


МИНОБРНАУКИ РОССИИ

Федеральное государственное бюджетное  
образовательное учреждение высшего образования  
«Тульский государственный университет»

Институт гуманитарных и социальных наук  
Кафедра психологии

Утверждено на заседании кафедры  
психологии  
«18» февраля 2023 г., протокол № 8

Заведующей кафедрой  
 Н.В. Шурова

**МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ**  
**по проведению практических (семинарских) занятий по дисциплине**  
**(модулю)**  
**«Межкультурное взаимодействие, коммуникация и саморазвитие в**  
**профессиональной деятельности»**

**основной профессиональной образовательной программы**  
**высшего образования – программы магистратуры**

по направлению подготовки (специальности)  
**08.04.01 Строительство**  
с направленностью (профилем) (со специализацией)  
**Основания и фундаменты, подземные сооружения**

Форма(ы) обучения: очная, заочная

Идентификационный номер образовательной программы: 080401-01-23

Тула 2023 год

**Разработчик(и) методических указаний:**

Фомина Ю.И., доцент кафедры психологии,  
кандидат психологических наук, доцент



---

*подпись*

## **Пояснительная записка**

Качественная подготовка современного специалиста в любой отрасли знания не может быть ограничена усвоением только лишь теоретических знаний – необходимым компонентом профессиональной подготовки является формирование практических умений и навыков. Поэтому организация практических занятий является важным и необходимым этапом подготовки будущего специалиста к профессиональной деятельности.

В современном образовании одним из основных видов практических занятий по различным наукам является семинар, так как представляет собой средство развития у студентов культуры научного мышления общения. Семинар - это такая форма организации обучения, при которой на этапе подготовки доминирует самостоятельная работа учащихся с учебной литературой и другими дидактическими средствами над серией вопросов, проблем и задач, а в процессе семинара идут активное обсуждение, дискуссии и выступления студентов, где они под руководством преподавателя делают обобщающие выводы и заключения. При проведении практических занятий используются различные формы организации работы студентов: фронтальная, групповая, индивидуальная. Каждая из них позволяет решать определенные дидактические задачи: разнообразить работу студентов, повышать ответственность каждого студента за самостоятельное выполнение полного объема работ, повышать качество подготовки студентов. В ходе практических занятий предусматривается работа студентов по выполнению конспектов и тестов, заполнению таблиц, составлению развернутых планов, подготовке презентаций и другие виды деятельности.

В методических материалах раскрыты основные требования, определяющие: условия проведения практических занятий; состав и содержание материалов, необходимых преподавателю для проведения практических занятий; основные этапы проведения практических занятий; структуру оформления практических занятий; формы отчетности.

Практическое применение данных рекомендаций направлено на решение следующих задач:

- контроль и управление процессом формирования компетенций;
- обеспечение соответствия результатов обучения задачам будущей профессиональной деятельности;
- оценка достижений обучающихся с выделением положительных/отрицательных результатов и планирование предупреждающих/корректирующих мероприятий.

## **Тематика и основное содержание практических (семинарских) занятий.**

### ***Очная форма обучения.***

#### **Занятие 1. Тренинг деловой коммуникации.**

1. «Это мое имя».
2. «Техника интонирования».
3. «Другими словами».
4. «Мозговой штурм».
5. «Общий язык».
6. «Здравствуйте, я ваш администратор».
8. «Просьба».
9. «Испорченный телефон»
10. «Выход из контакта».
11. «Не слышу».
12. «Желание».
13. «Зеркало для героя».
14. «Тихий разговор».
15. «Фигуры».
16. «Цвета эмоций».
17. «Рассказ».
18. «Нападающий и защищающийся».
19. «Конструктивный отказ».
20. «Моя проблема в общении».

#### **Занятие 2. Тренинг публичного выступления.**

1. «Имя +».
2. «Вопросы по теме».
3. «Цитаты».
4. «Выступление без подготовки».
5. «Шутка».
6. «Типы выступлений».
7. «Бейджики».
8. «Человек на стуле».
9. «Поди туда, не знаю куда...».
10. «Рекламный ролик».

11. «Конференция».
12. «Стихотворение».
13. «Продажа слона».
14. «Хороший, плохой, злой...».
15. «Невнимательный слушатель».
16. «Плохое выступление».
17. «Клиника по пересадке органов».
18. Памятка «Хороший оратор».
19. «Выступление».
20. «Сурдопереводчик».

### **Занятие 3. Тренинг личностного роста и саморазвития.**

1. «Три имени».
2. «Ладонка».
3. «Девиз на майке».
4. «Подарок».
5. «Тематическое и ролевое знакомство».
6. «Я в будущем».
7. «Чемодан в дорогу».
8. «Мои лучшие способы преодоления стресса».
9. «Мои любимые недостатки».
10. «Хочу – могу - надо».
11. «Пессимист, Оптимист, Шут».
12. «Зато...».
13. «В чем мне повезло в этой жизни».
14. «Прошное, настоящее, будущее».
15. «Радуга».
16. «Мои главные достижения».
17. «Пространство проблем».
18. «Кто я?».
19. «Доброе зеркало».
20. «Карта внутреннего мира».

## ***Заочная форма обучения.***

### **Занятие 1. Тренинг деловой коммуникации.**

1. «Это мое имя».
2. «Техника интонирования».
3. «Другими словами».
4. «Общий язык».
5. «Испорченный телефон»
6. «Не слышу».
7. «Желание».
8. «Зеркало для героя».
9. «Цвета эмоций».
10. «Моя проблема в общении».

### **Занятие 2. Тренинг публичного выступления.**

1. «Имя +».
2. «Выступление без подготовки».
3. «Шутка».
4. «Выступление».
5. «Конференция».
6. «Рекламный ролик».
7. «Хороший, плохой, злой...».
8. «Клиника по пересадке органов».
9. Памятка «Хороший оратор».
10. «Вопросы по теме».

### **Занятие 3. Тренинг личностного роста и саморазвития.**

1. «Три имени».
2. «Чемодан в дорогу».
3. «Мои лучшие способы преодоления стресса».
4. «Мои любимые недостатки».
5. «Хочу – могу - надо».
6. «В чем мне повезло в этой жизни».
7. «Мои главные достижения».
8. «Кто я?».

9. «Доброе зеркало».

10. «Карта внутреннего мира».

## **Список литературы для подготовки к практическим (семинарским) занятиям**

### **Основная литература.**

Фомина Ю.И. Межкультурное взаимодействие, коммуникация и саморазвитие в профессиональной деятельности: учебное пособие / Ю. И. Фомина; Тульский государственный университет. Тула: Изд-во ТулГУ, 2022. 220 с. Электронный текст см. по URL: <https://tsutula.bookonlime.ru/product-pdf/mezhkulturnoe-vzaimodeystvie-kommunikaciya-i-samorazvitie-v-professionalnoy-deyatelnosti>

### **Дополнительная литература.**

1. Артюхова Т. Ю. Психология и педагогика саморазвития студентов высшей школы: учебное пособие для вузов / Т. Ю. Артюхова, О. А. Козырева. — Москва: Издательство Юрайт, 2023. — 229 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-14705-6. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://www.urait.ru/bcode/520198>

2. Боголюбова Н. М. Межкультурная коммуникация в 2 ч. Часть 1: учебник для вузов / Н. М. Боголюбова, Ю. В. Николаева. — Москва: Издательство Юрайт, 2023. — 253 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-01744-1. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://www.urait.ru/bcode/511759>

3. Боголюбова Н. М. Межкультурная коммуникация в 2 ч. Часть 2: учебник для вузов / Н. М. Боголюбова, Ю. В. Николаева. — Москва: Издательство Юрайт, 2023. — 263 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-01861-5. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://www.urait.ru/bcode/512597>

4. Десяева Н. Д. Академическая коммуникация: учебник для вузов / Н. Д. Десяева. — 2-е изд. — Москва: Издательство Юрайт, 2022. — 151 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-11434-8. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://www.urait.ru/bcode/495695>

5. Елисеева Л. Я. Педагогика и психология планирования карьеры: учебное пособие для вузов / Л. Я. Елисеева. — 2-е изд. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 242 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-09493-0. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://www.urait.ru/bcode/515286>

6. Короткина И. Б. Академическое письмо: процесс, продукт и практика: учебное пособие для вузов / И. Б. Короткина. — Москва: Издательство Юрайт, 2023. — 295 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-00415-1. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://www.urait.ru/bcode/511403>

7. Маралов В. Г. Психология саморазвития: учебник и практикум для вузов / В. Г.



Маралов, Н. А. Низовских, М. А. Щукина. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2023. — 320 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-9916-9979-2. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://www.urait.ru/bcode/514021>

8. Психология социального взаимодействия: учебное пособие для вузов / О. В. Бородачева [и др.]; под ред. В. А. Перегудиной; ТулГУ. Тула: Изд-во ТулГУ, 2015. 355 с. Электронный текст см. по URL: <https://tsutula.bookonlime.ru/Reader/Book/2015061512574574099200007764>

9. Скибицки, Э. Г. Научные коммуникации: учебное пособие для вузов / Э. Г. Скибицкий, Е. Т. Китова. — 2-е изд. — Москва: Издательство Юрайт, 2023. — 204 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-08934-9. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://www.urait.ru/bcode/516960>

10. Фомина Ю. И. Основы этнической психологии: учебное пособие. Ч. 2 / Ю. И. Фомин; Тульский государственный университет. Тула: Изд-во ТулГУ, 2019. 373 с. Электронный текст см. по URL: <https://tsutula.bookonlime.ru/Reader/Book/2019103115074455018700004709>

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

1. <http://www.iprbookshop.ru/> - Цифровой образовательный ресурс IPR SMART, доступ авторизованный

2. <https://tsutula.bookonlime.ru/> – ЭБС ТулГУ «BooKOnLime» учебные издания ТулГУ по всем дисциплинам, доступ авторизованный

3. <https://urait.ru> - Образовательная платформа «Юрайт», доступ авторизованный

4. <https://e.lanbook.com> – ЭБС «Лань», доступ авторизованный

5. <https://book.ru/> - ЭБС «BOOK.ru», доступ авторизованный

6. <http://www.cyberleninka.ru/>- Научная электронная библиотека «КиберЛенинка», доступ свободный

7. <http://www.elibrary.ru/> - Научная Электронная Библиотека ELIBRARY, доступ свободный

8. <http://www.rsl.ru/> - Российская государственная библиотека

9. <http://www.nlr.ru:8101/> - Российская национальная библиотека

10. <http://www.rasl.ru/> - Библиотека Российской Академии наук

11. <http://www.scsml.rssi.ru/> - Центральная научная медицинская библиотека ММА им. И.М. Сеченова

12. <http://www.gnpbu.ru> - Государственная научная педагогическая библиотека им. К.Д. Ушинского
13. <http://www.diss.rsl.ru> - Электронная библиотека диссертаций РГБ