

Документ подписан простой электронной подписью Информация о владельце: ФИО: Гаскаев Сергей Валерьевич Должность: Ректор	МИНОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РОССИИ Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Челябинский государственный университет» (ФГБОУ ВО «ЧелГУ»)	
Дата подписания: 19.06.2025 17:00:46 Уникальный программный ключ: 04c19ed8bfb98f3b6cb77a486b9a8788b87323237	Рабочая программа дисциплины "Психология буллинга и моббинга в организации" по направлению подготовки (специальности) 37.03.01 "Психология" направленности (профилю) Психологическое консультирование и коучинг ФГБОУ ВО «ЧелГУ»	стр. 1

**Рабочая программа дисциплины (модуля)\***  
**Психология буллинга и моббинга в организации**

Направление подготовки (специальность)

37.03.01 Психология

Направленность (профиль)

Психологическое консультирование и коучинг

Присваиваемая квалификация (степень)

бакалавр

Форма обучения

очно-заочная

Год(ы) набора 2025

\*Рабочая программа дисциплины (модуля) адаптирована для инклюзивного обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья

Челябинск 2025 г.





## Содержание

1. Цели освоения дисциплины
2. Место дисциплины в структуре ОПОП
3. Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения дисциплины (модуля)
4. Объем дисциплины (модуля)
5. Структура и содержание дисциплины (модуля)
6. Фонд оценочных средств
  - 6.1. Перечень видов оценочных средств
  - 6.2. Типовые контрольные задания и иные материалы для текущей аттестации
  - 6.3. Типовые контрольные вопросы и задания для промежуточной аттестации
  - 6.4. Критерии оценивания
7. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины (модуля)
  - 7.1. Рекомендуемая литература
  - 7.2. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети "Интернет"
  - 7.3. Перечень информационных технологий
8. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля)
9. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (модуля)
10. Специальные условия освоения дисциплины обучающимися с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья



### 1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Целью дисциплины «Психология агрессии»: является введение в основы современной психологической науки связанной с вопросами психологии агрессивности.

Задачи дисциплины «Психология агрессии»:

- раскрыть структуру современной психологии агрессии;
- ознакомить студентов с основными разделами психологии агрессии, с ее методами категориями;
- создать у студента правильное адекватное представление о психологических особенностях проявления агрессии;

### 2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП

Цикл (раздел) ОПОП: К.М.03.ДВ.04.01

#### 2.1 Требования к предварительной подготовке обучающегося:

Изучение данной дисциплины базируется на ранее полученных знаниях по следующим дисциплинам:

- Психология личности
- Психология развития и возрастная психология
- Социальная психология

Психология личности

Психология развития и возрастная психология

Социальная психология

Психология развития и возрастная психология

#### 2.2 Дисциплины и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее:

Усвоенные знания по предмету лежат в основе изучения дисциплин:

- Психология конфликта
- Психологическая подготовка сотрудников к деятельности в экстремальных ситуациях
- Виктимология
- Психология общения и переговоров

Психология конфликта

Психологическая подготовка сотрудников к деятельности в экстремальных ситуациях

Виктимология

Психология общения и переговоров

Психология конфликта

Психологическая подготовка сотрудников к деятельности в экстремальных ситуациях

Виктимология

Психология общения и переговоров

### 3. КОМПЕТЕНЦИИ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ, ФОРМИРУЕМЫЕ В РЕЗУЛЬТАТЕ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

В результате освоения дисциплины обучающийся должен

3.1	<b>Знать:</b>
3.1.1	Знать:
3.1.2	- основные отечественные и зарубежные теории психологии агрессии, ее методы и категории.
3.1.3	- основные достижения, современные проблемы и тенденции развития психологии агрессии, ее взаимосвязи с другими науками.
3.1.4	- факторы, механизмы формирования агрессивного поведения.
3.1.5	- психологические особенности проявления агрессии в поведении.
3.1.6	
3.2	<b>Уметь:</b>
3.2.1	Уметь:



Рабочая программа дисциплины "Психология буллинга и моббинга в организации" по направлению подготовки (специальности) 37.03.01 "Психология" направленности (профилю) Психологическое консультирование и коучинг ФГБОУ ВО «ЧелГУ»

стр. 4

3.2.2 - Уметь отличить агрессию от других форм деструктивного поведения.

**3.3 Владеть:**

3.3.1 Владеть:

3.3.2 - методами и технологиями (психодиагностика) выявления превенции и психокоррекции агрессии.

**4. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

Общая трудоемкость		3 ЗЕТ
Часов по учебному плану	: 108	Виды контроля в семестрах: зачеты 8
в том числе	:	
аудиторные занятия	: 32	
самостоятельная работа	: 70,95	
:	:	
контактная работа:	37,05	
ИКР:	5,05	

**5. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

Код занятия	Наименование разделов и тем /вид занятия/	Семестр / Курс	Часов	Литература
	<b>Раздел 1. Агрессия: определение понятия, модели агрессивного поведения, методы систематического изучения агрессии</b>			
1.1	Агрессия: определение понятия, модели агрессивного поведения, методы систематического изучения агрессии. /Лек/	8	4	Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Э1 Э2 Э3 Э4
1.2	Агрессия: определение понятия, модели агрессивного поведения, методы систематического изучения агрессии /Пр/	8	2	Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Э1 Э2 Э3 Э4
1.3	/ИКР/	8	5,05	
	<b>Раздел 2. Становление агрессивного поведения. Демонстрация моделей агрессивного поведения</b>			
2.1	Становление агрессивного поведения. Демонстрация моделей агрессивного поведения /Лек/	8	2	Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Э1 Э2 Э3 Э4
2.2	Становление агрессивного поведения. Демонстрация моделей агрессивного поведения /Пр/	8	2	Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Э1 Э2 Э3
	<b>Раздел 3. Фрустрация и агрессия. Внешние детерминанты агрессии</b>			
3.1	Фрустрация и агрессия. Внешние детерминанты агрессии /Лек/	8	2	Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Э1 Э2 Э3 Э4
3.2	Фрустрация и агрессия. Внешние детерминанты агрессии /Пр/	8	2	Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Э1 Э2 Э3 Э4
3.3	Фрустрация и агрессия. Внешние детерминанты агрессии /Ср/	8	2,95	Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Э1 Э2 Э3 Э4
	<b>Раздел 4. Установки, система ценностей и агрессия.</b>			
4.1	Установки, система ценностей и агрессия. /Лек/	8	2	Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Э1 Э2 Э3 Э4
4.2	Установки, система ценностей и агрессия. /Пр/	8	2	Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Э1 Э2 Э3 Э4



4.3	Установки, система ценностей и агрессия. /Ср/	8	14	Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Э1 Э2 Э3 Э4
<b>Раздел 5. Роль наследственного фактора в формировании агрессивного поведения</b>				
5.1	Роль наследственного фактора в формировании агрессивного поведения /Лек/	8	4	Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Э1 Э2 Э3 Э4
5.2	Роль наследственного фактора в формировании агрессивного поведения /Пр/	8	2	Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Э1 Э2 Э3 Э4
5.3	Роль наследственного фактора в формировании агрессивного поведения /Ср/	8	28	Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Э1 Э2 Э3 Э4
<b>Раздел 6. Наказание как превентивная мера предупреждения агрессии. Когнитивные методы контроля агрессии.</b>				
6.1	Наказание как превентивная мера предупреждения агрессии. Когнитивные методы контроля агрессии. /Лек/	8	2	Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Э1 Э2 Э3 Э4
6.2	Наказание как превентивная мера предупреждения агрессии. Когнитивные методы контроля агрессии. /Пр/	8	6	Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Э1 Э2 Э3 Э4
6.3	Наказание как превентивная мера предупреждения агрессии. Когнитивные методы контроля агрессии. /Ср/	8	26	Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Э1 Э2 Э3 Э4

## 6. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

### 6.1. Перечень видов оценочных средств

Оценочные средства представлены фронтальными опросами, дискуссиями, коллоквиумом, а также заданиями для написания эссе.

### 6.2. Типовые контрольные задания и иные материалы для текущей аттестации

База заданий для оценки порогового уровня

1. Дискуссия на тему «критериях агрессивного поведения».
2. Написать эссе на тему «Решающие факторы в становлении агрессивного поведения»

База вопросов для оценки базового уровня

1. Примерный перечень вопросов для устного опроса об основных внешних детерминантах агрессии:
  - Влияния предсказания окружения на проявление агрессивных действий.
  - Ситуационные элементы естественного окружения.
  - Ситуационная информация.
  - Влияние факторов окружающей среды (жара, шум, теснота и т.п.) на проявления агрессии.
2. Соотнести категории «установки», «система ценностей», «агрессия» Показать схематично.

База контрольных заданий для оценки продвинутого уровня

Дискуссия на тему: «Есть ли ген агрессивности?»

Коллоквиум на тему «Профилактика агрессивного поведения: основные направления».

### 6.3. Типовые контрольные вопросы и задания для промежуточной аттестации

Вопросы для подготовки к зачету

1. Агрессия – рабочее определение. Агрессия как поведение. Агрессия как намерение. Агрессия как причинение ущерба или нанесение оскорбления.
2. Противоположные теоретические направления в описании агрессии: ин-стинкт, побуждение или научение.
3. Агрессия как инстинктивное поведение: психоаналитический подход, эволюционный подход.
4. Агрессия как проявление побуждения: мотивация причинения ущерба или вреда другим. Агрессивное побуждение: фрустрация и агрессия.
5. Агрессивные тенденции теория посылов к агрессии Берковица.
6. Агрессивное возбуждение: теория переноса возбуждения Зильманна.



7. Когнитивные модели агрессивного поведения. Модели образования новых когнитивных связей Берковица.
8. Агрессия как приобретенное социальное поведение: прямое и vicarious научение насилию. Усвоение агрессивного поведения. Регуляторы агрессивного поведения.
9. Экспериментальные и неэкспериментальные подходы в исследованиях. Не-экспериментальные и немапулятивные подходы.
10. Методы изучения агрессивного поведения с помощью опроса.
11. Архивные исследования. Достоинства и недостатки архивного метода изучения агрессии. Трудности архивных методов изучения.
12. Вербальная информация. Опросники. Преимущества и недостатки опросных методов.
13. Анкеты. Анкета как вид опросника, предназначенного для оценки агрессии в конкретных ситуациях.
14. Проективные методы.
15. Косвенный способ изучения агрессии.
16. Способы и условия выбора определенных методов исследования агрессии. Метод Басса. Концепция Берковица. Концепция Тейлора.
17. Усвоение агрессивного поведения. Семья. Сверстники. Реальные примеры. Символические источники усвоения агрессивных действий.
18. Семейные взаимоотношения и агрессия. Стили семейного руководства и проявление агрессии.
19. Наказание и контроль в семье. Влияние наказания. Контроль и его следствия.
20. Проблема причинности агрессивных действий.
21. Агрессия и социальный статус.
22. Демонстрация моделей агрессивного поведения.
23. Влияние наблюдаемой со стороны агрессии. Неумышленное влияние личным примером. Обучение на живых примерах, посредством прямого наблюдения.
24. Модели агрессии в средствах массовой информации.
25. Агрессия и социальные ситуации.
26. Зависимость агрессивного поведения от восприятия самоофективности и ожидания последствий. «Сценарий действия».
27. Социальные детерминанты агрессии.
28. Специфические предпосылки агрессии. Понятие фрустрации. Фрустрация как препятствие на пути к желаемому, как предпосылка агрессии.
29. Посылы к агрессии. Роль посылов к агрессии как промежуточного звена между фрустрацией и агрессией. Непредвиденность фрустрации. Роль помехи.
30. Культурная традиция и переживание фрустрации.
31. Вербальное и физическое нападение. Оскорбление. Угроза. Провокации. Влияние провокации на актуализацию агрессии. Вербальная провокация.
32. Агрессия как процесс взаимодействия.
33. Пол и раса объекта как предпосылки агрессии. Пол объекта агрессии.
34. Межрасовая агрессия в контексте групповой деятельности. «Регрессивный» расизм. Влияние расовых предрассудков.
35. Влияние предсказания окружения на проявление агрессивных действий.
36. Внешние детерминанты. Ситуационные элементы естественного окружения. Ситуационная информация.
37. Влияние факторов окружающей среды (жара, шум, теснота и т.п.) на проявления агрессии.
38. Самосознание и агрессия. Роль самосознания в снижении агрессии. Ценности. Процесс самосознания как «усилитель» уникальных и индивидуальных ценностей, касающихся агрессии.
39. Индивидуальные детерминанты агрессии. Личность и агрессия. Роль личностных черт в развитии агрессии.
40. Тревога и агрессия.
41. Восприятие личного контроля и агрессия.
42. Предрассудки и межрасовая агрессия
43. Гендер. Отличие мужской и женской агрессии.
44. Биологические основы агрессивного поведения человека.
45. Влияние возбуждения на агрессию. Теория влияния возбуждения на агрессию.
46. Физиологическое возбуждение и агрессия.
47. Наркотики. Алкоголь. Модели воздействия алкоголя на агрессивное поведение.
48. Модель когнитивной дезинтеграции.
49. Понятие сексуальной агрессии.
50. Агрессивность как наиболее характерный фактор сексуальной агрессии.
51. Проблема прогноза агрессивных действий мужчин по отношению к женщинам.
52. Алкоголь и сексуальная агрессия.



53. Агрессия, связанная со спортивными событиями.  
54. Превентивные меры и управление агрессией.  
55. Когнитивные методы контроля агрессии

**Практические задания.**

- I. Покажите умение пользоваться следующими психодиагностическими методиками:  
1. Методика диагностики межличностных отношений Т. Лири.  
2. Опросник агрессивности Басса – Дарки.  
3. Проективные методы (Тест чернильных пятен Роршаха и Тест тематической апперцепции).  
II. Покажите умение пользоваться следующими методами психологической саморегуляции:  
1. Аутогенная тренировка.  
2. Нервно-мышечная, прогрессивная релаксация по Джекобсону.  
3. Сенсорная репродукция образов.

**6.4. Критерии оценивания**

Зачет выставляется по итогам выполнения всех видов задания в соответствии с критериями, приведенными ниже:

Критерии	Зачтено	Уровень знаний и умений	Не зачтено
Точность и прочность знания учебного материала. знания поверхностные, несистематизированные.	Точное и прочное знание материала в заданном объеме.		Студент материалом не владеет, знания отрывочные,
	Возможны некоторые неточности, но такие, которые не служат препятствием для дальнейшего обучения.		
Понимание учебного материала	Понимание учебного материала, его важности для учебного материал, не способен самостоятельно рассуждать и делать		Студент не понимает
	анализе пройденного материала, допускает серьезные ошибки.		умозаключения, основанные на
	организации самостоятельной работы в процессе обучения в университете.		
Способность и готовность обучаться в университете	Студент способен и готов к самостоятельной самообразовательной деятельности в процессе обучения в университете		Студент не способен и не подготовлен к самостоятельной и самообразовательной деятельности в процессе
применять полученные знания в процессе самостоятельной учебной работы			

**7. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**7.1. Рекомендуемая литература**

**7.1.2. Дополнительная литература**

	Авторы,	Заглавие	Издательство,	Ресурс
Л2.1	Лоренц К. З.	Агрессия: монография ( <a href="https://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=39191">https://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=39191</a> )	Москва : Директ-Медиа, 2008	ЭБС
Л2.2	Можгинский Ю. Б.	Агрессивность детей и подростков: научная литература ( <a href="https://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=56460">https://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=56460</a> )	Москва : Когито-Центр, 2008	ЭБС
Л2.3	Трифонов А. Л.	Психология агрессивности: монография ( <a href="https://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=142232">https://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=142232</a> )	Москва : Лаборатория книги, 2012	ЭБС
Л2.4	Шустов Д. И.	Аутоагрессия, суицид и алкоголизм: научная литература ( <a href="https://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=145030">https://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=145030</a> )	Москва : Когито-Центр, 2005	ЭБС

**7.2. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети "Интернет"**



Э1	Университетская библиотека онлайн [Электронный ресурс] : электронно-библиотечная система (ЭБС) / ООО Директмедиа Паблишинг. – URL: <a href="http://biblioclub.ru/">http://biblioclub.ru/</a> .
Э2	Znanium.com [Электронный ресурс] : электронно-библиотечная система (ЭБС) / Научно-издательский центр ИНФРА-М. – URL: <a href="http://znanium.com/">http://znanium.com/</a> .
Э3	BOOK.ru [Электронный ресурс] : электронно-библиотечная система (ЭБС) / издательство КноРус. – URL: <a href="https://www.book.ru/">https://www.book.ru/</a>
Э4	eLIBRARY.RU [Электронный ресурс] : электронная библиотека / Науч. электрон. б-ка. – URL: <a href="http://elibrary.ru/defaultx.asp">http://elibrary.ru/defaultx.asp</a>

### 7.3 Перечень информационных технологий

#### 7.3.1 Программное обеспечение

Adobe Reader

LMS Moodle

#### 7.3.2 Профессиональные базы данных и информационно-справочные системы

Электронный каталог научной библиотеки ЧелГУ [Электронный ресурс] : база данных / Челяб. гос. ун-т. – Челябинск, 1992

## 8. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Для реализации дисциплины используются учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации, а также помещения для самостоятельной работы.

Учебные аудитории укомплектованы специализированной мебелью и техническими средствами обучения (рабочие места обучающихся, рабочее место преподавателя, классная доска, компьютер, имеющий доступ к сети Интернет, с установленным ПО, мультимедийный проектор и экран, аудиоколонки).

Для проведения занятий лекционного типа предлагаются наборы демонстрационного оборудования и учебно-наглядных пособий (иллюстративный материал подготовлен с применением программы подготовки и просмотра презентаций Microsoft Office PowerPoint. В качестве демонстрационного оборудования, позволяющего отображать материал на большом экране, применяется комплект мультимедийной аппаратуры, установленный в специально оборудованных для этого аудиториях. Презентация позволяет проиллюстрировать с помощью таблиц, схем, диаграмм, фотодокументов основные положения дисциплины).

Помещения для самостоятельной работы обучающихся оснащены компьютерной техникой с подключением к сети "Интернет" и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду университета.

В случае применения при изучении дисциплины электронного обучения, дистанционных образовательных технологий обучающемуся необходимо иметь доступ к компьютеру, ноутбуку, планшету, смартфону с программным обеспечением, позволяющим воспроизводить видеофайлы, аудиофайлы, презентации, просматривать изображения различных форматов, создавать текстовые файлы в формате Word, Powerpoint.

## 9. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Освоение содержания учебной дисциплины (модуля) «Психология агрессии» осуществляется на лекциях, семинарских занятиях и в процессе самостоятельной учебной деятельности студентов.

В процессе прослушивания и ведения лекционных записей особое внимание следует уделить знаниям, позволяющим приобрести умения и выработать навыки самостоятельной работы с учебной и научной литературой, подготовки к семинарам, зачётам и экзаменам.

Лекционный материал является важным, но не единственным для усвоения учебной дисциплины. Его обязательно необходимо дополнить материалом основной и дополнительной литературы по теме.

Подготовка к семинарским занятиям требует усвоения каждым студентом всех вопросов, выносимых на обсуждение.

Подготовка к любому семинарскому занятию включает в себя ряд этапов. Ознакомившись с рекомендованной литературой и заданиями, студент начинает свою работу по подготовке к семинару:

- 1) планирование работы: определяется объём литературы, методика подготовки к семинару, сроки выполнения;
- 2) чтение литературы: начинается с основных источников и заканчивается работой над дополнительной литературой;
- 3) выписки: делаются по каждому пункту плана, отрабатываются записи лекций;
- 4) составляются планы ответов, готовятся цитаты, тезисы.

План помогает студенту организовать свою работу над темой, делает его ответы более целенаправленными, логичными, последовательными, доказательными.

После изучения литературы и составления конспекта необходимо составить план устного ответа и продумать



содержание выступления, примеры. Особое внимание следует уделять работе над содержанием понятий. Важно понимать логику автора понятия, искать расшифровку незнакомых терминов. По вопросам, которые вызывают трудности при изучении, можно получить индивидуальную консультацию у преподавателя.

Некоторые советы по выступлению (при ответе) на семинаре:

- если вы чувствуете, что недостаточно хорошо владеете языком устного изложения, составляйте подробный план материала, который будет излагаться;
- старайтесь отвечать, придерживаясь пунктов плана;
- старайтесь преодолеть волнение, вас окружают товарищи, а они очень благожелательны к вам;
- говорите четко, внятно, не употребляйте слова-паразиты, нелегитимные слова. Не забывайте, что одновременно вы работаете над своим вербальным имиджем;
- старайтесь чаще излагать свои мысли (связанные с учебным процессом) окружающим в неучебной обстановке – дома, в общезитии;
- преодолевайте боязнь выступления. Смелее вступайте в полемику, не переживайте, если вам не удалось в ней одержать верх.

Другим направлением учебной деятельности студентов является самостоятельная работа с научной и учебной литературой.

Научная литература — совокупность письменных трудов, которые созданы в результате исследований, теоретических обобщений, сделанных в рамках научного метода. Научная литература предназначена для информирования учёных и специалистов о последних достижениях науки, а также для закрепления приоритета на научные открытия.

К учебной литературе относятся произведения печати, создаваемые как средство обучения для определенной системы образования или переподготовки кадров, для конкретного учебного заведения или для самообразования.

Учебную литературу группируют по видам изданий:

- программно-методические – программы (рабочие, стабильные), методические указания к программам, методические письма и руководства;
- обучающие – учебники, учебные пособия (текстовые), лекции, конспекты лекций, сборники лекций;
- вспомогательные – хрестоматии, практикумы, сборники практических заданий, упражнений и задач, планы практических и семинарских занятий, атласы, рабочие тетради, лабораторные журналы; издания для чтения на иностранных языках, содержащие методический аппарат.

Основной вид учебной литературы – учебник.

Важным качеством, необходимым студенту для эффективной самостоятельной работы, является читательская культура. Искусство чтения предполагает способность гибкого чтения в зависимости от его цели, задач и характера текста. Чтение должно быть организовано таким образом, чтобы, отсеивая лишнее, мы умели выбирать только существенно новое, составляющее основу знаний.

В зависимости от цели и задач, которые мы ставим перед собой, выбирается тот или иной способ чтения.

Ознакомительное (беглое) чтение позволяет получить о книге или статье первое общее представление.

Быстрое чтение – сплошное чтение текста, обеспечивающее полное и качественное усвоение прочитанного и выполняемое нетрадиционными методами. Оно представляет активный сознательный процесс, в ходе которого анализируются факты, суждения, происходит синтез отдельных понятий, в результате чего закладывается фундамент нового знания. В тех случаях, когда достигается совершенство, такое чтение частично переходит в аналитическое.

Углублённое чтение. При таком чтении обращается внимание на детали, производится их анализ и оценка. Иногда такой вид чтения называют аналитическим, критическим, творческим. Этот способ считается лучшим при изучении учебных дисциплин, его используют при знакомстве с материалом новой темы, таблицами. Чтение учебника – это углублённое чтение. Оно требует повышенного внимания и усвоения прочитанного. Поэтому в данном случае важно делать записи.

Панорамное быстрое чтение. Используются специальные тренировочные упражнения, благодаря которым студент добивается существенного увеличения угла (поля) зрения. Возникает эффект панорамного видения текста (эффект фузионной дивергенции, т.е. разведение зрительных осей глаз). За счет этого повышается скорость чтения и качество усвоения прочитанного.

Выборочное чтение. Разновидность быстрого чтения, при котором избирательно читаются отдельные разделы текста: внимание фиксируется только на аспектах текста, которые необходимы. Этот метод очень часто используется при вторичном чтении книги после ее предварительного просмотра. В этом случае страницы книги листаются до тех пор, пока не отыщется нужный раздел. Его читают углубленно.

Чтение-просмотр-сканирование используется для предварительного ознакомления с книгой. С помощью этого метода определяют ценность книги: «пробегают» предисловие, по оглавлению выискивают наиболее важные положения, просматривают заключение, составляется «диагноз» книги. Сканирование – быстрый просмотр с целью поиска фамилии, слова, факта. Развивая и тренируя зрительный аппарат, и особенно периферийное зрение, читатель при взгляде на страницу текста мгновенно обнаруживает увидеть нужные сведения.

Работа с литературой предполагает ведение записей прочитанного. Видами таких записей являются план, выписки и цитаты.



План - наиболее сокращенный вариант записи прочитанного. Он может быть простым (кратким) и развернутым. В него входит перечень вопросов, рассматриваемых в изучаемом материале. План обычно раскрывает логику автора, способствует лучшей ориентации в содержании произведения. Планы, составленные ранее, могут использоваться как репродуктивный метод для воспроизведения прошлого знания. Форма плана не исключает цитирования отдельных мест, обобщений особенно касающихся последних фактов или событий. В отличие от простого, развернутый план может включать основные идеи произведения, выдержки из него. Таким планом удобно пользоваться при подготовке теста собственного выступления, доклада, статьи на ту или иную тему.

Достоинство выписки заключается в точности, достоверности авторского текста, удобстве пользоваться записями при последующей работе, накоплении и обобщении фактического материала. Они, выделяя из текста самое главное, существенное, помогают его глубже понять, помогают создать задел на будущее. Такой задел необходим для быстрой мыслительной мобилизации, концентрации знаний, их быстрого и точного воспроизведения. Выписки хотя и отнимают время, но в целом экономят временной потенциал обучающегося.

Выписки можно делать по ходу чтения или после завершения ознакомления с текстом. Цитаты - это выписки, приводимые дословно. Основные правила: цитировать по возможности законченными частями текста (цельными предложениями, цельными небольшими абзацами); каждую цитату заключать в кавычки. Если цитату выписывают из середины предложения, то после вводных кавычек ставят три точки. После каждой цитаты следует указывать ее источник.

В случае применения при обучении электронного обучения, дистанционных технологий общения обучающихся и преподавателя осуществляется в режиме реального времени: онлайн-занятия в ИС Microsoft Teams, в том числе при помощи платформы для видеоконференцсвязи Zoom, отложенного времени: система дистанционного обучения Moodle, электронная почта и др.

Определенную часть времени обучающиеся самостоятельно работают с учебно-методическими материалами.

Обучающиеся имеют возможность консультироваться с преподавателем по всем вопросам, возникающим в ходе самостоятельной работы посредством электронной почты, социальных сетей и мессенджеров.

Доступ обучающегося к учебным ресурсам в режиме отложенного времени, самостоятельной работы осуществляется через сеть Интернет в удобном для него месте, времени и темпе.

## **10. СПЕЦИАЛЬНЫЕ УСЛОВИЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ ОБУЧАЮЩИМИСЯ С ИНВАЛИДНОСТЬЮ И ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ**

Освоение дисциплины инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья осуществляется с использованием специальных технических средств и информационных технологий, предоставляемых Ресурсным учебно-методическим центром по обучению инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья ЧелГУ по запросу обучающегося (мобильные специальные технические средства для лиц с нарушениями зрения и с нарушением слуха, ассистивные информационные технологии).

При необходимости для обучающихся с нарушениями зрения на рабочих местах для проведения практических или лабораторных занятий устанавливается специальное программное обеспечение (программа речевой навигации, речевые синтезаторы, экранные лупы).

В учебные аудитории обеспечивается беспрепятственный доступ для обучающихся с инвалидностью и с ограниченными возможностями здоровья. В каждой аудитории, где обучаются инвалиды и лица с ограниченными возможностями здоровья, предусматривается соответствующее количество мест для обучающихся с учетом нарушений их здоровья.

Для освоения дисциплины инвалидам и лицам с ограниченными возможностями здоровья предоставляется доступ к печатным источникам, имеющимся в научной библиотеке ЧелГУ, с помощью специальных технических средств; доступ с помощью специальных технических и программных средств к электронным источникам, представленным в форме электронного документа в фонде научной библиотеки ЧелГУ или электронно-библиотечных системах.

Учебно-методические материалы для обучающихся из числа инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья предоставляются в формах, адаптированных к ограничениям их здоровья и особенностям восприятия информации.

Для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья освоение дисциплины может быть частично или полностью осуществлено с использованием дистанционных образовательных технологий.

При проведении промежуточной аттестации по дисциплине обучающимся с инвалидностью и с ограниченными возможностями здоровья обеспечивается по их заявлению предоставление в доступной форме в зависимости от их индивидуальных особенностей инструкции о порядке проведения промежуточной аттестации, оценочных средств и возможности ответов на задания (письменно на бумаге, набор ответов на компьютере, письменно шрифтом Брайля, с использованием услуг ассистента, устно).

При проведении процедуры оценивания результатов обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья предусматривается использование предоставленных ЧелГУ или собственных технических средств, необходимых им в связи с их индивидуальными особенностями. При необходимости инвалидам и лицам с ограниченными возможностями здоровья предоставляется дополнительное время для подготовки ответа на задания,



МИНОБРНАУКИ РОССИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное  
учреждение высшего образования  
«Челябинский государственный университет» (ФГБОУ ВО «ЧелГУ»)

Рабочая программа дисциплины "Психология буллинга и моббинга в организации" по направлению  
подготовки (специальности) 37.03.01 "Психология" направленности (профилю) Психологическое  
консультирование и коучинг ФГБОУ ВО «ЧелГУ»

стр. 11

процедура оценивания результатов обучения по дисциплине может проводиться в несколько этапов.