

Рабочая программа дисциплины

Методология и методика психологического тренинга

<i>Направление подготовки</i>	Психология
<i>Код</i>	37.04.01
<i>Направленность (профиль)</i>	Консультативная и клиническая психология
<i>Квалификация выпускника</i>	магистр

1. Перечень кодов компетенций, формируемых дисциплиной в процессе освоения образовательной программы

Группа компетенций	Категория компетенций	Код
Универсальные	Системное и критическое мышление	УК-1
Универсальные	Разработка и реализация проектов	УК-2
Профессиональные		ПК-5
Профессиональные		ПК-9

2. Компетенции и индикаторы их достижения

Код компетенции	Формулировка компетенции	Индикаторы достижения компетенции
УК-1	Способен осуществлять критический анализ проблемных ситуаций на основе системного подхода, вырабатывать стратегию действий	УК-1.1. Критически анализирует проблемную ситуацию как систему, выявляя ее составляющие и связи между ними. УК-1.3. На основе системного подхода ориентируется в перспективных направлениях профильных отраслей науки, актуальных проблемах теории и практики в профессиональной сфере и путях их решения. УК-1.4. Осуществляет поиск вариантов решения поставленной проблемной ситуации на основе доступных источников информации, выбирает методы критического анализа, адекватные проблемной ситуации, и определяет достоверность получаемой информации, разрабатывает стратегию достижения поставленной цели как последовательность шагов, предвидя результат каждого из них и оценивая их влияние на общий результат планируемой деятельности.
УК-2	Способен управлять проектом на всех этапах его жизненного цикла	УК-2.2. Разрабатывает план реализации проекта, контролирует его исполнение, управляет им на всех этапах жизненного цикла, оценивать эффективность его реализации. УК-2.3. Представляет и обсуждает результаты реализации проекта (отдельных его этапов) в различных формах.
ПК-5	Способен оценивать эффективность и пути совершенствования консультативной (терапевтической) деятельности.	ПК-5.2. Выявляет особенности и возможные причины дезадаптации с целью определения направлений оказания психологической помощи, проведения мероприятий по развитию навыков общения, поведения в поликультурной и виртуальной среде, соблюдая этические нормы организации и проведения консультативной работы.

		ПК-5.3. Разрабатывает программы психологических тренингов, деловых, ролевых игр по формированию и развитию у клиентов качеств, необходимых для самостоятельной жизни и социализации, направленных на расширение внутренних ресурсов личности.
ПК-9	Способен овладеть методикой и приемами преподавания с применением активных психолого-педагогических методов обучения.	ПК-9.2. Разрабатывает программы психологических тренингов, деловых, ролевых игр с учетом конкретных задач; проводит психологические занятия и тренинги на расширение внутренних ресурсов личности с разными группами обучающихся.

3. Описание планируемых результатов обучения по дисциплине и критериев оценки результатов обучения по дисциплине

3.1. Описание планируемых результатов обучения по дисциплине

Планируемые результаты обучения по дисциплине представлены дескрипторами (знания, умения, навыки).

Дескрипторы по дисциплине	Знать	Уметь	Владеть
Код компетенции	УК-1		
	- методологические и теоретические основы социальной психологии, психологии личности; - социально-психологические аспекты поведения и деятельности людей; - особенности и закономерности проявления психических свойств личности; -социально – психологические проблемы и роль общения и взаимодействия личности во взаимодействии с социальным окружением; - социальной	- осуществлять самостоятельный поиск и проводить анализ научной литературы; - критически оценивать свои достоинства и недостатки; - понимать мнение и позицию людей; - видеть в «другом» полноценную равно-достоиную личность и понимать ее отличительные характеристики как проявление ее индивидуальности и неповторимости; - объективно воспринимать и оценивать людей и преодолевать	- навыками совершенствования собственной деятельности на основе самооценки для выстраивания траектории взаимодействия с другими; - культурой общения.

	идентичности, саморегуляции, путях повышения самооценки.	барьеры в общении.	
Код компетенции	УК-2		
	- правила отбора в тренинговые группы; - основные принципы и правила работы тренинговых групп.	- диагностировать психические функции, состояния, свойства и структуру личности и интеллекта, психологических проблем, конфликтов, способов адаптации, личностных ресурсов, межличностных отношений и других психологических феноменов с использованием соответствующих методов клинико-психологического и экспериментально-психологического исследования; - самостоятельно составлять программу психологических тренингов.	- навыками проведения психологического вмешательства с использованием индивидуальных, групповых и семейных методов; - навыками проведения тренинговых занятий.
Код компетенции	ПК-5		
	- специфику и стратегии психотерапевтического взаимодействия на практике; - виды психологического тренинга; - принципы разработки программ психологического вмешательства с учетом индивидуально-психологических характеристик в	- применять адекватные методы и приемы проведения психологического тренинга, характерные для разных групп клиентов - использовать дифференцированный подход к выбору формы консультативной или психотерапевтической помощи;	- психотерапевтическим и приемами и техниками решения широкого спектра психологических проблем в индивидуальной и групповой работе с различными возрастными категориями клиентов; - методом анализа информации, необходимой для определения целей

	рамках психологического тренинга.	- выявлять и анализировать информацию, необходимую для определения целей психологического тренинга; - разрабатывать программы психологического тренинга с учетом характеристик групп.	психологического тренинга; - приемами моделирования программ вмешательства с учетом индивидуально-психологических характеристик и характеристик групп.
Код компетенции	ПК-9		
	- виды психологического вмешательства; - психолого-педагогические методы обучения; - виды психологического тренинга.	- выявлять и анализировать информацию, необходимую для определения целей психологического вмешательства; - применять активные психолого-педагогические методы обучения; - разрабатывать программу психологического тренинга.	- методикой и приемами преподавания с применением активных психолого-педагогических методов обучения; - методом анализа информации, необходимой для определения целей психологического вмешательства; - владеть приемами моделирования программ вмешательства с учетом психологических и индивидуально-психологических характеристик.

4. Место дисциплины (модуля) в структуре образовательной программы

Дисциплина «Методология и методика психологического тренинга» является дисциплиной по выбору части, формируемой участниками образовательных отношений учебного плана ОПОП.

Данная дисциплина взаимосвязана с другими дисциплинами, такими как: «Социальная психология личности», «Консультативная психология: теория и практика», «Современные методы и техники психоконсультирования и психотерапии», «Практикум по психотерапии и консультированию», «Психологическая коррекция и реабилитация», «Семейная психология и семейное консультирование», «Методика преподавания психологии», «Социально-психологический тренинг», «Педагогическая практика» и др.

В рамках освоения программы магистратуры выпускники готовятся к решению задач профессиональной деятельности следующих типов: научно-исследовательский, консультативный, коррекционно-развивающий, педагогический.

Профиль (направленность) программы установлена путем её ориентации на сферу профессиональной деятельности выпускников: Консультативная и клиническая

психология.

5. Объем дисциплины

<i>Виды учебной работы</i>	<i>Форма обучения</i>	
	<i>Очно-заочная</i>	<i>Очно-заочная с применением ДОТ</i>
Общая трудоемкость: зачетные единицы/часы	3/108	3/108
Контактная работа:		
Занятия лекционного типа	12	12
Занятия семинарского типа	24	24
Промежуточная аттестация: зачет с оценкой	0,15	0,1
Самостоятельная работа (СРС)	71,85	71,9

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

6.1. Распределение часов по разделам/темам и видам работы

6.1.1. Очно-заочная форма обучения

№ п/п	Раздел/тема	Виды учебной работы (в часах)						
		Контактная работа						Самост оатель ная работа
		Занятия лекционного типа		Занятия семинарского типа				
		Лекции	Иные учебные занятия	Практи ческие занятия	Семи нары	Лабора торные работы	Иные	
1.	Методология психологического тренинга.	6		12				35
2.	Методика проведения психологического тренинга.	6		12				36,85
	Промежуточная аттестация	0,15						
	Всего	12			24			71,85
	Итого	108						

6.1.2. Очно-заочная форма обучения с применением ДОТ

№ п/п	Раздел/тема	Виды учебной работы (в часах)		
		Контактная работа		Самост оатель ная работа
		Занятия	Занятия семинарского типа	

		лекционного типа						ная работа
		Лекции	Иные учебные занятия	Практи- ческие занятия	Семи- нары	Лабора- торные работы	Иные	
1.	Методология психологического тренинга.	6		12				35
2.	Методика проведения психологического тренинга.	6		12				36,85
	Промежуточная аттестация	0,15						
	Всего	12			24			71,85
	Итого	108						

6.2 Программа дисциплины, структурированная по темам / разделам

6.2.1. Содержание лекционных занятий

№ п/п	Наименование темы (раздела) дисциплины	Содержание лекционного занятия
1. Методология психологического тренинга		
1.1	Введение в методологию тренинга	Понятие психологического тренинга. Различные определения тренинга. Основные функции тренинга: диагностическая, преобразующая, корректирующая, профилактическая, адаптационная. Отличие тренинга от психотерапии. Виды психологического тренинга и их краткая характеристика. Анализ различных подходов к определению тренинга. Тренинг как метод преднамеренных изменений. Тренинг как группа методов развития способностей к обучению и овладению любым сложным видом деятельности (Ю.Н. Емельянов). Тренинг как способ перепрограммирования имеющейся у человека модели управления поведением и деятельностью (Cenin M.). Тренинг как часть планируемой активности организации (Landy F.G.). Тренинг как средство воздействия, направленное на развитие знаний, социальных установок, умений и опыта в области межличностного общения; средство психологического воздействия (Л.А. Петровская). Тренинг как метод активного социального обучения (Г.А. Ковалев). Тренинг как метод группового консультирования (Б.Д. Парыгин). Тренинг

		как многофункциональный метод преднамеренных изменений психологических феноменов человека, группы и организации с целью гармонизации профессионального и личностного бытия человека (С.И. Макшанов).
1.2	История психологического тренинга	Индивидуальная форма тренинга. Аутогенная тренировка (И.Г. Шультц). Программированные инструкции. Групповые формы тренинга. К. Левин и К. Роджерс как основоположники практики группового тренинга. Т-группы и их характеристика. М. Форверг как основоположник социально-психологического тренинга. Пять основных типов тренинга по М. Форвергу. СПТ в отечественной практике. Монография Л.А. Петровской, освещающая теоретические и методические аспекты социально-психологического тренинга. Цель и задачи СПТ. Групповые формы тренинга: интеллектуальный, тренинг принятия решений, тренинг уверенного поведения, мотивационный тренинг, тренинг креативности, сензитивный тренинг и др.
1.3	Оценка эффективности психологического тренинга	Оценка эффективности тренинга как метода преднамеренных изменений. Критерии эффективности. Четыре группы критериев по Д. Киркпатрик: реакции, научение, поведенческий критерий, результативный критерий. Психологические и предметные критерии. Вероятность преднамеренных изменений психологических феноменов человека в психологическом тренинге с точки зрения практиков: особенности психических процессов, навыки и умения, установки. отношения личности, представления о себе (Я-концепция), система ценностей и целей, уровень рефлексии, эффективность профессиональной деятельности, экономическое благополучие, состояние здоровья, продолжительность жизни.
2. Методика проведения психологического тренинга		
2.1	Методика организации психологического тренинга	Определение потребности в психологическом тренинге в профессионально ориентированных программах. Анализ профессиональных задач. Организационный анализ. Персональный анализ. Особенности комплектования групп психологического тренинга. Информирование претендентов. Численность группы. Возраст участников. Формальный статус участников. Образование и профессиональная принадлежность. Национальная и религиозная принадлежность.

		Индивидуальнопсихологические особенности участников. Критерии невключения в группу тренинга: низкая мотивация, близкое родство (знакомство), ригидность, выраженные акцентуации шизоидного или возбудимого типа, наличие иной, чем у большинства группы специальности (для тренинга специальных умений), отклонения от психической нормы (психопатизация), количественный критерий, плохое актуальное соматическое состояние, негативное отношение со стороны участников группы, отношения непосредственного подчинения, возраст, существенно сниженный интеллектуальный потенциал, сексуальная девиация, резкий контраст профессиональной компетентности или личностного развития.
2.2	Методические особенности деятельности ведущих психологический тренинг	Требования к ведущему. Ошибки в деятельности ведущего. Характеристики эффективного тренера (В.П. Захаров, Н.Ю. Хрящева). Качества, нежелательные для претендента на тренерскую работу (Г. Миккин). Оптимальный уровень нагрузки (количество программ) для тренера. Профессиональный рост ведущего психологический тренинг. Этические аспекты деятельности ведущего психологический тренинг
2.3	Деятельность ведущего на различных этапах тренинга	Этап создания работоспособности: знакомство участников, определение правил и принципов работы группы, решение определенных задач. Рефлексия тренера. Специфические эффекты этапа создания работоспособности. Этап ориентации: уточнение и конкретизация участниками своих индивидуальных целей в тренинге. Характерные эффекты этапа ориентации. Этап изменений: апробация и освоение новых установок, навыков и умений. Поэтапность формирования. Целостное действие. Диагностика на этапе изменения. Завершающий этап: получение каждым участником и группой в целом обобщенной и индивидуализированной информации об эффективности работы и возможностях ее продолжения, проработка вариантов применения полученных результатов на практике.
2.4	Методические особенности организации обратной связи	Понятие «обратной связи». Факторы, определяющие специфику организации обратной связи в ходе тренинга. Позитивная и негативная обратная связь. Варианты организации обратной связи в тренинге. Виды

		обратной связи. Средства подачи материализованной обратной связи.
2.5	Факторы переноса результатов тренинга в профессиональную реальность	Понятие «переноса» в узком и широком смысле слова. Требования, соблюдение которых ведет к высокой вероятности переноса результатов тренинга в профессиональную реальность (Вексли и Латама). Факторы «силы эффекта» тренинга. Факторы «последствия эффекта» тренинга.
2.6	Психодиагностические возможности тренинга	Диагностические возможности тренинга: отбор и подбор персонала, адаптация персонала к ценностям и целям организации, развитие персонала, развитие философии и стратегии организации, формирование команд и автономных рабочих групп, решение психогигиенических и психопрофилактических задач. Методические средства, позволяющие решать диагностические задачи.

6.2.2 Содержание практических занятий

№ п/п	Наименование темы (раздела) дисциплины	Содержание практического занятия
1. Методология психологического тренинга		
1.1	Введение в методологию тренинга	Индивидуальные формы тренинга: аутогенная тренировка; биологическая обратная связь; систематическая десенсибилизация; программированные инструкции; групповые формы тренинга: Т-группы; группы сенситивности; тренинг жизненных умений (social-life); S-группы (study-groups); социально-психологический тренинг М. Форверга. Развитие теории и практики тренинга в России. Особенности групповой работы. Групповые эффекты: эффект социальной фасилитации; эффект принадлежности к группе (групповая идентификация); эффект «синергии»; эффект конформизма; эффект подражания; эффект «ореола»; эффект «мы и они»; эффект группового фаворитизма; эффект группового эгоизма; эффект «маятника»; эффект «волны»; эффект «пульсара». Особенности групповых форм профессионального тренинга. Преимущества групповой работы. Виды групповой работы: психотерапия, психокоррекция, обучение, тренинг. Отличие тренинга от других видов групповой работы. Цели, функции, виды и принципы тренинга. Цели тренинга: создание возможностей для достижения конструктивных изменений на

		уровне отдельного человека как личности и субъекта профессиональной деятельности, создание условий для оптимального функционирования личности и ее развития, создание условий для достижения разнообразных изменений социально-психологических, психологических и других характеристик группы и организации. Функции тренинга: диагностическая, преобразующая, корректирующая, профилактическая, функция адаптации. Виды тренинга (Х. Миккин): любительский, институционализированный, психокоррекционный. Классы тренинга (Н.М. Лебедева и А.И. Палей): субъект-субъектной направленности, субъект-объектной направленности, интраличностной направленности. Классификация тренинга (С.И. Макшанов).
1.2	Принципы психологического тренинга	Принципы тренинга (С.И. Макшанов). Принципы создания среды тренинга: системная детерминация, реалистичность, избыточность. Принципы поведения участников: активность, исследовательская и творческая позиция, субъект- субъектное общение, объективация поведения, искренность, принцип «здесь и теперь». Организационные принципы: физическая закрытость, комплектование группы (гомогенность - гетерогенность), пространственно-временная организация. Этические принципы (соответствие заявленных целей тренинга его содержанию, конфиденциальность, ненанесение ущерба)
1.3	Методические средства психологического тренинга	Понятие методических средств (техник) тренинга. Техники представления информации: короткие лекции, видео лекции, видеоиллюстрации, систематизированные обзоры, программированные инструкции, анализ оценок и самооценок, рисуночные методики, дискуссия. Методические требования к отбору содержания лекций и материалов систематизированных обзоров: новизна информации, представление информации в разных модальностях, адресное представление информации с учетом потребностей группы в целом и отдельных участников. Характеристика систематизированных обзоров и программированных инструкций. Правила проведения дискуссий. Понятие фокус-группы. Основные направления применения рисуночных техник: диагностическое,

		развивающее, терапевтическое. Имитационные техники и их предназначение. Психодрама и социодрама (Дж.Морено, 1964). Ролевые и операционные (деловые) игры. Психогимнастика. Правила и место применения психогимнастических упражнений. Мозговой штурм как вид имитационных техник, виды и правила проведения. Анализ конкретных случаев. Медитация, управляемое воображение, визуализация. Техники создания реальной среды тренинга: выполнение заданий с физическими рисками, выполнение конкретных профессиональных процедур с реальными партнерами, оборудованием документацией, выполнение заданий с незнакомыми людьми.
2. Методика проведения психологического тренинга		
2.1	Методические аспекты психологического тренинга	Методика организации психологического тренинга. Подготовка психологического тренинга: последовательный анализ (уточнение) потребностей в тренинге, подбор групп. Адаптация и проведение психологического тренинга: принципы планирования программы тренинга, составляющие тренинг (содержательный, личностный, групповой слой), критерии выбора упражнений. Перенос результатов тренинга в практику. Оценка эффективности психологического тренинга: внутренняя и внешняя валидность, интегрированная оценка эффективности тренинга. Формирование и реализация профессионально-ориентированных программ тренинга. Формы организации тренинговых занятий: интенсивный курс, регулярные занятия, эпизодические встречи. Фрагментарный и программированный тренинг. Методические средства тренинга. Техники представления информации: короткие лекции, систематические обзоры, программированные инструкции, дискуссии, рисуночные техники, видеолекции, видеоиллюстрации, анализ оценок и самооценок, модерация. Имитационные техники: психодрама, социодрама, анализ конкретных случаев, ролевые и операционные (деловые) игры, медитация, медитативные техники, психогимнастика, мозговой штурм (брейн-сторминг). Техники для создания реальной среды: выполнение заданий с реальными рисками, выполнение конкретных профессиональных процедур с реальными

		партнерами, оборудованием, документацией, выполнение заданий с незнакомыми людьми, кратковременные ротации.
2.2	Динамика группового процесса	Групповая динамика. Этапы групповой динамики по К. Фопелю: Ориентация, Конфронтация и конфликт. Согласие, сотрудничество и компромисс, Интеграция личных потребностей и требований группы. Общая схема ведения тренинга: первый этап - подбор группы, второй этап - вступительное слово тренера, третий этап - создание работоспособности, четвертый этап - этап ориентации, пятый этап - этап изменений, шестой этап - целостное действие, седьмой этап - «чемодан». Специфика работы тренера на различных этапах группового процесса. Необходимость взаимосвязи деятельности тренера и группового процесса: Знание закономерностей, проблем и кризисов группового процесса; Продвижение группы в конструктивном направлении; Трехзвенная теоретическая модель происходящих в группе процессов К. Левина («оттаивание - изменение - замораживание»). Этапы группового процесса и деятельность тренера: Этап создания работоспособности; Этап ориентации; Этап изменений; Завершающий этап. Групповые роли. Виды групповых ролей: Социальная и игровая роли; Репертуар групповых ролей (Лидер, Принятые, Изолированные, Отвергнутые); Роли и типы поведения в группе, необходимые для успешного существования группы (поведение, направленное на решение задачи; поведение члена группы, оказывающего поддержку другим членам группы). Проблема лидерства в тренинговой группе: Типы лидеров (эмоциональный, деловой, информационный); Процессуальный подход к типологии лидерства. Руководство и лидерство: общие и отличающие черты позиции лидера и руководителя. Психодиагностические возможности тренинга. Предварительная, ситуативная и постдиагностика: Создание психодиагностического комплекса; Задачи, решаемые с помощью ситуативной диагностики. Социометрия: Социометрические исследования. Бланковая социометрия (Алгоритм проведения бланкового социометрического исследования). Обратная связь: Критерии эффективной обратной связи (насыщенность и конструктивность).

		Психологическое обеспечение профессиональной деятельности: Задачи, реализуемые с помощью тренинга; Диагностика в интересах индивидуального консультирования. Кризисы в развитии тренинговой группы. Кризис адаптации. Кризис избегания. Кризис личностных проблем. Кризис накопления негатива. Кризис ведущего.
2.3	Этические аспекты проведения тренинга	Требования к личности ведущего. Личностные характеристики ведущего тренинг: Ориентиры для ведущего тренинг; Ошибки и дефициты ведущих; Характеристики эффективного тренера (порядочность; ответственность; социальная зрелость; развитый регулятивный потенциал; терпение; устойчивость к неопределенности; последовательность и настойчивость в достижении целей; гибкость и креативность; показатели общего интеллекта, воли и коммуникативных возможностей, превышающие популяционные стандарты; адекватная самооценка; сенситивность; подвижность реакций). Соотношение личностных характеристик и оптимальной деятельности ведущего тренинг. Стили руководства группой: доминирование ведущего, жесткое или мягкое структурирование процесса. Этические аспекты деятельности ведущего психологический тренинг. Профессиональная этика. Ответственность ведущего психологический тренинг (за свой профессионализм, за процесс тренинга, за результаты тренинга). Описание результатов тренинга (Структура отчета). Факторы «силы эффекта» тренинга; Факторы последствий эффекта тренинга. Этические требования к деятельности психологов, ведущих тренинг: Этические стандарты; Подготовка ведущих тренинговые группы; Особенности формирования этических требований. Повышение квалификации тренера. Профессиональный рост ведущего. Разновидности методических средств профессионального роста ведущего: Ведение групп с ко-тренером (преимущества, проблемы); Супервизия; Балинтовские группы.
2.4	Практикум по формированию тренерских навыков.	Вступительное слово ведущего. Нормы и правила работы. Знакомство. Упражнения разминки. Упражнения на сплочение группы. Постановка задачи. Коммуникативный блок. Теория общения. Восприятие и понимание партнера по общению. Работа с информацией.

		Взаимное влияние. Стратегия поведения в конфликтной ситуации. Психологическое влияние. Принципы психологического влияния. Приемы и правила установления и поддержания психологического контакта. Упражнения на закрепление теории. Личностный блок. Личностные особенности участников тренинга.
2.5	Основные типы психологического тренинга: коммуникативный тренинг	Социально-психологический тренинг межличностного общения. Понятия: общение, партнерское общение, эффективное взаимодействие. Вербальное и невербальное общение. Техники установления и поддержания контакта. Парциальные цели беседы. Техники активного и эмпатийного слушания. Учет эмоциональных состояний партнеров по взаимодействию.
2.6	Основные типы психологического тренинга: интеллектуальный тренинг	Интеллектуальный тренинг как метод преобразования навыков мышления. Проектирование содержания тренинга креативности. Понятие «креативность». Этапы и барьеры креативного процесса. Возможности изучения креативности. Мозговой штурм как метод активного социально-психологического обучения. Общая структура тренинга креативности.
2.7	Основные типы психологического тренинга: регулятивный тренинг	Содержание и этапы тренинга уверенного поведения. Понятие «уверенность в себе» и «заверенное поведение». Индикаторы уверенного и неуверенного поведения. Источники уверенного, неуверенного и агрессивного поведения. Общая структура регулятивного тренинга.
2.8	Основные типы психологического тренинга: мотивационный тренинг	Содержание и этапы мотивационного тренинга. Понятие «мотивации». Внутренняя и внешняя мотивация. Классификации мотивов. Возможность изменения мотивации в процессе тренинга. Техники мотивационного тренинга. Общая структура мотивационного тренинга.
2.9	Основные типы психологического тренинга: тренинг специальных умений	Тренинги специальных умений. Тренинг эффективных продаж. Тренинг ведения переговоров. Тренинг формирования команды. Проектирование программ тренинга специальных умений. Общая структура тренинга специальных умений.

6.2.3 Содержание самостоятельной работы

№ п/п	Наименование темы (раздела) дисциплины	Содержание самостоятельной работы
-------	--	-----------------------------------

1. Методология психологического тренинга		
1.1	Введение в методологию тренинга	Понятие психологического тренинга. Различные определения тренинга. Основные функции тренинга: диагностическая, преобразующая, корректирующая, профилактическая, адаптационная. Отличие тренинга от психотерапии. Виды психологического тренинга и их краткая характеристика. Анализ различных подходов к определению тренинга. Тренинг как метод преднамеренных изменений. Тренинг как группа методов развития способностей к обучению и овладению любым сложным видом деятельности (Ю.Н. Емельянов). Тренинг как способ перепрограммирования имеющейся у человека модели управления поведением и деятельностью (Senin M.). Тренинг как часть планируемой активности организации (Landy F.G.). Тренинг как средство воздействия, направленное на развитие знаний, социальных установок, умений и опыта в области межличностного общения; средство психологического воздействия (Л.А. Петровская). Тренинг как метод активного социального обучения (Г.А. Ковалев). Тренинг как метод группового консультирования (Б.Д. Парыгин). Тренинг как многофункциональный метод преднамеренных изменений психологических феноменов человека, группы и организации с целью гармонизации профессионального и личностного бытия человека (С.И. Макшанов).
1.2	История психологического тренинга	Индивидуальная форма тренинга. Аутогенная тренировка (И.Г. Шульц). Программированные инструкции. Групповые формы тренинга. К. Левин и К. Роджерс как основоположники практики группового тренинга. Т-группы и их характеристика. М. Форверг как основоположник социально-психологического тренинга. Пять основных типов тренинга по М. Форвергу. СПТ в отечественной практике. Монография Л.А. Петровской, освещающая теоретические и методические аспекты социально-психологического тренинга. Цель и задачи СПТ. Групповые формы тренинга: интеллектуальный, тренинг принятия решений, тренинг уверенного поведения, мотивационный тренинг, тренинг креативности, сензитивный тренинг и др.
1.3	Оценка эффективности психологического тренинга	Оценка эффективности тренинга как метода преднамеренных изменений. Критерии эффективности. Четыре группы критериев по Д. Киркпатрик: реакции, научение, поведенческий

		критерий, результативный критерий. Психологические и предметные критерии. Вероятность преднамеренных изменений психологических феноменов человека в психологическом тренинге с точки зрения практиков: особенности психических процессов, навыки и умения, установки. отношения личности, представления о себе (Я-концепция), система ценностей и целей, уровень рефлексии, эффективность профессиональной деятельности, экономическое благополучие, состояние здоровья, продолжительность жизни.
2. Методика проведения психологического тренинга		
2.1	Методика организации психологического тренинга	Определение потребности в психологическом тренинге в профессионально ориентированных программах. Анализ профессиональных задач. Организационный анализ. Персональный анализ. Особенности комплектования групп психологического тренинга. Информирование претендентов. Численность группы. Возраст участников. Формальный статус участников. Образование и профессиональная принадлежность. Национальная и религиозная принадлежность. Индивидуально-психологические особенности участников. Критерии невключения в группу тренинга: низкая мотивация, близкое родство (знакомство), ригидность, выраженные акцентуации шизоидного или возбудимого типа, наличие иной, чем у большинства группы специальности (для тренинга специальных умений), отклонения от психической нормы (психопатизация), количественный критерий, плохое актуальное соматическое состояние, негативное отношение со стороны участников группы, отношения непосредственного подчинения, возраст, существенно сниженный интеллектуальный потенциал, сексуальная девиация, резкий контраст профессиональной компетентности или личностного развития.
2.2	Методические особенности деятельности ведущих психологический тренинг	Требования к ведущему. Ошибки в деятельности ведущего. Характеристики эффективного тренера (В.П. Захаров, Н.Ю. Хрящева). Качества, нежелательные для претендента на тренерскую работу (Г. Миккин). Оптимальный уровень нагрузки (количество программ) для тренера. Профессиональный рост ведущего психологический тренинг. Этические аспекты деятельности ведущего психологический тренинг
2.3	Деятельность ведущего на различных этапах тренинга	Этап создания работоспособности: знакомство участников, определение правил и принципов

		работы группы, решение определенных задач. Рефлексия тренера. Специфические эффекты этапа создания работоспособности. Этап ориентации: уточнение и конкретизация участниками своих индивидуальных целей в тренинге. Характерные эффекты этапа ориентации. Этап изменений: апробация и освоение новых установок, навыков и умений. Поэтапность формирования. Целостное действие. Диагностика на этапе изменения. Завершающий этап: получение каждым участником и группой в целом обобщенной и индивидуализированной информации об эффективности работы и возможностях ее продолжения, проработка вариантов применения полученных результатов на практике.
2.4	Методические особенности организации обратной связи	Понятие «обратной связи». Факторы, определяющие специфику организации обратной связи в ходе тренинга. Позитивная и негативная обратная связь. Варианты организации обратной связи в тренинге. Виды обратной связи. Средства подачи материализованной обратной связи.
2.5	Факторы переноса результатов тренинга в профессиональную реальность	Понятие «переноса» в узком и широком смысле слова. Требования, соблюдение которых ведет к высокой вероятности переноса результатов тренинга в профессиональную реальность (Вексли и Латама). Факторы «силы эффекта» тренинга. Факторы «последствия эффекта» тренинга.
2.6	Психодиагностические возможности тренинга	Диагностические возможности тренинга: отбор и подбор персонала, адаптация персонала к ценностям и целям организации, развитие персонала, развитие философии и стратегии организации, формирование команд и автономных рабочих групп, решение психогигиенических и психопрофилактических задач. Методические средства, позволяющие решать диагностические задачи.

7. Текущий контроль по дисциплине (модулю) в рамках учебных занятий

В рамках текущего контроля преподаватель самостоятельно может проводить следующие мероприятия:

№ п/п	Контролируемые разделы (темы)	Наименование оценочного средства
1.	Методология психологического тренинга.	Опрос, решение ситуационной, проблемной задачи (кейс-измерители), интерактивные задания, исследовательский проект, типовые

		вопросы к письменному опросу (контрольной работе) Реализация программы с применением ДОТ: Тестирование, ситуационные задачи, проблемные задачи
2.	Методика проведения психологического тренинга.	Комплексное проблемно-аналитическое задание, творческие задания, информационный проект, дискуссионные процедуры, тестирование Реализация программы с применением ДОТ: Тестирование, ситуационные задачи, проблемные задачи

8. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины (модуля)

8.1 Основная учебная литература

1. Тренинг командообразования и групповой работы : учебник / Е. В. Камнева, Ж. В. Коробанова, Д. З. Музашвили [и др.] ; под редакцией Е. В. Камневой. — Москва : Прометей, 2021. — 216 с. — ISBN 978-5-00172-239-7. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/125638.html>

2. Латынов, В. В. Психология коммуникативного воздействия / В. В. Латынов. — 2-е изд. — Москва: Издательство «Институт психологии РАН», 2019. — 368 с. — ISBN 978-5-9270-0255-9. — Электронно-библиотечная система IPR BOOKS: сайт. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/88403.html>

8.2 Дополнительная учебная литература:

1. Эксакусто, Т. В. Психотехнологии развития интеллектуального и личностного ресурса: учебник / Т. В. Эксакусто, И. А. Кибальченко. — Ростов-на-Дону, Таганрог: Издательство Южного федерального университета, 2019. — 193 с. — ISBN 978-5-9275-3209-4. — Электронно-библиотечная система IPR BOOKS: сайт. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/95816.html>

2. Истратова, О. Н. Психология эффективного общения и группового взаимодействия: учебное пособие / О. Н. Истратова, Т. В. Эксакусто. — Ростов-на-Дону, Таганрог: Издательство Южного федерального университета, 2018. — 191 с. — ISBN 978-5-9275-2848-6. — Электронно-библиотечная система IPR BOOKS: сайт. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/87753.html>

8.3 Периодические издания

1. Вестник Московского городского педагогического университета. Серия Педагогика и психология / : Московский городской педагогический университет ; учредитель и издатель Московский городской педагогический университет. — 2007 — . — Москва, 2007 — . — Ежекв. — ISSN 2076-9121. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/25613.html>

2. Вестник Московского университета. Серия 14. Психология / : Московский государственный университет имени М.В. Ломоносова ; учредитель и издатель Московский государственный университет имени М.В. Ломоносова. — 2013 — . — Москва, 2013 — . — Выходит 6 раз в год. — ISSN 0137-0936. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/56877.html>

3. Национальный психологический журнал / : Московский государственный университет имени М.В. Ломоносова ; учредитель и издатель Московский государственный университет имени М.В. Ломоносова. — 2006 — . — Москва, 2006 — . — Ежекв. — ISSN 2079-

6617. – URL: <http://www.iprbookshop.ru/27429.html>

4. Педагогика и психология образования / : Московский педагогический государственный университет ; учредитель и издатель Московский педагогический государственный университет. – 2001 – . – Москва, 2001 – . – Ежекв. – ISSN 2500-297X. – URL: <http://www.iprbookshop.ru/70186.html>

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

1. Электронно-библиотечная система IPRbooks : сайт – Москва: ООО «Ай Пи Эр Медиа», 2010. – . – URL: <http://www.iprbookshop.ru/>

2. PEDLIB : научная электронная библиотека : сайт. – Москва, 2003. – . – URL: <http://pedlib.ru/>

3. eLIBRARY.RU : научная электронная библиотека : сайт. – Москва, 2000 – . – URL: <https://elibrary.ru>

4. Электронная библиотека РГБ : сайт – Москва, 2004. – . – URL: <http://www.rsl.ru/>

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

Успешное освоение данного курса базируется на рациональном сочетании нескольких видов учебной деятельности – лекций, семинарских занятий, самостоятельной работы. При этом самостоятельную работу следует рассматривать одним из главных звеньев полноценного высшего образования, на которую отводится значительная часть учебного времени.

Самостоятельная работа студентов складывается из следующих составляющих:

- работа с основной и дополнительной литературой, с материалами интернета и конспектами лекций;
- внеаудиторная подготовка к контрольным работам, выполнение докладов, рефератов и курсовых работ;
- выполнение самостоятельных практических работ;
- подготовка к экзаменам (зачетам) непосредственно перед ними.

Для правильной организации работы необходимо учитывать порядок изучения разделов курса, находящихся в строгой логической последовательности. Поэтому хорошее усвоение одной части дисциплины является предпосылкой для успешного перехода к следующей. Задания, проблемные вопросы, предложенные для изучения дисциплины, в том числе и для самостоятельного выполнения, носят междисциплинарный характер и базируются, прежде всего, на причинно-следственных связях между компонентами окружающего нас мира. В течение семестра, необходимо подготовить рефераты (проекты) с использованием рекомендуемой основной и дополнительной литературы и сдать рефераты для проверки преподавателю. Важным составляющим в изучении данного курса является решение ситуационных задач и работа над проблемно-аналитическими заданиями, что предполагает знание соответствующей научной терминологии и т.д.

Для лучшего запоминания материала целесообразно использовать индивидуальные особенности и разные виды памяти: зрительную, слуховую, ассоциативную. Успешному запоминанию также способствует приведение ярких свидетельств и наглядных примеров. Учебный материал должен постоянно повторяться и закрепляться.

При выполнении докладов, творческих, информационных, исследовательских проектов особое внимание следует обращать на подбор источников информации и методику работы с ними.

Для успешной сдачи экзамена (зачета) рекомендуется соблюдать следующие правила:

1. Подготовка к экзамену (зачету) должна проводиться систематически, в течение всего семестра.
2. Интенсивная подготовка должна начаться не позднее, чем за месяц до экзамена.
3. Время непосредственно перед экзаменом (зачетом) лучше использовать таким образом, чтобы оставить последний день свободным для повторения курса в целом, для систематизации материала и доработки отдельных вопросов.

На экзамене высокую оценку получают студенты, использующие данные, полученные в процессе выполнения самостоятельных работ, а также использующие собственные выводы на основе изученного материала.

Учитывая значительный объем теоретического материала, студентам рекомендуется регулярное посещение и подробное конспектирование лекций.

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

1. Microsoft Windows Server;
2. Семейство ОС Microsoft Windows;
3. Libre Office свободно распространяемый офисный пакет с открытым исходным кодом;
4. Информационно-справочная система: Система КонсультантПлюс (КонсультантПлюс);
5. Информационно-правовое обеспечение Гарант: Электронный периодический справочник «Система ГАРАНТ» (Система ГАРАНТ);
6. Электронная информационно-образовательная система ММУ: <https://elearn.mmu.ru/>

Перечень используемого программного обеспечения указан в п.12 данной рабочей программы дисциплины.

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

12.1. Учебная аудитория для проведения учебных занятий, предусмотренных программой бакалавриата, оснащенная оборудованием и техническими средствами обучения.

Специализированная мебель:

Комплект учебной мебели (стол, стул) по количеству обучающихся; комплект мебели для преподавателя; доска (маркерная).

Технические средства обучения:

Компьютер в сборе для преподавателя, проектор, экран, колонки

Перечень лицензионного программного обеспечения, в том числе отечественного производства:

Windows 10, КонсультантПлюс, Система ГАРАНТ, Kaspersky Endpoint Security.

Перечень свободно распространяемого программного обеспечения:

Adobe Reader, Yandex Browser, пакет LibreOffice, МТС Линк, Gimp, FreeCAD.

Подключение к сети «Интернет» и обеспечение доступа в электронную информационно-образовательную среду ММУ.

12.2. Помещение для самостоятельной работы обучающихся.

Специализированная мебель:

Комплект учебной мебели (стол, стул) по количеству обучающихся; комплект

мебели для преподавателя; доска (маркерная).

Технические средства обучения:

Компьютер в сборе для преподавателя; компьютеры в сборе для обучающихся; колонки; проектор, экран.

Перечень лицензионного программного обеспечения, в том числе отечественного производства:

Windows Server 2016, Windows 10, Microsoft Office, КонсультантПлюс, Система ГАРАНТ, Kaspersky Endpoint Security.

Перечень свободно распространяемого программного обеспечения:

Adobe Reader, Yandex Browser, пакет LibreOffice, МТС Линк, Gimp, FreeCAD.

13.Образовательные технологии, используемые при освоении дисциплины

Для освоения дисциплины используются как традиционные формы занятий – лекции (типы лекций – установочная, вводная, текущая, заключительная, обзорная; виды лекций – проблемная, визуальная, лекция-конференция, лекция-консультация); и семинарские (практические) занятия, так и активные и интерактивные формы занятий - деловые и ролевые игры, решение ситуационных задач и разбор конкретных ситуаций.

На учебных занятиях используются технические средства обучения мультимедийной аудитории: компьютер, монитор, колонки, настенный экран, проектор, микрофон, пакет программ Microsoft Office для демонстрации презентаций и медиафайлов, видеопроектор для демонстрации слайдов, видеосюжетов и др. Тестирование обучаемых может осуществляться с использованием компьютерного оборудования университета.

13.1. В освоении учебной дисциплины используются следующие традиционные образовательные технологии

- чтение проблемно-информационных лекций с использованием доски и видеоматериалов;
- семинарские занятия для обсуждения, дискуссий и обмена мнениями;
- контрольные опросы;
- консультации;
- самостоятельная работа студентов с учебной литературой и первоисточниками;
- подготовка и обсуждение рефератов (проектов), презентаций (научно-исследовательская работа);
- тестирование по основным темам дисциплины.

13.2. Активные и интерактивные методы и формы обучения

Из перечня видов: («мозговой штурм», анализ НПА, анализ проблемных ситуаций, анализ конкретных ситуаций, инциденты, имитация коллективной профессиональной деятельности, разыгрывание ролей, творческая работа, связанная с освоением дисциплины, ролевая игра, круглый стол, диспут, беседа, дискуссия, мини-конференция и др.) используются следующие:

- анализ проблемных, творческих заданий, ситуационных задач;
- ролевая игра;
- мини-конференция;
- дискуссия;
- беседа.

13.3. Особенности обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ)

При организации обучения по дисциплине учитываются особенности организации взаимодействия с инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья (далее

– инвалиды и лица с ОВЗ) с целью обеспечения их прав, разрабатываются адаптированные для инвалидов программы подготовки с учетом различных нозологий, виды и формы сопровождения обучения, используются специальные технические и программные средства обучения, дистанционные образовательные технологии, обеспечивается безбарьерная среда и прочее.

Выбор методов обучения определяется содержанием обучения, уровнем методического и материально-технического обеспечения, особенностями восприятия учебной информации студентов-инвалидов и студентов с ограниченными возможностями здоровья и т.д. В образовательном процессе используются социально-активные и рефлексивные методы обучения, технологии социокультурной реабилитации с целью оказания помощи в установлении полноценных межличностных отношений с другими студентами, создании комфортного психологического климата в студенческой группе.

При обучении лиц с ограниченными возможностями здоровья электронное обучение и дистанционные образовательные технологии предусматривают возможность приема-передачи информации в доступных для них формах.

Обучающиеся из числа лиц с ограниченными возможностями здоровья обеспечены печатными и электронными образовательными ресурсами в формах, адаптированных к ограничениям их здоровья.

Автономная некоммерческая организация высшего образования
«МОСКОВСКИЙ МЕЖДУНАРОДНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

**ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ
ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ
ПО ДИСЦИПЛИНЕ**

Методология и методика психологического тренинга

Направление подготовки	Психология
Код	37.04.01
<i>Направленность (профиль)</i>	Консультативная и клиническая психология
Квалификация выпускника	магистр

1. Перечень кодов компетенций, формируемых дисциплиной в процессе освоения образовательной программы

Группа компетенций	Категория компетенций	Код
Универсальные	Системное и критическое мышление	УК-1
Универсальные	Разработка и реализация проектов	УК-2
Профессиональные		ПК-5
Профессиональные		ПК-9

2. Компетенции и индикаторы их достижения

Код компетенции	Формулировка компетенции	Индикаторы достижения компетенции
УК-1	Способен осуществлять критический анализ проблемных ситуаций на основе системного подхода, вырабатывать стратегию действий	УК-1.1. Критически анализирует проблемную ситуацию как систему, выявляя ее составляющие и связи между ними. УК-1.3. На основе системного подхода ориентируется в перспективных направлениях профильных отраслей науки, актуальных проблемах теории и практики в профессиональной сфере и путях их решения. УК-1.4. Осуществляет поиск вариантов решения поставленной проблемной ситуации на основе доступных источников информации, выбирает методы критического анализа, адекватные проблемной ситуации, и определяет достоверность получаемой информации, разрабатывает стратегию достижения поставленной цели как последовательность шагов, предвидя результат каждого из них и оценивая их влияние на общий результат планируемой деятельности.
УК-2	Способен управлять проектом на всех этапах его жизненного цикла	УК-2.2. Разрабатывает план реализации проекта, контролирует его исполнение, управляет им на всех этапах жизненного цикла, оценивать эффективность его реализации. УК-2.3. Представляет и обсуждает результаты реализации проекта (отдельных его этапов) в различных формах.
ПК-5	Способен оценивать эффективность и пути совершенствования консультативной (терапевтической) деятельности.	ПК-5.2. Выявляет особенности и возможные причины дезадаптации с целью определения направлений оказания психологической помощи, проведения мероприятий по развитию навыков общения, поведения в поликультурной и виртуальной среде, соблюдая этические нормы организации и проведения консультативной работы.

		ПК-5.3. Разрабатывает программы психологических тренингов, деловых, ролевых игр по формированию и развитию у клиентов качеств, необходимых для самостоятельной жизни и социализации, направленных на расширение внутренних ресурсов личности.
ПК-9	Способен овладеть методикой и приемами преподавания с применением активных психолого-педагогических методов обучения.	ПК-9.2. Разрабатывает программы психологических тренингов, деловых, ролевых игр с учетом конкретных задач; проводит психологические занятия и тренинги на расширение внутренних ресурсов личности с разными группами обучающихся.

3. Описание планируемых результатов обучения по дисциплине и критериев оценки результатов обучения по дисциплине

3.1. Описание планируемых результатов обучения по дисциплине

Планируемые результаты обучения по дисциплине представлены дескрипторами (знания, умения, навыки).

Дескрипторы по дисциплине	Знать	Уметь	Владеть
Код компетенции	УК-1		
	- методологические и теоретические основы социальной психологии, психологии личности; - социально-психологические аспекты поведения и деятельности людей; - особенности и закономерности проявления психических свойств личности; - социально – психологические проблемы и роль общения и взаимодействия личности во взаимодействии с социальным окружением; - социальной	- осуществлять самостоятельный поиск и проводить анализ научной литературы; - критически оценивать свои достоинства и недостатки; - понимать мнение и позицию людей; - видеть в «другом» полноценную равно-достоиную личность и понимать ее отличительные характеристики как проявление ее индивидуальности и неповторимости; - объективно воспринимать и оценивать людей и преодолевать барьеры	- навыками совершенствования собственной деятельности на основе самооценки для выстраивания траектории взаимодействия с другими; - культурой общения.

	идентичности, саморегуляции, путях повышения самооценки.	в общении.	
Код компетенции	УК-2		
	- правила отбора в тренинговые группы; - основные принципы и правила работы тренинговых групп.	- диагностировать психические функции, состояния, свойства и структуру личности и интеллекта, психологических проблем, конфликтов, способов адаптации, личностных ресурсов, межличностных отношений и других психологических феноменов с использованием соответствующих методов клинико-психологического и экспериментально-психологического исследования; - самостоятельно составлять программу психологических тренингов.	- навыками проведения психологического вмешательства с использованием индивидуальных, групповых и семейных методов; - навыками проведения тренинговых занятий.
Код компетенции	ПК-5		
	- специфику и стратегии психотерапевтического взаимодействия на практике; - виды психологического тренинга; - принципы разработки программ психологического вмешательства с учетом индивидуально-психологических характеристик в рамках психологического тренинга.	- применять адекватные методы и приемы проведения психологического тренинга, характерные для разных групп клиентов - использовать дифференцированный подход к выбору формы консультативной или психотерапевтической помощи; - выявлять и анализировать информацию, необходимую для	- психотерапевтическими приемами и техниками решения широкого спектра психологических проблем в индивидуальной и групповой работе с различными возрастными категориями клиентов; - методом анализа информации, необходимой для определения целей психологического тренинга; - приемами моделирования

		определения целей психологического тренинга; - разрабатывать программы психологического тренинга с учетом характеристик групп.	программ вмешательства с учетом индивидуально-психологических характеристик и характеристик групп.
Код компетенции	ПК-9		
	- виды психологического вмешательства; - психолого-педагогические методы обучения; - виды психологического тренинга.	- выявлять и анализировать информацию, необходимую для определения целей психологического вмешательства; - применять активные психолого-педагогические методы обучения; - разрабатывать программу психологического тренинга.	- методикой и приемами преподавания с применением активных психолого-педагогических методов обучения; - методом анализа информации, необходимой для определения целей психологического вмешательства; - владеть приемами моделирования программ вмешательства с учетом психологических и индивидуально-психологических характеристик.

3.2. Критерии оценки знаний студентов

Шкала оценивания	Индикаторы достижения	Показатели оценивания результатов обучения
ОТЛИЧНО/Зачтено	Знает:	- студент глубоко и всесторонне усвоил материал, уверенно, логично, последовательно и грамотно его излагает, опираясь на знания основной и дополнительной литературы, - на основе системных научных знаний делает квалифицированные выводы и обобщения, свободно оперирует категориями и понятиями.
	Умеет:	- студент умеет самостоятельно и правильно решать учебно-профессиональные задачи или задания, уверенно, логично, последовательно и аргументировано излагать свое решение, используя научные понятия, ссылаясь на нормативную базу.

	Владеет:	- студент владеет рациональными методами (с использованием рациональных методик) решения сложных профессиональных задач, представленных деловыми играми, кейсами и т.д.; При решении продемонстрировал навыки - выделения главного, - связкой теоретических положений с требованиями руководящих документов, - изложения мыслей в логической последовательности, - самостоятельного анализа факты, событий, явлений, процессов в их взаимосвязи и диалектическом развитии.
ХОРОШО/Зачтено	Знает:	- студент твердо усвоил материал, достаточно грамотно его излагает, опираясь на знания основной и дополнительной литературы, - затрудняется в формулировании квалифицированных выводов и обобщений, оперирует категориями и понятиями, но не всегда правильно их верифицирует.
	Умеет:	- студент умеет самостоятельно и в основном правильно решать учебно-профессиональные задачи или задания, уверенно, логично, последовательно и аргументировано излагать свое решение, не в полной мере используя научные понятия и ссылки на нормативную базу.
	Владеет:	- студент в целом владеет рациональными методами решения сложных профессиональных задач, представленных деловыми играми, кейсами и т.д.; При решении смог продемонстрировать достаточность, но не глубинность навыков - выделения главного, - изложения мыслей в логической последовательности. - связки теоретических положений с требованиями руководящих документов, - самостоятельного анализа факты, событий, явлений, процессов в их взаимосвязи и диалектическом развитии.
УДОВЛЕТВОРИТЕЛЬНО/Зачтено	Знает:	- студент ориентируется в материале, однако затрудняется в его изложении; - показывает недостаточность знаний основной и дополнительной литературы; - слабо аргументирует научные положения; - практически не способен сформулировать выводы и обобщения; - частично владеет системой понятий.
	Умеет:	- студент в основном умеет решить учебно-профессиональную задачу или задание, но допускает ошибки, слабо аргументирует свое решение, недостаточно использует научные понятия и руководящие документы.
	Владеет:	- студент владеет некоторыми рациональными методами решения сложных профессиональных задач, представленных деловыми играми, кейсами и т.д.; При решении продемонстрировал недостаточность навыков - выделения главного, - изложения мыслей в логической последовательности.

		- связи теоретических положений с требованиями руководящих документов, - самостоятельного анализа факты, событий, явлений, процессов в их взаимосвязи и диалектическом развитии.
НЕУДОВЛЕТВОРИТЕЛЬНО/Не зачтено	Знает:	- студент не усвоил значительной части материала; - не может аргументировать научные положения; - не формулирует квалифицированных выводов и обобщений; - не владеет системой понятий.
	Умеет:	студент не показал умение решать учебно-профессиональную задачу или задание.
	Владеет:	не выполнены требования, предъявляемые к навыкам, оцениваемым “удовлетворительно”.

При ответе на вопросы в рамках прохождения промежуточной аттестации (зачет/ зачет с оценкой/ экзамен) допускается вольная формулировка ответа, по смыслу раскрывающая содержание ответа, указанного в фонде оценочных средств, в качестве верного ответа.

4. Типовые контрольные задания (закрытого, открытого и иного типа) для проведения промежуточной аттестации, необходимые для оценки достижения компетенции, соотнесенной с результатами обучения по дисциплине

ТЕСТИРОВАНИЕ

4 СЕМЕСТР

УК-1

1. Как можно определить психологический тренинг?

а) Специальная программа, направленная на развитие психологических умений и навыков

б) Техника психотерапии, основанная на групповой динамике

в) Инструкция для профессионального психолога

г) Опыт моделирования психологических ситуаций

Ответ: **а) Специальная программа, направленная на развитие психологических умений и навыков**

2. Что является основной целью психологического тренинга?

а) Избавление от психологических проблем

б) Улучшение коммуникационных навыков

в) Развитие самосознания и самопознания

г) Изучение психологической теории

Ответ: в) **Развитие самосознания и самопознания**

3. Какие методы могут использоваться в психологическом тренинге?

а) Психоанализ

б) Гипноз

в) Ролевые игры

г) Применение лекарственных средств

Ответ: в) **Ролевые игры**

4. Как можно охарактеризовать психологический тренинг?

а) Курс самосовершенствования

б) Только работа в индивидуальной психотерапии

в) Метод решения конфликтов

г) Мера душевного комфорта

Ответ: а) **Курс самосовершенствования**

5. Какое из следующих утверждений лучше всего описывает психологический тренинг?

а) Специальная методика, разработанная для развития физических способностей и силы

б) Групповая работа, направленная на развитие психологических навыков и понимания себя

в) Компьютерные программы, используемые в диагностике и лечении психологических расстройств

г) Физические упражнения для улучшения эмоционального состояния

Ответ: б) **Групповая работа, направленная на развитие психологических навыков и понимания себя**

6. С помощью какого метода идет воздействие на психику человека с целью формирования стереотипов поведения?

Ответ: **Психологическое программирование**

7. Под каким методом понимается целенаправленное, неаргументированное воздействие, основанное на некритическом восприятии информации?

Ответ: **Внушение**

8. В каком из уровней анализа структуры общения общение рассматривается как сменяющаяся совокупность целенаправленных логически завершаемых контактов или ситуаций взаимодействия?

Ответ: **Мезауровень.**

9. Оптико-кинетическая система, включающая в себя жесты, мимику, пантомиму - это...

Ответ: **Кинетика.**

10. Что понимается под термином «социально-психологический тренинг»?

а) «Практика» психологического воздействия, основанная на методах активного социально-психологического обучения;

б) Особый вид социальной деятельности, направленный на передачу от старших поколений к младшим, накопленных человечеством, культурой и опытом;

- с) Формирование у людей определённых устойчивых взглядов на окружающую действительность и жизнь.

Ответ: а) **«Практика» психологического воздействия, основанная на методах активного социально-психологического обучения.**

11. На что направлены тренинги личностного роста?

- а) На формирование коммуникативных умений, адекватных различным ситуациям межличностного и делового общения;
б) Для решения разного рода психологических проблем, осознаваемых и формулируемых людьми, которые приходят в группу тренинга;
с) **На развитие самосознания личности, самопонимания.**

Ответ: с) **На развитие самосознания личности, самопонимания.**

12. В чем заключается основная цель психологического тренинга?

- а) Устранение всех психологических проблем и нарушений
б) **Помощь людям стать успешнее и счастливее в жизни**
в) Освобождение от психических расстройств и депрессии
г) Психическое и физическое восстановление после стресса

Ответ: б) **Помощь людям стать успешнее и счастливее в жизни**

13. Как можно охарактеризовать психологический тренинг?

- а) **Процесс развития психологических навыков и роста личности**
б) Метод лечения психических заболеваний и расстройств
в) Физические упражнения для поддержания психического здоровья
г) Участие в психологических экспериментах

Ответ: а) **Процесс развития психологических навыков и роста личности**

14. Какая из следующих функций является основной функцией тренинга?

- а) Диагностическая функция
б) **Преобразующая функция**
в) Корректирующая функция
г) Профилактическая функция
д) Адаптационная функция

Ответ: б) **Преобразующая функция**

15. Какую функцию выполняет тренинг, помогая людям адаптироваться к новым условиям?

- а) Диагностическая функция
б) Преобразующая функция
в) Корректирующая функция
г) Профилактическая функция
д) **Адаптационная функция**

Ответ: д) **Адаптационная функция**

16. Задание на соответствие. Сопоставьте подходы

1	Постановка целей должна быть конкретной, измеримой и достижимой.	А	SMART-цели
---	--	---	------------

2	2) Перед выполнением задачи полезно представить себя достигшим цели.	Б	Визуализация
3	Глубокое дыхание и расслабление снижают напряжение и улучшают концентрацию.	В	Техники глубокого дыхания и расслабления

Заполните соответствующие буквы под цифрами:

1	2	3
----------	----------	----------

Ответ: 1-Б,2-А,3-В

4 СЕМЕСТР УК-2

1. Самостоятельно разработанный и реализованный в практической деятельности продукт, причём в проект входят все этапы создания продукта – от идеи до её конечного воплощения, называется ...

Ответ: Творческим проектом

2. Кем были разработаны типы работ и основные шаги в проектировании? В ответе напишите только фамилию в соответствующем падеже.

Ответ: Слободчиковым;

3. При каком типе дискуссий группа анализирует трудности личной или профессиональной жизни отдельного участника?

- а) Профессионально-личностная ориентация**
- б) Тематическая ориентация
- с) Ориентация на взаимодействие

Ответ: а) Профессионально-личностная ориентация

4. На развитие каких способностей направлен тренинг сензитивности?

- а) Аналитико-синтетических;
- б) Адекватного и полного познания себя, других людей и отношений;**
- с) Интеллектуальных;
- д) Внимания;

Ответ: б) Адекватного и полного познания себя, других людей и отношений

5. Относит тренинг к методам group-counseling (группового консультирования), описывая их как активное групповое обучение навыкам общения и жизни в обществе вообще: от обучения профессионально полезным навыкам до адаптации к новой социальной роли с соответствующей коррекцией Я-концепции и самооценки? В ответе напишите только фамилию.

Ответ: Парыгин

6. Какую функцию выполняет тренинг, помогая предотвратить возникновение психологических проблем?

Ответ: Профилактическая функция

7. Какая из следующих функций тренинга помогает определить индивидуальные особенности и проблемы участников?

Ответ: **Диагностическая функция**

8. Какую функцию выполняет тренинг, способствуя изменению негативных убеждений и навыков участников?

а) Диагностическая функция

б) Преобразующая функция

в) Корректирующая функция

г) Профилактическая функция

д) Адаптационная функция

Ответ: а) **Преобразующая функция**

9. Какую функцию выполняет тренинг, направленный на решение психологических проблем и разработку стратегий их преодоления?

а) Диагностическая функция

б) Преобразующая функция

в) Корректирующая функция

г) Профилактическая функция

д) Адаптационная функция

Ответ: в) **Корректирующая функция**

10. Какой из нижеперечисленных видов психологического тренинга направлен на развитие коммуникационных навыков и улучшение взаимодействия с другими людьми?

а) Тренинг лидерства

б) Тренинг управления стрессом

в) Тренинг социальных навыков

г) Тренинг самооценки

Ответ: в) **Тренинг социальных навыков**

11. Какой из нижеперечисленных видов психологического тренинга ориентирован на развитие навыков эффективного руководства?

а) Тренинг лидерства

б) Тренинг управления стрессом

в) Тренинг социальных навыков

г) Тренинг самооценки

Ответ: а) **Тренинг лидерства**

12. Каким образом тренинг отличается от психотерапии?

а) Тренинг ориентирован на развитие навыков и повышение эффективности, в то время как психотерапия фокусируется на лечении психологических проблем и раскрытии эмоциональных блоков.

б) Тренинг и психотерапия основаны на одинаковых методах и подходах, только различаются по временным рамкам проведения.

в) Тренинг и психотерапия в значительной степени неразличимы и могут использоваться взаимозаменяемо.

г) Одно из отличий заключается в том, что тренинг проводится коллективно, а психотерапия - индивидуально.

Ответ: а) **Тренинг ориентирован на развитие навыков и повышение эффективности, в то время как психотерапия фокусируется на лечении психологических проблем и раскрытии эмоциональных блоков**

13. Какие виды психологического тренинга существуют?

а) Тренинг лидерства, тренинг социальных навыков, тренинг управления эмоциями, тренинг самооценки.

б) Тренинг личностного роста, тренинг работы с травмами, тренинг решения конфликтов, тренинг приобщения к культуре.

в) Тренинг физической активности, тренинг релаксации, тренинг памяти и внимания, тренинг медитации.

г) Тренинг спортивных достижений, тренинг развития креативности, тренинг финансовой грамотности, тренинг межличностной коммуникации.

Ответ: **а) Тренинг лидерства, тренинг социальных навыков, тренинг управления эмоциями, тренинг самооценки.**

14. Кратко опишите тренинг лидерства.

а) Тренинг, направленный на развитие навыков эффективного руководства, формирование лидерских качеств и управления коллективом.

б) Тренинг, основанный на работе с индивидуальными психологическими проблемами и поиске внутренних ресурсов.

в) Тренинг, осуществляемый с целью улучшения межличностных отношений и развития навыков эмоционального интеллекта.

г) Тренинг, направленный на развитие навыков саморегуляции и управления эмоциональным стрессом.

Ответ: **а) Тренинг, направленный на развитие навыков эффективного руководства, формирование лидерских качеств и управления коллективом.**

15. Что основным образом изучается в тренинге социальных навыков?

а) Разработка стратегий работы с травмами и конфликтами, развитие навыков урегулирования межличностных противоречий.

б) Работа с эмоциональными состояниями и стрессом, развитие эмпатии и эмоционального интеллекта.

в) Формирование положительной самооценки и уверенности в себе, развитие навыков саморегуляции и принятия решений.

г) Развитие навыков эффективной коммуникации, умения слушать и выражать свои мысли, установление и поддержание психологической связи с другими людьми.

Ответ: **г) Развитие навыков эффективной коммуникации, умения слушать и выражать свои мысли, установление и поддержание психологической связи с другими людьми.**

16. Установите соответствие между фазой психологического тренинга и ее целью.

1) Фаза лабилизации	А) Установление благоприятного психологического климата в группе
2) Фаза разогрева	Б) Отработка и овладение навыками, которые помогут объединить группу, развить умение взаимодействовать в команде, находить общее между участниками
3) Завершающая фаза	В) Формирование активного рабочего настроения, диагностика психологической атмосферы в группе
4) Фаза обучения	Г) Подведение итогов, снятие напряжения

Ответ: **1-Б, 2-А, 3-В, 4-Г**

4 СЕМЕСТР ПК-5

1: Понятия: «отношение фигуры и фона» и «осознание чувств и сосредоточенность на настоящем» являются основой:

Ответ: **гештальтпсихологии**

2: В основе гештальттерапии не лежит:

- a) психоанализ
- b) бихевиоризм
- c) экзистенциализм**
- d) гуманистическая психология

Ответ: c) **экзистенциализм**

3: В систему функций гештальтгрупп не входит

- a) группа как источник получения поддержки
- b) группа как средство исправления участника**
- c) группа как возможность осознания своего опыта в рамках принципа «здесь и теперь»
- d) группа как основа получения переживаний в настоящий момент

Ответ: b) **группа как средство исправления участника**

4: В систему функций гештальтгрупп входят следующие две

- a) группа как драматизирующий фактор в работе с индивидом**
- b) группа как раздражитель
- c) группа как динамический процесс**
- d) группа как средство социального контроля

Ответ: a) **группа как драматизирующий фактор в работе с индивидом**

c) **группа как динамический процесс**

5: В совокупность основных понятий теории гештальтгрупп не входит

- a) фигура и фон
- b) ролевые игры**
- c) осознание

Ответ: b) **ролевые игры**

6: В совокупность основных понятий теории гештальтгрупп не входит

- a) противоположности
- b) мышечная броня**
- c) функции защиты
- d) зрелость

Ответ: b) **мышечная броня**

7: В совокупность основных понятий теории гештальтгрупп не входит

- a) фигура и фон
- b) сублимация**
- c) сопротивление
- d) зрелость

Ответ: b) **сублимация**

8: В систему функций защиты в теории гештальтгрупп входит следующая

- a) регрессия

б) слияние

с) отреагирование

Ответ: б) **слияние**

9. Какие правила использования обратной связи рекомендуется следовать в группе?

а) Давать критику напрямую и без уточнений

б) Затягивать обсуждение и не давать конструктивной информации

в) Быть спокойным и объективным при передаче обратной связи

г) Использовать обратную связь только для личных целей

Ответ: в) **Быть спокойным и объективным при передаче обратной связи**

10. Какую роль играет обратная связь в групповой динамике?

а) Усиление конфликтов и разногласий

б) Создание атмосферы напряженности и стресса

в) Повышение эффективности коммуникации и улучшение взаимодействия

г) Изоляция участников группы друг от друга

Ответ: в) **Повышение эффективности коммуникации и улучшение взаимодействия**

11. Когда рекомендуется использовать обратную связь в группе?

а) Только в случае критических ситуаций

б) Постоянно и в любой момент

в) Только при получении положительных результатов

г) При необходимости корректировки деятельности или улучшения процессов

Ответ: г) **При необходимости корректировки деятельности или улучшения процессов**

12. Чему посвящен этап "Введение" в психологическом тренинге?

а) Анализ проблем и целей участников тренинга

б) Развитию навыков коммуникации и взаимодействия

в) Подготовке участников к активной работе и участию

г) Заключительной оценке и обратной связи

Ответ: в) **Подготовке участников к активной работе и участию**

13. Чему посвящен этап "Заключение" в психологическом тренинге?

а) Знакомству с тренером и другими участниками

б) Введению в основные темы и задачи тренинга

в) Рефлексии, обсуждению и обратной связи

г) Активной практике и выполнению упражнений

Ответ: в) **Рефлексии, обсуждению и обратной связи**

14. Что является основой гуманистического направления в психологическом тренинге?

а) Осознание необходимости контроля и наказания

б) Поддержка индивидуального выигрыша и успеха

в) Установление и поддержание положительных межличностных отношений

г) Анализ и исправление негативных привычек и поведенческих шаблонов\

Ответ: в) **Установление и поддержание положительных межличностных отношений**

15. Какая роль нераспределенной коммуникации играет в гуманистическом психологическом тренинге?

а) Рабство участников и контроль со стороны тренера

б) Обеспечение конфиденциальности и безопасности обсуждения

в) Соревнование и стимуляция для достижения лучших результатов

г) Ограничение свободного общения и самовыражения участников

Ответ: б) **Обеспечение конфиденциальности и безопасности обсуждения**

16. Установите соответствие между групповыми методами психологического тренинга и их характеристиками.

1) Групповая дискуссия	А) Действие является специально организованным обсуждением, рефлексией происходящего и подразумевает процесс, обратный инструктажу
2) Психодрама	Б) Человек судит о своём мире с помощью понятийных систем или моделей (конструкторов), которые он создаёт и затем пытается приспособить к объективной действительности
3) Дебрифинг	В) Свободный вербальный обмен знаниями и мнениями между участниками групп
4) Методы фиксированных ролей	Г) Разыгрывание участниками ролей в моделируемых жизненных

Ответ: 1-Б, 2-А, 3-В, 4-Г

16. Оптико-кинетическая система, включающая в себя жесты, мимику, пантомиму - это...

Ответ: **Кинетика**

17. Когда появились и отработывались принципы проведения социально-психологического тренинга?

Ответ: **В середине 50-х – начале 60-х гг. XX века.**

18. С чьим именем связаны первые исследования по групповой дискуссии? В ответе напишите только фамилию.

Ответ: **Пиаже**

19. Когда состоялась первая деловая игра в нашей стране?

Ответ: в **1936г.**;

20. Гештальттеория утверждает, что индивид функционирует на основе принципа

Ответ: **саморегуляции**

4 СЕМЕСТР ПК-9

1. Какая из следующих областей "Окна Джогарри" описывает то, как видим себя сами, но как нас видят другие люди?

Ответ: **Слепая область**

2. Эта теория включает в себя расширение сознания, интеграцию противоположностей, усиление внимания к чувствам

Ответ: **гештальттерапия Ф. Перлза**

3. Работа с фантазией, принятие ответственности на себя, преодоление сопротивления – это элементы теории:

Ответ: гештальттерапии Ф. Перлза

4. Основными компонентами техники гештальттерапии не являются

- a) расширения сознания
- b) катарсис**
- c) интеграции противоположностей
- d) усиления внимания к чувствам

Ответ: b) катарсис

5. Основными компонентами техники гештальттерапии не являются

- a) работа с мечтами (фантазиями)
- b) дезидентификации (разотождествления) личности**

Ответ: b) дезидентификации (разотождествления) личности

6. Содержанием понятия «гештальт» в концепции Ф. Перлза не является

- a) наиболее важные и значительные события, занимающие в сознание человека центральное место
- b) менее важная в данный момент информация, отступающая на задний план**
- c) отреагированная или неотреагированная потребность

Ответ: b) менее важная в данный момент информация, отступающая на задний план

7. Гештальттеория утверждает, что индивид функционирует на основе принципа

- a) самосохранения
- b) самозащиты
- c) саморегуляции**
- d) социального контроля

Ответ: c) саморегуляции

8. Установите соотношение

1	Практикуйте внимание к настоящему моменту без оценки происходящего.	А	Осознанность
2	Систематически организуйте время и расстановку приоритетов.	Б	Планирование времени и приоритетов
3	Негативные убеждения можно переработать	В	Рефрейминг

Заполните соответствующие буквы под цифрами:

1	2	3
---	---	---

Ответ: 1-Б, 2-А, 3-В

9. Установите соотношение

1	Обмен опытом в группе и взаимная поддержка способствуют обучению.	А	Групповая динамика и поддержка
---	---	----------	--------------------------------

2	Навыки лучше закрепляются через повторение и формирование привычек.	Б	Привязка к привычке / повторение навыков
---	---	---	--

Заполните соответствующие буквы под цифрами:

1	2
---	---

Ответ: 1-Б,2-А,

10.Как звали основателя Балинтовских групп?

Ответ: **Михаил**

11.Какая из следующих задач не является целью Балинтовских групп?

- а) Расширение знания и понимания психологических аспектов работы с пациентами
- б) Развитие навыков эффективного межличностного взаимодействия
- в) **Изучение истории возникновения психологических методик**
- г) Анализ клинических случаев и обмен опытом

Ответ: в) **Изучение истории возникновения психологических методик**

12.Какие принципы лежат в основе работы Балинтовских групп?

- а) **Конфиденциальность, уважение к личности, равноправие участников**
- б) Конкуренция, оценка, конфликт
- в) Самоутверждение, манипуляция, трансфер
- г) Индивидуализация, обучение, иерархия

Ответ: а) **Конфиденциальность, уважение к личности, равноправие участников**

13.Для какого профессионального сообщества изначально создавались Балинтовские группы?

- а) Инженеры и технические специалисты
- б) Политики и чиновники
- в) **Психологи и психотерапевты**
- г) Ученые и исследователи

Ответ: в) **Психологи и психотерапевты**

14.Какое понятие относится к аспекту "содержание" в психологическом тренинге?

- а) **Методы и техники тренинга**
- б) Личностные особенности участников
- в) Результаты и достижения тренинга
- г) Обратная связь и оценка тренинга

Ответ: а) **Методы и техники тренинга**

15.Что охватывает аспект "процесс" в психологическом тренинге?

- а) **Психологическую атмосферу и эмоциональное состояние участников**
- б) Темы и задания, обсуждаемые на тренинге
- в) Индивидуальные результаты и личная эффективность участников
- г) Уровень удовлетворенности участников от процесса тренинга

Ответ: а) **Психологическую атмосферу и эмоциональное состояние участников**

16.Что означает понятие "активное слушание" в контексте ведения группы?

- а) Отсутствие коммуникации со слушающими
- б) **Пассивное и беспроизводное восприятие информации**

в) Активное взаимодействие с участниками и их идеями

г) Отборочный процесс для выбора наиболее слушающих участников

Ответ: в) **Активное взаимодействие с участниками и их идеями**

17. Какие стадии включает процесс активного слушания?

а) Подготовка, восприятие, декодирование

б) Соотнесение, интерпретация, оценка

в) Сопереживание, отражение, обратная связь

г) Восприятие, анализ, синтез

Ответ: а) **Подготовка, восприятие, декодирование**

17. Что подразумевается под термином "обсуждение" в контексте метода ведения группы?

а) Простое перечисление фактов и информации

б) Обмен мнениями, идеями и опытом между участниками

в) Проведение формального опроса среди участников

г) Дословное повторение высказываний других участников

Ответ: б) **Обмен мнениями, идеями и опытом между участниками**

18. Какие цели преследует метод "шеринг" в групповом тренинге?

а) Установление иерархии среди участников

б) Поддержка активной коммуникации и сотрудничества

в) Указание правильных ответов и решений на задачи

г) Сокращение времени проведения групповых занятий

Ответ: б) **Поддержка активной коммуникации и сотрудничества**

19. Относит тренинг к методам group-counseling (группового консультирования), описывая их как активное групповое обучение навыкам общения и жизни в обществе вообще: от обучения профессионально полезным навыкам до адаптации к новой социальной роли с соответствующей коррекцией Я-концепции и самооценки?

Ответ: **Б.Д. Парыгин**

20. Самостоятельно разработанный и реализованный в практической деятельности продукт, причём в проект входят все этапы создания продукта – от идеи до её конечного воплощения, называется ...

Ответ **Творческий проект;**

21. Когда кто-то из участников проецирует на тренера испытанные им в прежних отношениях с кем-то другим чувства, это называется:

Ответ **Проекция**