



МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

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



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

***ДИСТАНЦИОННЫЕ МЕТОДЫ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО  
СОПРОВОЖДЕНИЯ***

Направление подготовки (специальность)  
44.04.02 Психолого-педагогическое образование

Направленность (профиль/специализация) программы  
Психологическое консультирование

Уровень высшего образования - магистратура

Форма обучения  
очная

Институт/ факультет	Институт гуманитарного образования
Кафедра	Психологии
Курс	1
Семестр	2

Магнитогорск  
2026 год


Рабочая программа составлена на основе ФГОС ВО - магистратура по направлению подготовки 44.04.02 Психолого-педагогическое образование (приказ Минобрнауки России от 22.02.2018 г. № 127)


Рабочая программа рассмотрена и одобрена на заседании кафедры Психологии  
28.01.2026, протокол № 5

Зав. кафедрой \_\_\_\_\_  О.П. Степанова

Рабочая программа одобрена методической комиссией ИГО 02.02.2026 г. протокол  
№ 6

Председатель \_\_\_\_\_  Л.Н. Санникова

Рабочая программа составлена:  
доцент кафедры кафедры Психологии, канд. пед. наук \_\_\_\_\_  Д.А. Хабибулин

Рецензент:  
доцент кафедры СРиППО, канд. пед. наук \_\_\_\_\_  Г.В. Слепухина

## **Лист актуализации рабочей программы**

---

Рабочая программа пересмотрена, обсуждена и одобрена для реализации в 2027 - 2028 учебном году на заседании кафедры Психологии

Протокол от \_\_\_\_ 20\_\_ г. № \_\_\_\_  
Зав. кафедрой \_\_\_\_\_ О.П. Степанова

---

Рабочая программа пересмотрена, обсуждена и одобрена для реализации в 2028 - 2029 учебном году на заседании кафедры Психологии

Протокол от \_\_\_\_ 20\_\_ г. № \_\_\_\_  
Зав. кафедрой \_\_\_\_\_ О.П. Степанова

### **1 Цели освоения дисциплины (модуля)**

формирование общего представления о дистанционных технологиях в психологии, а также способности организовать и осуществлять психологическое сопровождение субъектов в образовании и социальной сфере с использованием методов психодиагностики, психологического консультирования, коррекционно-развивающей и психопрофилактической работы

### **2 Место дисциплины (модуля) в структуре образовательной программы**

Дисциплина Дистанционные методы психологического сопровождения входит в часть учебного плана формируемую участниками образовательных отношений образовательной программы.

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

Практикум по психологической диагностике

Сетевая коммуникация в профессиональной деятельности

Дистанционные технологии в образовании

Учебная - ознакомительная практика

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

Методы телесно-ориентированной терапии

Практикум по психологической диагностике

Сетевая коммуникация в профессиональной деятельности

Производственная - практика по получению профессиональных умений и опыта профессиональной деятельности

Выполнение и защита выпускной квалификационной работы

Подготовка к сдаче и сдача государственного экзамена

Производственная - преддипломная практика

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

В результате освоения дисциплины (модуля) «Дистанционные методы психологического сопровождения» обучающийся должен обладать следующими компетенциями:

Код индикатора	Индикатор достижения компетенции
ПК-2	Способен организовать и осуществлять психологическое сопровождение субъектов в образовании и социальной сфере с использованием методов психодиагностики, психологического консультирования, коррекционно-развивающей и психопрофилактической работы
ПК-2.1	Определяет приоритетные направления психологического сопровождения субъектов на основе анализа и психологической оценки ресурсов, рисков и условий, затрудняющих становление и развитие личности
ПК-2.2	Проектирует и организует деятельность по индивидуальному или групповому психологическому сопровождению субъектов с использованием методов психодиагностики, психологического консультирования, коррекционно-развивающей работы, психологической профилактики и просвещения

#### 4. Структура, объём и содержание дисциплины (модуля)

Общая трудоемкость дисциплины составляет 3 зачетных единиц 108 академических часов, в том числе:

- контактная работа – 34,1 академических часов;
- аудиторная – 34 академических часов;
- внеаудиторная – 0,1 академических часов;
- самостоятельная работа – 73,9 академических часов;
- в форме практической подготовки – 0 академических часов;

Форма аттестации - зачет с оценкой

Раздел/ тема дисциплины	Семестр	Аудиторная контактная работа (в академических часах)			Самостоятельная работа студента	Вид самостоятельной работы	Форма текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации	Код компетенции
		Лек.	лаб. зан.	практ. зан.				
1. Дистанционные методы психологического сопровождения								
1.1 Введение в дисциплину методы психологического сопровождения	2			8	20	Самостоятельное изучение учебной и научной литературы. Составление структурно-логической схемы.	Регламентированная дискуссия. Опрос на занятии.	ПК-2.1, ПК-2.2
1.2 Процессуальная модель дистанционного сопровождения				8	20	Самостоятельное изучение учебной и научной литературы. Составление структурно-логической схемы.	Регламентированная дискуссия. Опрос на занятии.	ПК-2.1, ПК-2.2
1.3 Практика дистанционного психологического сопровождения				8	20	Самостоятельное изучение учебной и научной литературы. Составление структурно-логической схемы.	Регламентированная дискуссия. Опрос на занятии.	ПК-2.1, ПК-2.2
1.4 Супервизии практики дистанционного сопровождения				10	13,9	Самостоятельное изучение учебной и научной	Регламентированная дискуссия. Опрос на занятии.	ПК-2.1, ПК-2.2

						литературы. Составление структурно- логической схемы.		
Итого по разделу			34	73,9				
Итого за семестр			34	73,9			зао	
Итого по дисциплине			34	73,9			зачет с оценкой	

## **5 Образовательные технологии**

Формы учебных занятий с использованием традиционных технологий:

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

Формы учебных занятий с использованием технологий проблемного обучения:

Проблемная лекция – изложение материала, предполагающее постановку проблемных и дискуссионных вопросов, освещение различных научных подходов, авторские комментарии, связанные с различными моделями интерпретации изучаемого материала.

Лекция «вдвоем» (бинарная лекция) – изложение материала в форме диалогического общения двух преподавателей (например, реконструкция диалога представителей различных научных школ, «ученого» и «практика» и т.п.).

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.

Формы учебных занятий с использованием игровых технологий:

Учебная игра – форма воссоздания предметного и социального содержания будущей профессиональной деятельности специалиста, моделирования таких систем отношений, которые характерны для этой деятельности как целого.

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.

Интерактивные технологии – организация образовательного процесса, которая предполагает активное и нелинейное взаимодействие всех участников, достижение на этой основе лично значимого для них образовательного результата. Наряду со специализированными технологиями такого рода принцип интерактивности прослеживается в большинстве современных образовательных технологий. Интерактивность подразумевает субъект-субъектные отношения в ходе образовательного процесса и, как следствие, формирование саморазвивающейся информационно-ресурсной среды.

Формы учебных занятий с использованием информационно-коммуникационных технологий:

Лекция-визуализация – изложение содержания сопровождается презентацией (демонстрацией учебных материалов, представленных в различных знаковых системах, в т.ч. иллюстративных, графических, аудио- и видеоматериалов).

Допуск к зачету по дисциплине предполагает активное участие в практических занятиях, а также своевременное выполнение домашних и самостоятельных заданий.

Изучение статей к практическим занятиям

- Обозначение проблемы, раскрываемой в статье;
- Краткая характеристика позиции автора по излагаемой проблеме;
- Обозначение областей применения информации, излагаемой в статье;
- Обозначение круга специалистов, которым статья может быть рекомендована.

## **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. Шульга, Т. И. Психолого-педагогическое сопровождение детей группы риска : учебное пособие для вузов / Т. И. Шульга. – 2-е изд. – Москва : Издательство Юрайт, 2024. – 208 с. – (Высшее образование). – ISBN 978-5-534-13473-5. – Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. – URL: <https://urait.ru/bcode/543594> ( дата обращения: 19.01.2026).

2. Мищенко, Л. В. Психотравма. Предотвращение рецидивов. Технологии социально-психологического сопровождения : практическое пособие / Л. В. Мищенко. – 2-е изд., перераб. и доп. – Москва : Издательство Юрайт, 2024. – 225 с. – (Профессиональная практика). – ISBN 978-5-534-07852-7. – Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. – URL: <https://urait.ru/bcode/540774> ( дата обращения: 19.01.2026).

### **б) Дополнительная литература:**

1. Вайндорф-Сысоева, М. Е. Методика дистанционного обучения : учебное пособие для вузов / М. Е. Вайндорф-Сысоева, Т. С. Грязнова, В. А. Шитова ; под общей редакцией М. Е. Вайндорф-Сысоевой. – Москва : Издательство Юрайт, 2024. – 194 с. – (Высшее образование). – ISBN 978-5-9916-9202-1. – Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. – URL: <https://urait.ru/bcode/536746> ( дата обращения: 19.01.2026).

2. Годовникова, Л. В. Психолого-педагогическое сопровождение обучающихся с ОВЗ : учебное пособие для вузов / Л. В. Годовникова. – 2-е изд. – Москва : Издательство Юрайт, 2024. – 218 с. – (Высшее образование). – ISBN 978-5-534- 12039-4. – Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. – URL: <https://urait.ru/bcode/542786> ( дата обращения: 19.01.2026).

### **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://host.megaprolib.net/MP0109/Download/MObject/2391> ( дата обращения: 19.01.2026). - Макрообъект. - Текст : электронный. - Сведения доступны также на CD- ROM.

### **г) Программное обеспечение и Интернет-ресурсы:**

#### **Программное обеспечение**

Наименование ПО	№ договора	Срок действия лицензии
7Zip	свободно распространяемое ПО	бессрочно
FAR Manager	свободно распространяемое ПО	бессрочно
Браузер Mozilla Firefox	свободно распространяемое ПО	бессрочно
LibreOffice	свободно распространяемое ПО	бессрочно

### Профессиональные базы данных и информационные справочные системы

Название курса	Ссылка
Международная реферативная и полнотекстовая справочная база данных научных изданий «Springer Nature»	<a href="https://www.nature.com/siteindex">https://www.nature.com/siteindex</a>
Электронные ресурсы библиотеки МГТУ им. Г.И. Носова	<a href="https://host.megaprolib.net/MP0109/Web">https://host.megaprolib.net/MP0109/Web</a>
Российская Государственная библиотека. Каталоги	<a href="https://www.rsl.ru/ru/4readers/catalogues/">https://www.rsl.ru/ru/4readers/catalogues/</a>
Национальная информационно-аналитическая система – Российский индекс научного цитирования	URL: <a href="https://elibrary.ru/project_risc.asp">https://elibrary.ru/project_risc.asp</a>
Электронная база периодических изданий East View Information Services, ООО «ИВИС»	<a href="https://dlib.eastview.com/">https://dlib.eastview.com/</a>

### 9 Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля)

Материально-техническое обеспечение дисциплины включает:

Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа / Доска, мультимедийные средства хранения, передачи и представления информации.

Учебные аудитории для проведения практических 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.

### Перечень тем для самостоятельной проработки

Тема 1: Введение в дисциплину методы психологического сопровождения.

Групповая дискуссия, включающая в себя обсуждение следующих вопросов:

История возникновения и развития дистанционного психологического сопровождения. Виды консультирования на дистанции: телефонное консультирование, консультирование по почте, типы психологических услуг в Интернет. Особенности синхронного и асинхронного консультирования. Преимущества и недостатки дистанционного консультирования. Этические принципы оказания психологических услуг на дистанции.

Тема 2: Процессуальная модель дистанционного сопровождения.

Групповая дискуссия, включающая в себя обсуждение следующих вопросов:

Предварительный этап консультирования: знакомство клиента с предоставляемыми услугами через сайт. Процедура регистрации на консультацию. Процесс консультирования: установление контакта, установление отношений. Три уровня консультативных отношений. Процесс консультирования: экзистенциальноаналитическая диагностика, обсуждение и фокусировка проблемы. Выбор метода консультирования. Завершающий этап консультирования: подведение итогов и конкретизация самостоятельных действий клиента.

Тема 3: Практика дистанционного психологического сопровождения.

Групповая дискуссия, включающая в себя обсуждение следующих вопросов:

Виды кризисов личности. Психология острого горя. Экзистенциальноаналитическая помощь при кризисных состояниях. Суицидальность как реакция на ценностный кризис. Фазы суицидальности. Распознавание диссимуляции при принятом решении о суициде. Антисуицидальный контракт. Суицид как подведение итогов жизни. Истерическая парасуицидальность: распознавание и способы обращения. Дистанционное консультирование при эндогенной депрессии и шизофрении. Консультирование родственников психически больных людей. Суицидальность при психических заболеваниях.

Тема 4: Супервизии практики дистанционного сопровождения.

Групповая дискуссия, включающая в себя обсуждение следующих вопросов:

Самостоятельная практика дистанционного сопровождения: телефонное консультирование, интернетконсультирование в офф-лайн режиме, интернетконсультирование в реальном времени, консультирование по Skype.

### *Тест для самопроверки студента*

1. Тип двусторонней связи с задержкой по времени, позволяющий участникам отвечать друг другу в любое время, но только не одновременно

- технологии двунаправленного взаимодействия
- асинхронные технологии
- синхронные технологии
- дистанционные технологии

2. К сервисам отложенного чтения НЕ относят

- электронную почту
- RSS ленту
- социальную сеть
- IP телефонию

3. Специалист, участник коллектива разработчиков курса, который владеет конкретной предметной областью, а также умеет трансформировать свои знания в пригодную для осуществления учебного процесса форму?

- преподаватель ДТ
- автор курса
- куратор содержания
- менеджер курса

4. Электронная конференция, в которой участники, находящиеся в различных местах, обмениваются информацией посредством устной речи

- вебинар
- аудиоконференция
- видеоконференция

- TV - конференция
5. Совокупность необходимых в работе данных, объединенных в некую заданную структуру; обычно хранится в электронном виде?
- база данных
  - www (система гипермедиа)
  - учебный курс
  - LMS
6. ПО на стороне пользователя, обеспечивающее просмотр содержимого ресурсов Интернет?
- база данных
  - LMS
  - браузер
  - email клиент
7. Распределенная система, предоставляющая доступ к связанным между собой документам, расположенным на различных компьютерах, подключенных к Интернету?
- FTP
  - WWW
  - HTTP
  - HTTPS
8. Этот принцип определяет всю организацию, включая проектирование обучения, создание комплекса средств обучения (учебно-методическое обеспечение) и заканчивая организацией самой познавательной деятельности
- Принцип гибкости
  - Принцип корпоративности
  - Принцип системности
  - Принцип интерактивности
9. Организатор учебного процесса, в задачи которого входит формирование учебных групп, назначение тьюторов, решение вопросов перевода в другие группы, приостановки обучения и других организационных вопросов, а также взаимодействие со студентами по вопросам организации обучения
- Куратор содержания
  - Администратор курса
  - Автор-разработчик курса
  - Виртуальный преподаватель ДТ
10. Веб-сайт, структуру и содержимое которого пользователи могут самостоятельно изменять с помощью инструментов, предоставляемых самим сайтом
- Вики
  - Блог
  - промо-сайт
  - интернет-форум
11. Основные положения, определяющие содержание, организационные формы и методы учебного процесса в соответствии с его общими целями и закономерностями
- методические рекомендации
  - образовательный стандарт
  - дидактические принципы
  - положение об организации дистанционного обучения
12. Самая крупная структурная единица Интернет?
- сайт
  - блог
  - домен
  - сервер
13. Комплекс компьютерных программ, предоставляющих пользователям, не владеющим языками программирования, создавать свои компьютерные средства обучения?
- инструментальные средства
  - интегрированная система
  - информационный блок
  - LMS
14. Принцип организации системы, при котором цель достигается информационным обменом элементов этой системы
- принцип интерактивности

- принцип системности
  - принцип корпоративности
  - принцип учёта специфики предметной области обучения
15. Максимальное количество информации, которое может содержаться или быть обработано в данном канале или объекте
- информационная ёмкость
  - 100 Мб/с
  - 1 терабайт
  - информационный блок
16. Сеть, не являющаяся частью всемирной глобальной сети Интернет, но построенная с использованием ее технологий
- ISDN
  - Wireless
  - HTTPS
  - IntraNet
17. Сложная система, аккумулирующая посредством сетевых технологий, интеллектуальные, социокультурные, программно-методические, организационные и технические ресурсы и обеспечивающая возможность осуществления непрерывной опережающей профессиональной подготовки специалистов
- Интегрированная система
  - Иерархическая структура
  - Информационный блок
  - Информационно-образовательная среда
18. Задания, предполагающие самостоятельный ответ учащегося, без эталонов и вариантов, которые проверяет сетевой педагог закрепленный за учеником
- Задания с закрытыми ответами
  - Задания с открытым ответом
  - Мультивыбор
  - Задания на соответствие
19. Простота во взаимодействии человека и предмета
- интерфейс
  - эргономика
  - коммуникабельность
  - формализация
20. Любое обучение, при котором преподавание или учение, передача учебной информации или обмен ею осуществляется с использованием телекоммуникационной техники или каналов связи (телефон, радио, телевидение, кино, факсимильная связь, Интернет и др.)
- традиционное обучение
  - дистанционное обучение
  - электронное обучение
  - опосредованное обучение

### **Методические рекомендации по изучению дисциплины**

Учебный материал структурирован и изучение дисциплины производится в тематической последовательности. Каждому занятию и самостоятельному изучению материала предшествует информационный материал по данной теме. Обучающиеся самостоятельно проводят предварительную подготовку к занятию, принимают активное и творческое участие в обсуждении теоретических вопросов, разборе проблемных ситуаций и поисков путей их решения. Многие проблемы, изучаемые в курсе, носят дискуссионный характер, что предполагает интерактивный характер проведения занятий на конкретных примерах.

1. Обучающимся рекомендуется следующим образом организовать время, необходимое для изучения дисциплины:

2. изучение конспекта в тот же день после занятия – 10 – 15 минут;
3. повторение конспекта за день перед следующим занятием – 10 – 15 минут;
4. изучение теоретического материала по учебнику и конспекту – 1 час в неделю;
5. подготовка к занятию – 1,5 часа.

Тогда общие затраты времени на освоение курса обучающимися составят около 3 часов в неделю.

Описание последовательности действий обучающегося: При изучении курса следует внимательно слушать и конспектировать материал, излагаемый на аудиторных занятиях. Для его понимания и качественного усвоения рекомендуется следующая последовательность действий:

1. После окончания учебных занятий для закрепления материала просмотреть и обдумать текст лекции, прослушанной сегодня, разобрать рассмотренные примеры (10 – 15 минут).

2. При подготовке к занятию следующего дня повторить текст предыдущего занятия, подумать о том, какая может быть следующая тема (10 – 15 минут).

3. В течение недели выбрать время для работы с литературой в библиотеке (по 1 часу).

4. При подготовке к занятиям повторить основные понятия по теме домашнего задания, изучить примеры. Решая конкретную ситуацию, – предварительно понять, какой теоретический материал нужно использовать. Наметить план решения, попробовать на его основе решить примеры практических ситуаций.

### **Методические указания по работе с лекционным материалом**

Лекция как организационная форма обучения – это особая конструкция учебного процесса. Преподаватель на протяжении всего учебного занятия сообщает новый учебный материал, а студенты его активно воспринимают. Благодаря тому, что материал излагается концентрированно, в логически выдержанной форме, лекция является наиболее экономичным способом передачи учебной информации.

Рабочей программой по дисциплине предусмотрены следующие виды лекций: – активные формы лекций: информационная лекция; лекция-визуализация; – интерактивные формы: лекция-беседа; лекция с презентацией. Методологическое значение лекции состоит в том, что в ней раскрываются фундаментальные теоретические основы учебной дисциплины и научные методы, с помощью которых анализируются экономические процессы и явления. Лак форме и методу обучения лекции присущи три основные педагогические функции, определяющие ее возможности и достоинства в учебном процессе: познавательная, развивающая и организующая. Познавательная функция выражается в понимании слушателями основ науки, научно обоснованных путей решения практических задач. Лекция призвана дать им взаимосвязанное, доказательное и отчетливое представление о самых сложных моментах в практической деятельности специалистов. Именно это, а не запоминание каждого слова или цифры, продиктованных лектором, является главным в познавательной функции. Кроме того, следует помнить, что познавательная функция всякой лекции связана и с тем, что в живой разговорной речи самые сложные вопросы разъяснить и понять легче, чем тогда, когда они изложены письменно. Значит одно из основных достоинств лекции – это передача учебного материала не беззвучными строками текста, а конкретным человеком – преподавателем. Лекция достигает цели, если помимо сообщения информации она выполняет развивающую функцию, то есть по содержанию и форме она ориентирована не на память, а на мышление обучаемых, призвана не только преподнести им знания, но и научить их самостоятельно мыслить. Именно такие предпосылки содержит лекция, подготовленная на высоком профессиональном уровне. В повседневном и интенсивном упражнении в научном мышлении и заключается главная ценность лекции. Следовательно, развивающая функция лекции находится в зависимости от грамотно подобранного и составленного содержания лекции и методики его изложения.

Логичное, доказательное расположение материала, Стремление лектора не просто изложить голые факты, а логично расположить материал, доказать его истинность, привести к обоснованным выводам, научить слушателей думать, искать ответы на возникающие вопросы и рассматривать приемы такого поиска – все это отличительные черты лекции, выполняющей в полной мере развивающую функцию. Организующая функция лекции предусматривает, в первую очередь, управление самостоятельной работой, как в процессе лекции, так и во внеаудиторное время. Эта функция сознательно усиливается проведением семинаров и практических занятий. В данном случае лектор рекомендует литературу, обращает внимание слушателей на то, что необходимо изучить и с чем сопоставить. Полученные в ходе лекции выводы и результаты служат основой при самостоятельной проработке рекомендованной литературы. Главное в период подготовки к лекционным занятиям – научиться методам самостоятельного умственного труда, сознательно развивать свои творческие способности и овладевать навыками творческой работы. Для этого необходимо строго соблюдать дисциплину учебы и поведения. Четкое планирование своего рабочего времени и отдыха является необходимым условием для успешной самостоятельной работы. В основу его нужно положить рабочую программу изучаемых в семестре дисциплин.

Ежедневной 5 учебной работе студенту следует уделять 9–10 часов своего времени, т.е. при шести часах аудиторных занятий самостоятельной работе необходимо отводить 3–4 часа. Каждому

студенту следует составлять еженедельный и семестровый планы работы, а также план на каждый рабочий день. С вечера всегда надо распределять работу на завтрашний день. В конце каждого дня целесообразно подводить итог работы: тщательно проверить, все ли выполнено по намеченному плану, не было ли каких-либо отступлений, а если были, по какой причине это произошло. Нужно осуществлять самоконтроль, который является необходимым условием успешной учебы. Если что-то осталось невыполненным, необходимо изыскать время для завершения этой части работы, не уменьшая объема недельного плана. Слушание и запись лекций – сложный вид вузовской аудиторной работы. Внимательное слушание и конспектирование лекций предполагает интенсивную умственную деятельность студента. Краткие записи лекций, их конспектирование помогает усвоить учебный материал. Конспект является полезным тогда, когда записано самое существенное, основное и сделано это самим студентом. Не надо стремиться записать дословно всю лекцию. Такое конспектирование приносит больше вреда, чем пользы.

Запись лекций рекомендуется вести по возможности собственными формулировками. Желательно запись осуществлять на одной странице, а следующую оставлять для проработки учебного материала самостоятельно в домашних условиях. Конспект лекции лучше подразделять на пункты, параграфы, соблюдая красную строку. Этому в большой степени будут способствовать пункты плана лекции, предложенные преподавателям. Принципиальные места, определения, формулы и другое следует сопровождать замечаниями «важно», «особо важно», «хорошо запомнить» и т.п. Можно делать это и с помощью разноцветных маркеров или ручек. Работая над конспектом лекций, всегда необходимо использовать не только учебник, но и ту литературу, которую дополнительно рекомендовал лектор. Именно такая серьезная, кропотливая работа с лекционным материалом позволит глубоко овладеть знаниями.

#### **Рекомендации по работе с литературой**

Умение работать с литературой – важный фактор успешности учебной деятельности студента и, вместе с тем, показатель его развития как субъекта познания. Отсюда необходимые рекомендации по работе с психолого-педагогической литературой (в печатном или электронном виде):

- при выборе источника теоретического материала надо исходить из основных понятий по теме, чтобы точно знать, что конкретно искать в том или ином издании (см. аннотацию к книге).
- для более глубокого усвоения и понимания материала следует читать не только имеющиеся в тексте определения или теоретические представления, но и примеры.
- в процессе чтения важно осознавать, в рамках какого психолого-педагогического подхода или направления изложена проблема. Это позволит прийти к пониманию вопроса на более высоком уровне обобщения.
- чтобы получить объемные и системные представления по теме, нужно посмотреть несколько работ (возможно альтернативных) по данному вопросу.
- не следует конспектировать весь текст, относящийся к рассматриваемой проблеме, так как такой подход не дает возможности осознать материал. Необходимо выделить и законспектировать только основные положения, позволяющие выстроить логику ответа на вопросы интересующей темы.
- в целях самоконтроля по усвоению материала можно выполнить задания по данной теме (в конце параграфа или раздела книги).

#### **Методические рекомендации по подготовке к зачету**

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 (хрестоматия, учебники, монографии).

При чтении материала следует выделять основные понятия и определения, можно их законспектировать. Выделение опорных понятий дает возможность систематизировать представления по дисциплине и, соответственно, результативнее подготовиться к зачету.

Успешный ответ на зачетный вопрос предполагает процесс продумывания логики изложения материала по каждому вопросу, запоминание примеров.

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-2: Способен организовать и осуществлять психологическое сопровождение субъектов в образовании и социальной сфере с использованием методов психодиагностики, психологического консультирования, коррекционно-развивающей и психопрофилактической работы		
ПК-2.1:	<p>Определяет приоритетные направления психологического сопровождения субъектов на основе анализа и психологической оценки ресурсов, рисков и условий, затрудняющих становление и развитие личности</p>	<p><b>Перечень теоретических вопросов:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. История возникновения и развития дистанционного психологического консультирования.</li> <li>2. Виды консультирования на дистанции: телефонное консультирование, консультирование по почте, типы психологических услуг в Интернет.</li> <li>3. Особенности синхронного и асинхронного консультирования.</li> <li>4. Преимущества и недостатки дистанционного консультирования.</li> <li>5. Этические принципы оказания психологических услуг на дистанции.</li> <li>6. Предварительный этап консультирования: знакомство клиента с предоставляемыми услугами через сайт.</li> <li>7. Процедура регистрации на консультацию.</li> <li>8. Процесс консультирования: установление контакта, установление отношений. Три уровня консультативных отношений.</li> <li>9. Процесс консультирования: диагностика, обсуждение и фокусировка проблемы.</li> <li>10. Выбор метода консультирования.</li> <li>11. Завершающий этап консультирования: подведение итогов и конкретизация самостоятельных действий клиента.</li> <li>12. Виды кризисов личности.</li> <li>13. Психология острого горя.</li> <li>14. Психологическая помощь при кризисных состояниях.</li> </ol> <p><b>Перечень практических вопросов :</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Представьте прием, направленный на повышение точности восприятия партнера по общению.</li> <li>2. Представьте методику отработки развития умения использовать более почтительные формулировки для вербализации эмоциональных состояний.</li> </ol> <p><b>Комплексные задания:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Проведите упражнение «Отработка техники перефразирования»</li> <li>2. Представьте методику отработки умения передавать суть сказанного своими словами.</li> <li>3. Представьте методику отработки умения</li> </ol>

Структурный элемент компетенции	Планируемые результаты обучения	Оценочные средства
		<p>формулировать свои предположения о причинах или целях высказывания партнера.</p> <p>4. Определите приоритетные направления психологического сопровождения субъектов в образовании и социальной сфере.</p>
ПК-2.2:	<p>Проектирует и организует деятельность по индивидуальному или групповому психологическому сопровождению субъектов с использованием методов психодиагностики, психологического консультирования, коррекционно-развивающей работы, психологической профилактики и просвещения</p>	<p><b>Перечень теоретических вопросов:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Суицидальность как реакция на ценностный кризис. Фазы суицидальности.</li> <li>2. Распознавание диссимуляции при принятом решении о суициде.</li> <li>3. Антисуицидальный контракт.</li> <li>4. Суицид как подведение итогов жизни. Истерическая парасуицидальность: распознавание и способы обращения.</li> <li>5. Суицидальность при психических заболеваниях.</li> <li>6. Дистанционное консультирование при эндогенной депрессии и шизофрении.</li> <li>7. Консультирование родственников психически больных людей.</li> <li>8. Супервизии как обязательная составляющая обучения и профессионального сопровождения психологов-консультантов.</li> <li>9. Цели и задачи супервизорского сопровождения.</li> <li>10. Персональный экзистенциальный анализ: работа с вытесненными негативными переживаниями консультанта, понимание консультантом самого себя и основных мотиваций клиента, обнаружение оснований для аутентичного самовыражения.</li> <li>11. Культура психогигиены консультанта: предотвращение возникновения «синдрома выгорания», необходимость проработки собственного травматического опыта.</li> </ol> <p><b>Перечень практических вопросов :</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Раскройте специфику профессиональной ситуации начинающих консультантов.</li> <li>2. Представьте виды и формы супервизий. Феноменологический метод в супервизии.</li> </ol> <p><b>Комплексные задания:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Представьте план установление контакта, установление отношений.</li> <li>2. Представьте план предварительного этапа консультирования: знакомство клиента с предоставляемыми услугами через сайт.</li> <li>3. Спроектируйте деятельность по индивидуальному или групповому психологическому сопровождению субъектов в образовании и социальной сфере.</li> </ol>

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

Промежуточная аттестация по дисциплине включает теоретические вопросы, позволяющие оценить уровень усвоения обучающимися знаний, и практические задания, выявляющие степень сформированности умений и владений, проводится в форме зачета с оценкой.

Зачет с оценкой по данной дисциплине проводится в устной форме по билетам, каждый из которых включает 1 теоретический вопрос и два практических задания.

### ***Показатели и критерии оценивания зачета с оценкой:***

– на оценку «отлично» (5 баллов) – работа выполнена в соответствии с заданием, обучающийся показывает высокий уровень знаний не только на уровне воспроизведения и объяснения информации, но и интеллектуальные навыки решения проблем и задач, нахождения уникальных ответов к проблемам, оценки и вынесения критических суждений;

– на оценку «хорошо» (4 балла) – работа выполнена в соответствии с заданием, обучающийся показывает знания не только на уровне воспроизведения и объяснения информации, но и интеллектуальные навыки решения проблем и задач, нахождения уникальных ответов к проблемам;

– на оценку «удовлетворительно» (3 балла) – работа выполнена в соответствии с заданием, обучающийся показывает знания на уровне воспроизведения и объяснения информации, интеллектуальные навыки решения простых задач;

– на оценку «неудовлетворительно» (2 балла) – задание преподавателя выполнено частично, в процессе защиты работы обучающийся допускает существенные ошибки, не может показать интеллектуальные навыки решения поставленной задачи.

– на оценку «неудовлетворительно» (1 балл) – задание преподавателя выполнено частично, обучающийся не может воспроизвести и объяснить содержание, не может показать интеллектуальные навыки решения поставленной задачи.