрофилактика

4) третичная психопрофилактика

7. Синдром умственного, физического и духовного истощения с усиливающейся потерей энергии, утраты идеалов, целей:

1) ятрогения

2) синдром эмоционального выгорания

3) профессиональная деформация

4) все выше перечисленное

8. Мероприятия, направленные на профилактику хронизации заболеваний, раннюю диагностику:

1) психогигиена

2) первичная психопрофилактика

3) вторичная психопрофилактика

4) третичная психопрофилактика

9. Создание благоприятного психологического климата в трудовом коллективе:

1) возрастная психогигиена

2) психогигиена быта

3) психогигиена семьи и половой жизни

4) психогигиена производственного и умственного труда

10. Заболевания или их осложнения, вызванные глубокими переживаниями, вследствие слов или действий медицинского работника.

1) ятрогения

2) психосоматические расстройства

- 3) соматопсихические расстройства
- 4) синдром эмоционального выгорания
- 11. Фармакофобия – это:
 - 1) любовь к лекарствам
 - 2) отрицание лекарств
 - 3) привычка к приему лекарств
 - 4) все выше перечисленное
- 12. Вид ятрогении, в основе которого лежит неправильно проводимое медицинское просвещение:
 - 1) этиологическая
 - 2) диагностическая
 - 3) экспериментальная
 - 4) фармакологическая
- 13. Вид ятрогении, возникающий при небрежно вскользь произнесенном диагнозе и использовании образных выражений при этом:
 - 1) этиологическая
 - 2) диагностическая
 - 3) экспериментальная
 - 4) фармакологическая
- 14. Вид ятрогении, возникающий при чрезмерно пессимистических или чрезмерно оптимистических прогнозах при выписке:
 - 1) этиологическая
 - 2) диагностическая
 - 3) экспериментальная
 - 4) прогностическая
- 15. Вид ятрогении, возникающий при небрежном объяснении результатов диагностических исследований и использовании при этом образных выражений:
 - 1) этиологическая
 - 2) диагностическая
 - 3) экспериментальная
 - 4) прогностическая

ЭТАЛОНЫ ОТВЕТОВ

- 1. – 2
- 2. – 1
- 3. – 1
- 4. – 3
- 5. – 3
- 6. – 4
- 7. – 2
- 8. – 3
- 9. – 4
- 10. – 1
- 11. – 2
- 12. – 4
- 13. – 2
- 14. – 4
- 15. - 3

Критерии оценок:

- «5» - 1 ошибки
- «4» - 2-3 ошибки
- «3» - 4-5 ошибки

«2» - 6 и более

Контрольные задания

Вопросы

к зачету по дисциплине

«Основы психопрофилактики»

2020/2021 учебный год.

1. Понятие «девиантное поведение»: общая характеристика.
2. Классификация девиантного поведения: социально-правовой, медицинский, психологический подход.
3. Биологическое объяснение поведенческих девиаций.
4. Социологическое объяснение поведенческих девиаций.
5. Психологическое объяснение поведенческих девиаций: психоаналитический подход к объяснению поведенческих девиаций.
6. Психологическое объяснение поведенческих девиаций: теория агрессивного поведения Э.Фромма.
7. Психологическое объяснение поведенческих девиаций: экзистенциально-гуманистический подход.
8. Психологическое объяснение поведенческих девиаций: когнитивно-поведенческие модели девиантного.
9. Психологическое объяснение поведенческих девиаций: аффективно-динамический подход И.А.Фурманова.
10. Понятие социальной нормы. Классификации социальных норм.
11. Агрессия и агрессивное поведение. Условия формирования агрессивного поведения личности.
12. Формы проявления насилия: физическое, психологическое, сексуальное.
13. Отклонения в поведении детей, подвергшихся жестокому обращению.
14. Делинквентное поведение как форма отклоняющегося поведения личности. Условия формирования делинквентного поведения.
15. Основные формы делинквентного поведения и типы правонарушителей.
16. Специфика мотивации антиобщественного поведения.
17. Общая характеристика зависимого поведения. Факторы зависимого поведения личности.
18. Основные формы зависимостей. Феномен со-зависимости.
19. Безнадзорность и беспризорность как форма проявления девиантного поведения.
20. Суицидальное поведение. Возрастные особенности суицидального поведения. Суицидальная мотивация.
21. Семейное неблагополучие как фактор девиантного поведения детей.
22. Понятия родительского стресса и защитной копинг-стратегии.
23. Основные направления и формы профилактики девиантного поведения.
24. Общая и специальная профилактика. Виды профилактики: первичная, вторичная, третичная.
25. Основные формы профилактической работы.
26. Психологическая коррекция девиантного поведения детей и подростков: стимулирование позитивной мотивации и методы коррекции эмоциональных состояний.

27. Психологическая коррекция девиантного поведения детей и подростков: методы саморегуляции.
28. Психологическая коррекция девиантного поведения детей и подростков: когнитивное переструктурирование.
29. Психологическая коррекция девиантного поведения детей и подростков: методы угашения нежелательного поведения.
30. Психологическая коррекция девиантного поведения детей и подростков: методы формирования позитивного поведения.

Методические рекомендации

По дисциплине предусмотрена аудиторная и внеаудиторная самостоятельная работа обучающихся.

Методические рекомендации

На лекционных занятиях излагаются основные теоретические вопросы содержания курса, однако предполагается также широкое использование интерактивных форм занятий (в первую очередь – дискуссий). Система контроля усвоения знаний предполагает балльно-рейтинговую оценку выполнения различных форм работ: контрольных работ, рефератов, коллоквиума, эссе, индивидуальных проектов, выступления на семинарах.

Для создания условий усвоения дисциплины используются:

- ♦ учебно-методическая литература;
- ♦ операционализация содержания дисциплины при его изложении на лекциях и обсуждении на семинарах, при отработке на практических занятиях;
- ♦ имеющие дидактическое значение вербальные и невербальные коммуникативные возможности преподавателя;
- ♦ аудио- и визуальные технические средства обучения (ТСО), позволяющие расширить возможности восприятия информации студентами (наглядные пособия: таблицы, схемы, плакаты, кино-, видеоматериалы и т.п.).

Обучение складывается из аудиторных занятий, включающих лекционный курс, семинары и практические занятия, и самостоятельной работы.

Практические занятия проводятся в виде семинаров, организации дискуссий, докладов, решения ситуационных задач, ответов на тестовые задания, обсуждения индивидуальных проектов. В соответствии с требованиями учебного процесса широко используются активные и интерактивные формы проведения занятий в виде организации дискуссий, выступления на семинарах, работы над индивидуальными проектами. Удельный вес занятий, проводимых в интерактивных формах, составляет не менее 60% от аудиторных занятий.

Самостоятельная работа студентов подразумевает подготовку к практическим занятиям, текущему, промежуточному контролю и включает работу с научной и методической литературой, подготовку планов организации дискуссий, оформления конспектов, подготовку ответов на вопросы и индивидуальные задания.

Работа с учебной литературой рассматривается как вид учебной работы и выполняется в пределах часов, отводимых на её изучение.

Каждый обучающийся обеспечен доступом к библиотечным фондам Университета.

Исходный уровень знаний студентов определяется краткими опросами на первых семинарских занятиях, текущий контроль усвоения предмета определяется устным опросом в ходе занятий, во время проведения дискуссий, при решении типовых ситуационных задач.

Методические указания по подготовке к практическим занятиям

Выполнение практических заданий направлены:

- на проверку уровня понимания вопросов, рассмотренных по учебной литературе, степени и качества усвоения материала;
- на закрепление методов приложения теории к решению практических задач анализа и синтеза психологического знания;
- на обучение навыкам освоения методики эксперимента и работы с нормативно-справочной литературой.

При выполнении работ возможно сочетание репродуктивных, частично-поисковых и поисковых заданий.

Работы, носящие репродуктивный характер, отличаются тем, что при их проведении обучающиеся пользуются подробными инструкциями, в которых указаны:

- цель и ход работы;
- пояснения (теоретические положения и понятия);
- оборудование и материалы;
- порядок выполнения работы;
- тип выводов (без формулировок);
- контрольные вопросы;
- литература.

Работы, носящие частично-поисковый характер, отличаются тем, что при их проведении обучающиеся не пользуются подробными инструкциями, им не дается порядок выполнения необходимых действий; такие работы требуют от студентов самостоятельного подбора материала и методики, выбора способов выполнения работы.

В работах, носящих поисковый характер, обучающиеся должны решить новую для них проблему, опираясь на имеющиеся у них теоретические знания.

Формы организации работы на практических и лабораторных занятиях: фронтальная, групповая, индивидуальная.

При фронтальной форме организации занятий все выполняют одновременно одно и то же задание.

При групповой форме организации занятий одна и та же работа выполняется в малых учебных группах, состоящих из нескольких человек в парах или тройках.

Оформление практических работ в виде отчетов должно производиться после окончания работы непосредственно на занятии, при наличии свободного времени или дома. Для подготовки к защите отчета следует проанализировать экспериментальные результаты, сопоставить их с известными теоретическими положениями или эмпирическими справочными данными, обобщить результаты исследований в виде лаконичных выводов по работе.

Методические рекомендации для подготовки к зачету, экзамену

Подготовка к зачету и его результативность также требует умения оптимально организовывать свое время. Идеально, если студент познакомился с основными представлениями и понятиями в аудиторном процессе изучения дисциплины. Тогда подготовка к зачету по контрольным вопросам позволит систематизировать материал и глубже его усвоить.

Работу лучше начинать с распределения предложенных контрольных вопросов по разделам и темам курса. Затем необходимо выяснить наличие теоретических источников: конспектов лекций, хрестоматий, учебников, монографий.

При чтении материала следует выделять основные понятия и определения, лучше их законспектировать. Выделение опорных понятий дает возможность систематизировать представления по дисциплине и, соответственно, результативнее подготовиться к зачету. Затем необходимо составить план-конспект ответа, который поможет ничего не забыть на зачете. Успешный ответ на вопрос предполагает процесс продумывания логики изложения материала по каждому вопросу, запоминание примеров.

На зачете необходимо сосредоточиться, вспомнить свой план ответа и наполнить его содержанием и примерами. При ответе необходимо держать контакт с преподавателем, уметь вести диалог, рассуждать, держаться вопроса, обозначенного в билете.