

**Федеральное государственное автономное образовательное
учреждение высшего образования
«Московский физико-технический институт
(национальный исследовательский университет)»**

УТВЕРЖДЕНО

**Проректор по учебной работе и
довузовской подготовке**

А.А. Воронов

| | |
|----------------------------|--|
| | Рабочая программа дисциплины (модуля) |
| по дисциплине: | Практическая психология |
| по направлению: | Прикладные математика и физика |
| профиль подготовки: | Радиотехника и компьютерные технологии Физтех-школа Радиотехники и Компьютерных Технологий департамент культурологии |
| курс: | 1 |
| квалификация: | бакалавр |

Семестр, формы промежуточной аттестации: 1 (осенний) - Дифференцированный зачет

Аудиторных часов: всего, в том числе:

лекции: 0 час.

семинары: 0 час.

лабораторные занятия: 0 час.

Самостоятельная работа: час.

Всего часов: 0, всего зач. ед.:

Количество контрольных работ, заданий: 2

Программу составил: Р.Ф. Мухарамов, старший преподаватель

Программа обсуждена на заседании департамента культурологии 26.03.2020

Аннотация

В курсе рассматриваются: Типичные причины прокрастинации. Типичные причины сбоев мотивации к учебе. Базовые представления о темпераментах и типах личности. Основы психологии эмоций. Основы дифференциальной психологии (знание психологических типов и врожденных индивидуальных различий между людьми).

1. Цели и задачи

Цель дисциплины

Дать студентам общее представление о психологии, о развитии психологии в XX-XXI веке, о различных направлениях в психологии, о роли психологии в жизни человека.

Задачи дисциплины

- Научить студентов грамотно выражать собственное мнение;
- научить студентов лучше понимать мотивы своих поступков;
- научить студентов лучше понимать причины эмоциональных состояний, как своих, так и окружающих;
- научить студентов справляться с негативными эмоциональными состояниями и увеличению стрессоустойчивости;
- научить студентов основам публичного выступления.

2. Перечень формируемых компетенций

Освоение дисциплины направлено на формирование следующих компетенций:

| Код и наименование компетенции | Индикаторы достижения компетенции |
|---|---|
| УК-5 Способен осмысливать культурное разнообразие общества в социально-историческом, этическом и философском аспектах | УК-5.2 Имеет представление о системах этических и интеллектуальных ценностей и норм, их значении в истории общества |

3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю)

В результате освоения дисциплины обучающиеся должны

знать:

Основы психологии эмоций, основы психологии потребностей, основы дифференциальной психологии (знание психологических типов и врожденных индивидуальных различий между людьми).

уметь:

Различать собственные эмоции и эмоции других людей, определять причины возникновения эмоций, справляться с негативными психологическими состояниями – тревогой, страхом, обидой и т.п., формулировать свое мнение, вести дискуссию.

владеть:

Простейшими навыками публичного выступления.

4. Содержание дисциплины (модуля), структурированное по темам (разделам) с указанием отведенного на них количества академических часов и видов учебных занятий

4.1. Разделы дисциплины (модуля) и трудоемкости по видам учебных занятий

| № | Тема (раздел) дисциплины | Трудоемкость по видам учебных занятий, включая самостоятельную работу, час. | | | |
|-------------|--------------------------|---|----------|-----------------|----------------|
| | | Лекции | Семинары | Лаборат. работы | Самост. работа |
| Итого часов | | | | | |

| | |
|-----------------------|-----------------|
| Подготовка к экзамену | 0 час. |
| Общая трудоёмкость | 0 час., зач.ед. |

4.2. Содержание дисциплины (модуля), структурированное по темам (разделам)

5. Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине (модулю)

Учебная аудитория на 30 человек

Обеспечение самостоятельной работы (библиотека, доступ в Интернет и т. д)

6.Перечень рекомендуемой литературы

Основная литература

1. Перлз, Ф. Гештальт-подход. Свидетель терапии [Текст] / Ф. Перлз .— М. : Ин-т Психотерапии, 2001 .
2. Фрейд, З. "Я" и "Оно" . Труды разных лет [Текст] Кн.2 / З. Фрейд ; пер. с нем. ; предисл. Б. Р. Нанейшвили, Г. Б. Нанейшвили ; сост. А. Григорашвили .— Тбилиси : Мерани, 1991 .
3. Фрейд, З. По ту сторону принципа. Я и ОНО [Текст] / З. Фрейд ; [пер. с нем.] .— М. : АСТ ; Харьков, 2004 .

Дополнительная литература

1. Перлз, Ф. Практикум по гештальт-терапии [Текст] / Ф. Перлз, П. Гудмен, Р. Хефферлин .— М. : Ин-т Психотерапии, 2001 .
2. Вундт, В. Проблемы психологии народов [Текст] / В. Вундт; пер. с нем. Н. В. Самсонова .— 3-е изд. — М : Книжный дом "ЛИБРОКОМ", 2010.

7. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети "Интернет", необходимых для освоения дисциплины (модуля)

<https://vk.com/softskillsmipt>
<https://www.stud-psycholog.ru>
<https://vk.com/sdsmipt>

8. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень необходимого программного обеспечения и информационных справочных систем (при необходимости)

Система видеоконференций Zoom.

9. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (модуля)

Для успешного освоения курса, помимо посещения лекций, от студентов требуется самостоятельная работа в объеме не менее чем те часы, которые указаны в учебных планах факультетов. Самостоятельные занятия включают в себя также повторение материала лекций, подготовке докладов, к написанию тестов.

1. Гиппенрейтер Ю.Б., Романов В.Я. (ред.) Психология индивидуальных различий ЧеРо – М., 2006.
2. Махарам Рауф. Типы людей. Взгляд из XXI века. – СПб., Питер, 2006 г.
3. Старак Яро, Кей Тони, Олдхейм Джеймс. Техники гештальт-терапии на каждый день. Психотерапия. – М., 2011.

4. Перлз Фредерик. Теория гештальт-терапии. Институт общегуманитарных исследований. – М., 2010.
5. Юнг Карл Густав. Психология бессознательного. – М., Канон, 2013.
6. Юнг Карл Густав. Психологические типы. – СПб., Азбука, 2001.
7. Фрейд Зигмунд. "Я" и "Оно". – СПб., Азбука, 2011.
8. Перлз Фредерик. Гештальт-семинары. Институт общегуманитарных исследований. – М., 2008.

ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)

| | |
|----------------------------|--|
| по направлению: | Прикладные математика и физика |
| профиль подготовки: | Радиотехника и компьютерные технологии Физтех-школа Радиотехники и Компьютерных Технологий департамент культурологии |
| курс: | 1 |
| квалификация: | бакалавр |

Семестр, формы промежуточной аттестации: 1 (осенний) - Дифференцированный зачет

Разработчик: Р.Ф. Мухарамов, старший преподаватель

1. Компетенции, формируемые в процессе изучения дисциплины

| Код и наименование компетенции | Индикаторы достижения компетенции |
|---|---|
| УК-5 Способен осмысливать культурное разнообразие общества в социально-историческом, этическом и философском аспектах | УК-5.2 Имеет представление о системах этических и интеллектуальных ценностей и норм, их значении в истории общества |

2. Показатели оценивания компетенций

В результате изучения дисциплины «Практическая психология» обучающийся должен:

знать:

Основы психологии эмоций, основы психологии потребностей, основы дифференциальной психологии (знание психологических типов и врожденных индивидуальных различий между людьми).

уметь:

Различать собственные эмоции и эмоции других людей, определять причины возникновения эмоций, справляться с негативными психологическими состояниями – тревогой, страхом, обидой и т.п., формулировать свое мнение, вести дискуссию.

владеть:

Простейшими навыками публичного выступления.

3. Перечень типовых (примерных) вопросов, заданий, тем для подготовки к текущему контролю

Темы рефератов:

- Основные положения гештальт-терапии.
- Типология Юнга и ее применение на практике.
- Причины падения мотивации у студентов.
- Возрастные кризисы и их значение в жизни человека.
- Способы планирования учебной деятельности.

4. Перечень типовых (примерных) вопросов и тем для проведения промежуточной аттестации обучающихся

Вопросы к дифференцированному зачету:

- Основные причины прокрастинации у студентов.
- Восемь типов личности по Юнгу.
- Основные причины низкой самооценки у студентов.
- Отличие восприятия информации у логических и интуитивных типов.
- Чем темперамент отличается от характера.
- Основные причины падения мотивации учиться.
- Причины депрессивных состояний.
- Виды страхов.
- Причины возникновения отрицательных эмоций.
- Что такое убеждения и как они формируются.
- Психологическая проекция и ее влияние на восприятие реальности.

Критерии оценивания

Оценка «отлично (10)» – заслуживает студент, обнаруживший всестороннее, систематическое и глубокое знание учебного программного материала, самостоятельно выполнивший все предусмотренные программой задания, глубоко усвоивший основную и дополнительную литературу, рекомендованную программой, активно работавший на занятиях, разбирающийся в основных научных концепциях по изучаемой дисциплине, проявивший творческие способности и научный подход в понимании и изложении учебного программного материала, чей ответ отличается богатством и точностью использованных терминов, а изложение материала в нем последовательно и логично;

Оценка «отлично (9)» – заслуживает студент, обнаруживший всестороннее, систематическое знание учебного программного материала, самостоятельно выполнивший все предусмотренные программой задания, глубоко усвоивший основную литературу и знакомый с дополнительной литературой, рекомендованной программой, активно работавший на занятиях, показавший систематический характер знаний по дисциплине, достаточный для дальнейшей учебы, а также способность к их самостоятельному пополнению, чей ответ отличается точностью использованных терминов, а изложение материала в нем последовательно и логично;

Оценка «отлично (8)» – заслуживает студент, обнаруживший полное знание учебно-программного материала, не допускающий в ответе существенных неточностей, самостоятельно выполнивший все предусмотренные программой задания, усвоивший основную литературу, рекомендованную программой, активно работавший на занятиях, показавший систематический характер знаний по дисциплине, достаточный для дальнейшей учебы, а также способность к их самостоятельному пополнению.

Оценка «хорошо (7)» – заслуживает студент, обнаруживший достаточно полное знание учебно-программного материала, не допускающий в ответе существенных неточностей, самостоятельно выполнивший все предусмотренные программой задания, усвоивший основную литературу, рекомендованную программой, активно работавший на занятиях, показавший систематический характер знаний по дисциплине, достаточный для дальнейшей учебы, а также способность к их самостоятельному пополнению;

Оценка «хорошо (6)» – заслуживает студент, обнаруживший достаточно полное знание учебно-программного материала, не допускающий в ответе существенных неточностей, самостоятельно выполнивший основные предусмотренные программой задания, усвоивший основную литературу, рекомендованную программой, отличавшийся достаточной активностью на занятиях, показавший систематический характер знаний по дисциплине, достаточный для дальнейшей учебы;

Оценка «хорошо (5)» – заслуживает студент, обнаруживший знание основного учебно-программного материала в объеме, необходимом для дальнейшей учебы и предстоящей работы по профессии, не отличавшийся активностью на занятиях, самостоятельно выполнивший основные предусмотренные программой задания, усвоивший основную литературу, рекомендованную программой, однако допустивший некоторые погрешности при их выполнении и в ответе на зачете, но обладающий необходимыми знаниями для самостоятельного устранения допущенных погрешностей;

Оценка «удовлетворительно (4)» – заслуживает студент, обнаруживший знание основного учебно-программного материала в объеме, необходимом для дальнейшей учебы и предстоящей работы по профессии, не отличавшийся активностью на занятиях, самостоятельно выполнивший основные предусмотренные программой задания, усвоивший основную литературу, рекомендованную программой, однако допустивший некоторые погрешности при их выполнении и в ответе на зачете, но обладающий необходимыми знаниями для устранения под руководством преподавателя допущенных погрешностей;

Оценка «удовлетворительно (3)» – заслуживает студент, обнаруживший знание основного учебно-программного материала в объеме, необходимом для дальнейшей учебы и предстоящей работы по профессии, не отличавшийся активностью на занятиях, самостоятельно выполнивший основные предусмотренные программой задания, однако допустивший погрешности при их выполнении и в ответе на зачете, но обладающий необходимыми знаниями для устранения под руководством преподавателя наиболее существенных погрешностей;

Оценка «неудовлетворительно (2)» – выставляется студенту, обнаружившему пробелы в знаниях или отсутствие знаний по значительной части основного учебно-программного материала, не выполнившему самостоятельно предусмотренные программой основные задания, допустившему принципиальные ошибки в выполнении предусмотренных программой заданий, допускающему существенные ошибки при ответе, и не способному продолжить обучение или приступить к профессиональной деятельности без дополнительных занятий по соответствующей дисциплине;

Оценка «неудовлетворительно (1)» – нет ответа (отказ от ответа) или представленный ответ полностью не соответствует существу содержащихся в задании вопросов.

5. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности

Во время проведения дифференцированного зачета студенты могут пользоваться программой дисциплины.