

### Индивидуальное задание на прохождение практики

Обучающийся (Ф.И.О.) Крецу Анастасия Олеговна Вид, наименование практики

производственная

- Место проведения на базе Российского университета дружбы народов

Сроки прохождения 12.06.2023 – 25.06.2023

Содержание практики, рекомендации руководителя практики от РУДН:

1. Студент направляется на практику по получению профессиональных умений и опыта профессиональной деятельности в качестве помощника психолога в организации.
2. На установочной конференции обозначаются практические задачи, определяется методическое обеспечение, инструктаж по технике безопасности.
3. Задачи ознакомительного этапа:  
формирование представления об учреждении и структуре психологической службы, функциональных обязанностях психолога учреждения,  
формирование представления об основных задачах и направлениях работы психолога,  
формирование представления о рабочем месте психолога и распределении рабочего времени,  
формирование представления о нормативной и законодательной документации, видах психологической отчетности и методическим обеспечением.
4. Задачи основного этапа практики:  
знакомство с психодиагностикой как направлением работы психолога;  
знакомство с другими направлениями работы психолога (по выбору базы практики).  
Составление заключения по итогам исследования.
5. Оформление отчета, защита практической работы студентом.

Критерии оценки, в том числе наличие и соответствие представленных документов требованиям	Максимальное кол-во баллов	Факт
Установочная конференция	10	10
Ознакомительный этап	20	20
Основной этап - сбора, обработки и анализа первичной диагностической информации на базе практике	30	30
Оформление отчета и защита	40	26

Дата защиты отчета по практике \_\_\_\_\_

Дата предоставления отчетных документов (дневник практиканта, отчет практиканта, отзыв-характеристика \_\_\_\_\_ руководителя практики от \_\_\_\_\_ предприятия)

Руководители практики \_\_\_\_\_

  
подпись

Достанья А.А.  
Ф.И.О

С программой практики, индивидуальным заданием, со сроками прохождения практики, датой предоставления отчетных документов и датой защиты отчета по практике ознакомлен.



12.06.2023

подпись обучающегося, дата



Федеральное государственное автономное образовательное учреждение  
высшего образования  
«РОССИЙСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ ДРУЖБЫ НАРОДОВ»  
(РУДН)

ДНЕВНИК ПРОХОЖДЕНИЯ ПРАКТИКИ

Обучающийся Крецу Анастасия Олеговна

Основное учебное подразделение Филологический факультет

Направление/специальность 37.03.01 Психология

Курс, группа 3 курс, ФПБ-31

Вид, наименование практики производственная практика в профильных организациях

Место прохождения практики на базе Российского университета дружбы народов  
полное наименование организации (предприятия)

Руководители практики:

от РУДН Достатняя Александра Андреевна, ассистент кафедры психологии и педагогики

Ф.И.О., должность

от организации (предприятия)  
Достатняя Александра Андреевна, ассистент кафедры психологии и педагогики; Каменева Галина Николаевна, доцент кафедры психологии и педагогики, к. н.

Ф.И.О., должность

Оценка 86 (12) обл.

Москва 2023 г.



Дата	Тема занятия/вид работы	Содержание выполненной работы	Замечания и предложения практиканта	Заключение руководителя
9.06.2023	Установочная конференция.	Ознакомились с требованиями к практике, узнали место практики, ознакомились с документами.	Замечаний нет	
13.06.2023	Первая встреча. Распределились по группам, получили 3 задания, обсудили план работы.	Нам дали три задания: 1. Придумать рубрику для Телеграм канала; 2. Придумать тематики для тренингов на сентябрь-ноябрь; 3. придумать и разработать один тренинг с группой; 4. индивидуальное задание, придумать темы для курса повышения квалификации.	Замечаний нет	
14.06.2023	Самостоятельная работа	Разработка рубрики для Телеграм канала клуба самопомощи «ты не один».	Замечаний нет	
15.06.2023	Самостоятельная работа.	Разработка тем для тренингов. Разработка презентации.	Замечаний нет	
16.06.2023	Самостоятельная работа	Разработка тренинга совместно с группой.	Замечаний нет	
17.06.2023	Самостоятельная работа	Индивидуальное задание.	Замечаний нет	
19.06.2023	Вторая встреча.	Рассказывали с группой про наши	Замечаний нет	



	Представление чернового варианта сделанных работ.	наработки по заданиям, которые были даны. Это рубрика, темы тренингов для работы клуба и составление самого тренинга для проведения.		
20.06.2023	Самостоятельная работа.	Выполнение индивидуального задания.	Замечаний нет	
21.06.2023	Самостоятельная работа.	Доработка групповых заданий.	Замечаний нет	
22.06.2023	Встреча третья. Проведение тренинга.	Провели тренинг по теме «о чём говорят эмоции?»	Замечаний нет	
23.06.2023	Встреча четвертая. Окончательное представление наших наработок.	Представили презентацию по итогам нашей работы.	Замечаний нет	
24.06.2023	Самостоятельная работа. Оформление документов для практики.	Работа с документами.	Замечаний нет	



Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего образования

«РОССИЙСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ ДРУЖБЫ НАРОДОВ»  
(РУДН)

Основное учебное подразделение Филологический факультет

Направление/специальность 37.03.01 Психология

## ОТЧЕТ

### о прохождении производственной практики

(вид и наименование практики)

Крецу Анастасия Олеговна

(Ф.И.О. обучающегося)

Курс, группа 3 курс, ФПБ-31

Место прохождения практики Российского университета дружбы народов  
полное наименование организации (предприятия)

Сроки прохождения с «12» июня 2023 г. по «25» июня 2023 г.

Руководители практики:

от РУДН Каменева Галина Николаевна,  
доцент кафедры психологии и педагогики  
Ф.И.О., должность

Достатняя Александра Андреевна, ассистент ка-  
федры психологии и педагогики;

Ф.И.О., должность

Оценка 86 (В) отст.

Москва 2022 г.

## Оглавление

Введение .....	3
Основная часть.....	4
Заключение .....	11



## **Введение**

Практика проводилась с 12.06 по 25.06 2023г Российского университета дружбы народов

Цели производственной практики:

- закрепление теоретических знаний, полученных во время аудиторных занятий, формирование профессиональных умений и навыков;
- освоение основных структурных элементов психологической деятельности;
- формирование опыта самостоятельной профессиональной деятельности в условиях психологической службы учреждения;
- приобщение к социальной среде данной организации с целью приобретения социально-личностных компетенций, необходимых для работы в профессиональной сфере, приобретение навыков научной организации своего труда.

Задачи производственной практики:

- углубление и закрепление теоретических знаний, полученных в течение обучения в университете;
- формирование профессиональных компетенций психолога;
- формирование навыков и умений сбора и систематизации информации;
- формирование практического навыка проведения диагностик.

Практику можно разделить на три этапа:

1. Подготовительная работа. Ознакомление с организацией, проводящей практику, техника безопасности, составление плана практики.
2. Основная работа. Проведение тренинга, тестирований, методик и диагностик в отношении детей; ведение дневника практиканта.
3. Заключительная часть. Оформление документов практиканта; написание характеристики практиканта ответственным за проведение практики; проставление подписей.



## Основная часть

### Отчет о проделанной работе

Мы – студенты группы ФПБ – 31 проходили производственную практику Российского университета дружбы народов. На базе производственной практики были закреплены теоретические знания, полученных во время аудиторных занятий, сформированы определенные профессиональные умения и навыки, освоены основных структурных элементов психологической деятельности, сформирован первичный опыт самостоятельной профессиональной деятельности в условиях психологической службы учреждения, сформированы первичные профессиональные компетенции психолога, навыки и умения сбора и систематизации информации, практические навыки проведения диагностик. На протяжении практики мы получили опыт работы документацией и порядком сбора информации и последующей работы с ней. Также столкнулись со сложностями, присутствующими в работе психолога, осваивали различные методики и практики. Так же ходили в семью и наблюдали за процессом и попробовали сами пообщаться с ребенком и узнать о нем с помощью применения уже полученных знаний.

На базе практики нам как студентам было представлено на выбор 3 формы работы, из которых была выбрана работа в организации «ты не один», которая направлена на работу с иностранными студента университета и не только. Для их полноценно адаптации в стенах университета.

Необходимо было прописать список мероприятий на тренинговые работы на первый модуль обучения:

1. Воображение (неделя 1)
2. Индивидуальность (неделя 2)
3. Уровень коммуникации (неделя 3)
4. Снижение тревоги (неделя 4)
5. Прощение обид (неделя 5)
6. Эмпатия (неделя 6)
7. Выгорание (неделя 7)
8. Стресс (неделя 8)
9. Эмоциональный интеллект (неделя 9)
10. Мотивация (неделя 10)
11. Принятие себя (но он на час - полтора) (неделя 11)
12. Повышение самооценки или определение её уровня (неделя 12)
13. Стыд и вина (неделя 13)

Так же нам как участником практики была представлена возможность разработать и представить тренинг на любую тему для проведения.



**Цель тренинга:** Научиться определять свои эмоции и проживать их.

**Задачи тренинга:**

1. Совершенствование навыка определения своих эмоций.
2. Развитие умения проживать свои эмоции.
3. Применение полученного навыка в жизни.

**Респонденты:** участники клуба самопомощи для студентов «ты не один».

**Дата проведения тренинга:** 22.06.2023

**Затрачиваемое время:** 100-120 минут

**Инструментарий:** ручка (карандаш) и рабочий бланк на каждого участника, доска (флип-чарт), маркеры, игрушка чебурашки (?), бланк для рефлексии тренинга.

**Введение:**

На протяжении всей истории развития цивилизации эмоции сопровождали человека всегда. Эмоции помогали его выживанию, так как предостерегал опасные ситуации, от которых нужно защищаться или, наоборот, определяли, что хорошо и важно для человека.

Проблема распознавания эмоций традиционно находится в центре внимания отечественных психологов в связи с ее значимостью во всех сферах жизнедеятельности человека и социальных групп. Человек без эмоций не может понимать себя, контролировать их и извлекать пользу из этого.

Эмоции представляют собой особую форму отражения внешнего мира или внутреннего состояния индивида. Они связаны с удовлетворением (неудовлетворением) определенных органических или социальных потребностей, а также с осуществлением (утрачиванием) жизненных целей.

В жизни человека эмоции играют следующие роли: отражательно-



оценочную, защитную, управляющую, мобилизующую, компенсаторную, сигнальную, дезорганизующую.

Исходя из перечисленного, можно сделать вывод, что эмоции важны в жизни человека, поэтому важно уметь их определять, понимать, о чем они хотят сказать человеку и использовать их для улучшения собственной жизни, а в дальнейшем учиться их принимать и контролировать.

**Тренинг направлен на совершенствование навыка эмоциональной саморегуляции.**

**Содержание тренинга.**

**Вступление и разогрев**

*Приветственное слово участникам и необходимая теория.*

Добрый день! Нас зовут ....., Сегодня хотим предложить вам поучаствовать в тренинге, направленном на совершенствование вашего навыка самопрезентации. Для чего необходимо уметь презентовать себя? В жизни, особенно в профессиональной сфере, вам представится много ситуаций, в которых вам предстоит презентовать себя, свои личные и профессиональные качества. (2 минуты)

**«АЛЕКСЕЙ, АПЕЛЬСИН, АМСТЕРДАМ»**

**Цели:** знакомство, освоить активный стиль общения и способствовать созданию в группе отношений партнерства; создать свободную от барьеров и страхов атмосферу в группе.

**Размер группы:** не имеет значения.

**Ресурсы:** не требуются.

**Время:** около 10 минут.

**ХОД ИГРЫ:** Незамысловатая и веселая игра-знакомство, позволяющая создать легкую атмосферу, без труда выучить имена, развивать ассоциативное творческое мышление. Каждый из участников по очереди представляет себя группе с помощью триады, в которой: первое слово — его имя, второе — блюдо (желательно — которое он любит!), заключительное слово — название города.



Суть игры в том, что все три слова начинаются с той же буквы, что и имя участника, к тому же за весь круг нельзя повторять названия блюд и городов, прозвучавших ранее!

### **«МОСТЫ В БУДУЩЕЕ»**

**Цели:** снять напряжение перед физическим контактом, касанием и провести физический и эмоциональный разогрев группы; сплотить группу в решении общей задачи; выявить и прояснить ожидания участников; развивать способность активизации и концентрации внимания, быстрого реагирования на меняющиеся условия.

**Размер группы:** не имеет значения.

**Ресурсы:** не требуются.

**Время:** 10–15 минут.

**ХОД УПРАЖНЕНИЯ:** Эта игра поможет нам почувствовать себя частью целого — семьи, группы, частью потока времени, потому что все вы будете строить мосты в будущее. Задание, на первый взгляд, совсем простое. Как только я хлопну в ладоши, вы должны объединиться в пары и «построить» с помощью своих тел мост. Следующий хлопок — такое же задание, но уже в четверках. Еще один хлопок — постройкой моста занимается шестерка игроков. Закончим строительство, объединив усилие всей группы в постройке замечательного, уникального моста в будущее! Готовы? Начинаем!

**ОБСУЖДЕНИЕ:** Прояснить, чем запомнилась вам прошедшая игра? Каким вы хотите видеть ближайшее будущее вашей группы? Как видится вам начинающийся тренинг? К каким личным достижениям в супружестве вы хотели бы добраться по вашему мосту

### **Основная часть**

#### **«ОКНО ЭМОЦИЙ»**

**Цели:** осознанный анализ личной карты эмоционального поведения; разобраться в том, есть ли «плохие», «запрещенные» в межличностной



коммуникации чувства; обсудить преимущества и опасность стереотипов, предубеждения, ярлыков в коммуникации.

**Размер группы:** не имеет значения.

**Ресурсы:** ручка (карандаш) и рабочий бланк на каждого участника, доска (флип-чарт), маркеры.

**Время:** 20 мин

**ХОД УПРАЖНЕНИЯ:** Каждый участник получает рабочий бланк.

Задание — индивидуальная работа участников с рабочим бланком в течение 10 минут. — Вспомните прошедший день, неделю, месяц... Что происходило с вами в этот период, какие важные события? Какой эмоциональный настрой преобладал? Иными словами — попытайтесь определить, в каком из «окон» вы находились чаще, в каком — реже? В чем причина? Как вы чувствуете себя в этом секторе? Что нужно, чтобы переместиться в другой, более эффективный, приятный, желаемый? Тренер во время самостоятельной работы группы готовит на доске такой же рисунок с четырьмя секторами. Он поможет наглядно увидеть ход обсуждения итогов задания в общем кругу.

**ИТОГИ УПРАЖНЕНИЯ:** После окончания индивидуальной работы тренер приглашает желающих поделиться своими мыслями по поводу полученных результатов.

Это упражнение прекрасно выводит нас на разговор о стереотипном поведении, о типичных эмоциях, «запрещенных» чувствах, о темпераменте, о текущих проблемах, перспективах, задачах...

При работе в технике психодрамы таким способом можно определять протагонистов для психодраматической сессии.

В групповом обсуждении также важно коснуться «хороших» и «плохих» чувств. Нет «разрешенных» и «запрещенных» эмоций, «правильных» и «неправильных».

Когда мы сердимся, раздражены, испуганы, мы выражаем тем самым неудовольствие... собой. Я сержусь на сына, который не достаточно



самостоятелен, не может найти работу потому, что Я НЕ НАУЧИЛ ЕГО, потому, что МОЕ МНЕНИЕ НЕ ЗНАЧИМО для него. Я беспокоюсь, тревожусь о предстоящей встрече с начальником, потому что Я ЗНАЮ, ЧТО НЕ ДО КОНЦА ПРОРАБОТАЛ СВОЙ ОТЧЕТ, что эта встреча поставит МЕНЯ В ЗАВИСИМОЕ, НЕЛОВКОЕ положение оправдывающегося...

Так мы «выбрасываем свой мусор» на «соседскую территорию»! Пар выпущен, но ситуация НАШЕЙ ЖИЗНИ реально не изменилась.

Наш гнев может рядиться в разные одежды: Моралиста, Всегда Правого, Заботливого Друга, Судьи, Святоши, Обиженного... Но при этом он ОСТАЕТСЯ С НАМИ и больше всего от таких эмоций и в содержательном, и в формальном плане страдаем мы сами! В саду наших страстей мы — самые ревностные садовники! Только нам доступно обихаживать или корчевать растущие в нем деревья. Ведь гнев, раздражение, радость, удивление, тревога — это не сами события, а всегда наша реакция на события!

### **Игра "Эмоциональная цепочка"**

**Цель:** научиться выражать эмоции.

**Время проведения:** 10-12 минут.

**Инструкция:** добровольцы становятся в колонну один за одним.

Тренер просит последнего задумать какую-то эмоцию и передать без слов с помощью мимики и жестов тому, кто стоит впереди. Задача состоит в том, чтобы каждый следующий передавал эмоцию, которую "получил" своими средствами. Когда первый игрок "получит эмоциональное послание", его спрашивают, которую, по его мнению, эмоцию хотел передать первый игрок. Потом каждый игрок говорит, какую эмоцию он передавал.

Обсуждение итогов упражнения.

### **Завершение**



### **«Назойливая муха»**

**Цель:** снять напряжение с мышц лица.

**Время:** 10 минут

#### **Инструкция:**

Сядьте удобно: руки свободно положите на колени, плечи и голову опустите, закройте глаза. Представьте, что на ваше лицо пытается сесть назойливая муха. Она садится то на нос, то на губы, то на лоб, то на глаза. Ваша задача — не открывая глаз, согнать назойливое насекомое. Через пару минут напряжение с мышц лица уходит, а вместе с ним — раздражение.

Упражнение «Я желаю себе...»

**Цель:** Завершение тренинга.

**Размер группы:** 6-14 человек

**Время:** 15 минут

**Инструкция:** Участники тренинга встают в круг. Ведущий присоединяется к ним.

Мы закончили тренинг. Надеюсь, что он был полезен для вас, и вы разглядели в себе какие-нибудь точки профессионального роста.

Предлагаю вам упражнение, которое поможет вам закрепить эти открытия.

У меня в руках (какая-то вещь, например игрушка чебурашки). Мы будем передавать его друг другу. Тот, у кого он оказывается, громко произносит свое имя и говорит: «Я желаю себе в профессиональном плане...» и произносит, то, что он желает себе. Это довольно важный момент, в тренинге, и я прошу поддерживать стремление наших коллег аплодисментами.

#### **Упражнение «Рефлексия тренинга»**

**Цель:** закрепление навыков, развитие навыка запоминания, увеличение объема оперативной памяти.



**Инструкция:** участникам выдаются бланки для рефлексии тренинга, на которых участникам предлагается отразить запомнившуюся информацию о других респондентах.

**Время:** 15 минут

## **Заключение**

По итогам прохождения были выполнены поставленные задачи:

- закрепились и реализованы знания, полученные во время обучения на 1ом и 2ом курсах;
- были сформированы профессиональные компетенции психолога для работы с детьми и их родителями;
- получены навыки по систематизации и интерпретации результатов проведенных диагностик;
- получены навыки по организации и проведению психодиагностических методик и тестов;
- получены навыки ведения отчетной документации для психолога-педагога;
- получены навыки распределения рабочего времени в кабинете психолога-педагога.



**Отзыв-характеристика  
руководителя практики от организации (предприятия)  
о качестве выполнения программы практики**

Крецу Анастасия Олеговна (Ф.И.О. обучающегося)  
в период «12» июня 2023 г. по «25» июня 2023 г. проходила

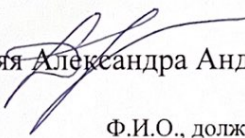
производственную практику на базе Российского университета дружбы народов  
(вид и наименование практики) полное наименование организации (предприятия)

При прохождении практики внимательно и ответственно относилась к выполняемой работе. Всю порученную работу выполняла добросовестно и в срок. Стремилась приобретать новые знания, чтобы быть ещё более полезным на месте практики. Посетила успешно мероприятия от базы практики. Участвовала в организации и проведении мероприятий, включенных в список на базе практики.

Обучающийся Крецу Анастасия Олеговна  
(Ф.И.О. обучающегося)

по результатам прохождения практики заслуживает оценки « \_\_\_\_\_ »  
(«неудовлетворительно», «удовлетворительно», «хорошо», «отлично»)

Руководитель практики  
от организации (предприятия) Достатняя Александра Андреевна, ассистент ка-  
федры психологии и педагогики

  
Ф.И.О., должность

М.П.

« \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20 \_\_\_\_ г.