

Рабочая программа дисциплины

Социально-психологический тренинг

<i>Направление подготовки</i>	Психология
Код	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	Командная работа и лидерство	УК-3
Универсальные	Коммуникация	УК-4
Профессиональные		ПК-5
Профессиональные		ПК-9

2. Компетенции и индикаторы их достижения

Код компетенции	Формулировка компетенции	Индикаторы достижения компетенции
УК-3	Способен организовывать и руководить работой команды, вырабатывая командную стратегию для достижения поставленной цели	УК-3.1: -подбирает и формирует команду, распределяет обязанности, функции, задачи между ее членами, определяет конкретных исполнителей, руководить их работой, координирует и контролирует работу членов команды. УК-3.3: -вырабатывает командную стратегию для достижения поставленных целей, расставляет приоритеты и изменяет стратегию работы в зависимости от ситуации УК-3.2: -определяет правила командной работы, способы мотивации членов команды с учетом организационных возможностей и личностных особенностей членов команды, стратегию взаимодействия членов команды, устанавливает разные виды коммуникации для руководства командой и достижения поставленной цели, решает конфликтные ситуации, возникшие в ходе работы команды
УК-4	Способен применять современные коммуникативные технологии, в том числе на иностранном(ых) языке(ах), для академического и профессионального взаимодействия	УК-4.1: -применяет современные коммуникативные технологии на русском языке для академического и профессионального взаимодействия УК-4.2: -применяет современные коммуникативные технологии на иностранном языке (языках) для академического и профессионального взаимодействия
ПК-5	Способен оценивать	ПК-5.1:

	эффективность и пути совершенствования консультативной деятельности.	-анализирует возможности и ограничения используемых технологий, методов и средств в процессе психоконсультирования и психотерапии с учетом возрастного и психофизического развития личности, а также культурных и гендерных различий 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-9.1: -владеет методикой организации и проведения различных форм занятий, проведением интерактивных форм занятий с использованием современных средств информационно-коммуникационных технологий (ИКТ) в соответствии с возрастными и психофизическими особенностями обучающихся 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-3		

Код компетенции	УК-4		
	- психологические компоненты коммуникационных процессов в трениговой группе	-применять коммуникативные приемы грамотного реагирования на поведение участников группового тренинга -налаживать обратную связь в тренинге	- основными психологическими приемами построения коммуникационного процесса в рамках психологического тренинга
Код компетенции	ПК-5		
	-правила и особенности составления тренинговых программ; -структурные элементы тренинговых занятий; -критерии эффективности социально-психологического тренинга; -требования к личности тренера как к главному инструменту эффективной работы	-оценивать эффективность применения групповых методов; -анализировать представление о себе как субъекте профессиональной деятельности -расширять, углублять и совершенствовать свой личностный и профессиональный потенциал, осуществлять непрерывные процессы самопознания и саморазвития	-владеть критериями оценки эффективности социально-психологического тренинга; -методиками познания себя и своих индивидуально-психологических особенностей, которые важны для личностного и профессионального роста; -способностью осознанию себя (своей личности) и обдумыванию возможных изменений, актуализации позитивного отношения к себе и более глубокому пониманию других людей
Код компетенции	ПК-9		
	-основные понятия социально-психологического тренинга как вида психологической помощи и как активного психолого-	-структурировать процесс проведения социально-психологического тренинга, -осознанно подходить к выбору	-навыками составления и оформления программы группового социально-психологического

	педагогического метода обучения	методов и средств психологического влияния	тренинга, -навыками анализа тренингового занятия; -навыками проведения отдельных фрагментов социально- психологического тренинга; -технологиями и приемами организации и ведения современных тренингов.
--	------------------------------------	--	---

4. Место дисциплины (модуля) в структуре образовательной программы

Дисциплина «Социально-психологический тренинг» является дисциплиной по выбору части, формируемой участниками образовательных отношений учебного плана ОПОП.

Данная дисциплина взаимосвязана с другими дисциплинами, такими как: «Консультативная психология: теория и практика», «Современные методы и техники психоконсультирования и психотерапии», «Методология и методика психологического тренинга» 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>Формы 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

6.1.1. Очно-заочная форма обучения

№ п/ п	Раздел/тема	Виды учебной работы (в часах)						
		Контактная работа						Самостоятельная работа
		Занятия лекционного типа		Занятия семинарского типа				
		Лекции	Иные учебные занятия	Практические занятия	Семинары	Лабораторные работы	Иные занятия	
1.	Социально-психологический тренинг как метод практической психологии.	2		3				8
2.	Психологические особенности тренинговой группы. Групповая динамика.	2		3				8
3.	Классификация и основные виды тренинговых групп.	2		3				8
4.	Ведущий тренинговой группы.	1		3				8
5.	Эффективная тренинговая программа: правила и особенности составления	1		3				8
6.	Разогревающие техники и игры.	1		3				8
7.	Обратная связь в тренинге: игры и психотехники, направленные на получение обратной связи.	1		2				8
8.	Социальная перцепция в тренинге: игры и психотехники социально-перцептивной направленности.	1		2				8
9.	Интервенционный репертуар ведущего. Работа с затруднениями.	1		2				7,85
	Всего	12		24				71,85
	Промежуточная аттестация	0,15						
	Итого	108						

6.1.3. Очно-заочная форма обучения с применением ДОТ

№ п/ п	Раздел/тема	Виды учебной работы (в часах)						
		Контактная работа						Самос тоятел ьная работа
		Занятия лекционн о типа		Занятия семинарского типа				
		Лекции	Иные учебн ые занят ия	Прак тичес кие занят ия	Сем инар ы	Лабора торны е работ ы	Иные занят ия	
1.	Социально-психологический тренинг как метод практической психологии.	2		3				8
2.	Психологические особенности тренинговой группы. Групповая динамика.	2		3				8
3.	Классификация и основные виды тренинговых групп.	2		3				8
4.	Ведущий тренинговой группы.	1		3				8
5.	Эффективная тренинговая программа: правила и особенности составления	1		3				8
6.	Разогревающие техники и игры.	1		3				8
7.	Обратная связь в тренинге: игры и психотехники, направленные на получение обратной связи.	1		2				8
8.	Социальная перцепция в тренинге: игры и психотехники социально-перцептивной направленности.	1		2				8
9.	Интервенционный репертуар ведущего. Работа с затруднениями.	1		2				7,9
	Промежуточная аттестация	0,1						
	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.	Социально-психологический тренинг как метод практической психологии.	Краткая история развития групповых методов психотерапии и практической психологии. Групповая психотерапия и гипноз. Социально-психологические аспекты групповых методов. Групповые методы в психоанализе и других западных психологических школах. Групповые методы работы психологов и психотерапевтов в России. Современные групповые методы. Соотношение понятий «групповая психотерапия», «групповая психокоррекция» и «групповой тренинг». Общее представление о социально-психологическом тренинге. Основные парадигмы тренинга: дрессуры, репетиторства, наставничества, развития субъектности. Изменения как эффект обучения и развития. Классификация тренингов. Отличия социально-психологического тренинга от бизнес-тренинга
2.	Психологические особенности тренинговой группы. Групповая динамика.	Цели и задачи тренинговой группы. Преимущества групповой формы психологической работы. Групповые нормы. Ролевые позиции в группе. Групповая сплоченность. Гомогенность и гетерогенность тренинговых групп. Качественный и количественный состав тренинговых групп. Этапы развития группы. Две линии группового развития. Идеальная модель развития группы. Стадии развития групп со спонтанной динамикой. Стадии развития групп с управляемой динамикой. Кризисы роста в развитии тренинговой группы
3.	Классификация и основные виды тренинговых групп.	Критерии классификации тренинговых групп. Поведенческий подход. Гештальтподход. Групп - аналитический подход. Трансактный анализ в группе. Психодраматический подход. Телесно-ориентированный подход. НЛП-группы
4.	Ведущий тренинговой группы.	Основные роли ведущего тренинговой группы. Стили руководства группой. Четырехмерная функциональная модель ведения групп. Деятельность ведущего, направленная на группу в целом. Деятельность ведущего, направленная на отдельного члена группы. Имидж тренера. Ответственность тренера за влияние. Ошибки тренера. «Потолок» профессионализма. Предотвращение «выгорания».
5.	Эффективная тренинговая программа: правила и особенности составления	Целеполагание как основа тренинговой программы. Экстернальные и интернальные цели. Критерии составления тренинговой программы. Мотивационная готовность участия в группе.

		Сценарии тренинговых занятий. Тренинг на рынке образовательных услуг. Продажа тренинга: позиционирование товара; подготовка рекламно-мотивационной программы; поиск клиентов
6.	Разогревающие техники и игры.	Атрибуты и значение игры в социально-психологическом тренинге. Классификация игр. Этапы работы с играми. Мотивирующая сила игр. Преимущества и ограничения игр. Значение разогрева в тренинге. Разминка-разогрев. Представление участников. Принцип расстановки посадочных мест для тренинга. Игры и психотехники. Знакомство. Комплимент. Надувная кукла. Спутанные цепочки. Встреча взглядами. Коллективный счет. Выбор траектории
7.	Обратная связь в тренинге: игры и психотехники, направленные на получение обратной связи.	Феномен обратной связи и его значение в групповой работе. Навыки обратной связи. Виды обратной связи. Игры и психотехники. Мой портрет глазами группы. Первая проба на роль. Дискуссия в ролях друг друга. Ответы за другого. Молчащее и говорящее зеркало. Рекламный ролик. Самосуд. Стул откровений.
8.	Социальная перцепция в тренинге: игры и психотехники социально-перцептивной направленности.	Феномен социальной перцепции и его значение в групповой работе. Игры и психотехники. Я знаю, что тебе приснилось. Зубы дареного коня. Личный герб и девиз. Белые маги – черные маги. Шахматы.
9.	Интервенционный репертуар ведущего. Работа с затруднениями.	Коммуникация как психологический феномен. Тренинг коммуникативных умений. Игры и психотехники. Катастрофа в пустыне. Ищу друга. Альтернатива. Короткие неструктурированные интервенции. Техники структурированных интервенций. Барьеры и блокады в групповой работе. Процедуры, стимулирующие работу группы и восстанавливающие рабочую атмосферу. Исследование проекций. Ликвидация соперничества.

6.2.2. Содержание практических занятий

№ п/п	Наименование темы (раздела) дисциплины	Содержание практического занятия
1.	Социально-психологический тренинг как метод практической психологии.	1. Краткая история развития групповых методов психотерапии и практической психологии. 2. Групповая психотерапия и гипноз. 3. Социально-психологические аспекты групповых методов. 4. Групповые методы в психоанализе и других западных психологических школах

2.	Психологические особенности тренинговой группы. Групповая динамика.	1. Цели и задачи тренинговой группы. 2. Преимущества групповой формы психологической работы. 3. Групповые нормы. 4. Ролевые позиции в группе. 5. Групповая сплоченность. Гомогенность и гетерогенность тренинговых групп. Качественный и количественный состав тренинговых групп.
3.	Классификация и основные виды тренинговых групп.	1. Критерии классификации тренинговых групп. 2. Поведенческий подход. 3. Гештальтподход. Групп аналитический подход.
4.	Ведущий тренинговой группы.	1. Основные роли ведущего тренинговой группы. 2. Стили руководства группой. 3. Четырехмерная функциональная модель ведения групп.
5.	Эффективная тренинговая программа: правила и особенности составления	1. Целеполагание как основа тренинговой программы. 2. Экстернальные и интернальные цели. 3. Критерии составления тренинговой программы. 4. Мотивационная готовность участия в группе. 5. Сценарии тренинговых занятий.
6.	Разогревающие техники и игры.	1. Атрибуты и значение игры в социально-психологическом тренинге. Классификация игр. 2. Этапы работы с играми. Мотивирующая сила игр. 3. Преимущества и ограничения игр.
7.	Обратная связь в тренинге: игры и психотехники, направленные на получение обратной связи.	1. Феномен обратной связи и его значение в групповой работе. Навыки обратной связи. 2. Виды обратной связи.
8.	Социальная перцепция в тренинге: игры и психотехники социально-перцептивной направленности.	1. Феномен социальной перцепции и его значение в групповой работе. 2. Игры и психотехники. Я знаю, что тебе приснилось. Зубы дареного коня. Личный герб и девиз. Белые маги – черные маги. Шахматы.
9.	Интервенционный репертуар ведущего. Работа с затруднениями.	1. Коммуникация как психологический феномен. 2. Тренинг коммуникативных умений. 3. Игры и психотехники. Катастрофа в пустыне. Ищущ друга. Альтернатива

6.2.3. Содержание самостоятельной работы

№ п/п	Наименование темы (раздела) дисциплины	Содержание самостоятельной работы
	Социально-	Краткая история развития

1.	психологический тренинг как метод практической психологии.	Общее представление о социально-психологическом тренинге. Основные парадигмы тренинга: дрессуры, репетиторства, наставничества, развития субъектности. Изменения как эффект обучения и развития. Классификация тренингов. Отличия социально-психологического тренинга от бизнес - тренинга.
2.	Психологические особенности тренинговой группы. Групповая динамика.	Этапы развития группы. Две линии группового развития. Идеальная модель развития группы. Стадии развития групп со спонтанной динамикой. Стадии развития групп с управляемой динамикой. Кризисы роста в развитии тренинговой группы.
3.	Классификация и основные виды тренинговых групп.	Групп - аналитический подход. Трансактный анализ в группе. Психодраматический подход. Телесно-ориентированный подход. НЛП-группы.
4.	Ведущий тренинговой группы.	Деятельность ведущего, направленная на группу в целом. Деятельность ведущего, направленная на отдельного члена группы. Имидж тренера. Ответственность тренера за влияние. Ошибки тренера. «Потолок» профессионализма. Предотвращение «выгорания».
5.	Эффективная тренинговая программа: правила и особенности составления	Тренинг на рынке образовательных услуг. Продажа тренинга: позиционирование товара; подготовка рекламно-мотивационной программы; поиск клиентов.
6.	Разогревающие техники и игры.	Значение разогрева в тренинге. Разминка-разогрев. Представление участников. Принцип расстановки посадочных мест для тренинга. Игры и психотехники. Знакомство. Compliment. Надувная кукла. Спутанные цепочки. Встреча взглядами. Коллективный счет. Выбор траектории.
7.	Обратная связь в тренинге: игры и психотехники, направленные на получение обратной связи.	Игры и психотехники. Мой портрет глазами группы. Первая проба на роль. Дискуссия в ролях друг друга. Ответы за другого. Молчащее и говорящее зеркало. Рекламный ролик. Самосуд. Стул откровений.
8.	Социальная перцепция в тренинге: игры и психотехники социально-перцептивной направленности.	Игры и психотехники. Я знаю, что тебе приснилось. Зубы дареного коня. Личный герб и девиз. Белые маги – черные маги. Шахматы.
9.	Интервенционный репертуар ведущего. Работа с затруднениями.	Барьеры и блокады в групповой работе. Процедуры, стимулирующие работу группы и восстанавливающие рабочую атмосферу. Исследование проекций. Ликвидация соперничества.

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.	Социально-психологический тренинг как метод практической психологии.	Комплексное проблемно-аналитическое задание, исследовательский проект, информационный проект, дискуссионные процедуры Реализация программы с применением ДОТ: Тестирование, ситуационные задачи, проблемные задачи
2.	Психологические особенности тренинговой группы. Групповая динамика.	Опрос, решение ситуационной, проблемной задачи (кейс-измерители), комплексное проблемно-аналитическое задание Реализация программы с применением ДОТ: Тестирование, ситуационные задачи, проблемные задачи
3.	Классификация и основные виды тренинговых групп.	Творческие задания, исследовательский проект, дискуссионные процедуры, типовые вопросы к письменному опросу (контрольной работе) Реализация программы с применением ДОТ: Тестирование, ситуационные задачи, проблемные задачи
4.	Ведущий тренинговой группы.	Опрос, интерактивные задания, дискуссионные процедуры, типовые задания к интерактивным занятиям, Реализация программы с применением ДОТ: Тестирование, ситуационные задачи, проблемные задачи
5.	Эффективная тренинговая программа: правила и особенности составления	Опрос, творческие задания, решение ситуационной задачи, комплексное проблемно-аналитическое задание Реализация программы с применением ДОТ: Тестирование, ситуационные задачи, проблемные задачи
6.	Разогревающие техники и игры.	Решение ситуационной, проблемной задачи (кейс-измерители), интерактивные задания, Реализация программы с применением ДОТ: Тестирование, ситуационные задачи, проблемные задачи
7.	Обратная связь в тренинге: игры и психотехники, направленные на получение обратной связи.	Комплексное проблемно-аналитическое задание, исследовательский проект, информационный проект, дискуссионные процедуры Реализация программы с применением ДОТ: Тестирование, ситуационные задачи, проблемные задачи
8.	Социальная перцепция в тренинге: игры и психотехники социально-перцептивной направленности.	Опрос, решение ситуационной, проблемной задачи (кейс-измерители), комплексное проблемно-аналитическое задание Реализация программы с применением ДОТ: Тестирование, ситуационные задачи, проблемные задачи
9.	Интервенционный репертуар ведущего. Работа	Информационный проект, дискуссионные процедуры

	с затруднениями.	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 литература

1. Лопес, Е. Г. Методические аспекты проведения социально-психологического тренинга : учебно-методическое пособие / Е. Г. Лопес, М. А. Реньш, А. А. Шаров. — Москва : Ай Пи Ар Медиа, 2024. — 246 с. — ISBN 978-5-4497-3130-2. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/140600.html>
2. Марасанов Г.И. Социально-психологический тренинг / Марасанов Г.И.. — Москва : Когито-Центр, 2019. — 251 с. — ISBN 5-89353-042-X. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/88390.html>

8.2 Дополнительная литература

1. Тренинг публичных выступлений : учебник / Е. В. Камнева, Ж. В. Коробанова, М. В. Полевая [и др.] ; под редакцией Е. В. Камневой, М. В. Полевой, Ж. В. Коробановой. — Москва : Прометей, 2018. — 206 с. — ISBN 978-5-907003-88-0. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/94554.html>
2. 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>

8.3. Перечень периодических изданий

1. Вестник Московского городского педагогического университета. Серия Педагогика и психология / : Московский городской педагогический университет ; учредитель и издатель Московский городской педагогический университет. — 2021 — . — Москва, 2021 — . — 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. — 2021 — . — Москва, 2021 — . — Выходит 6 раз в год. — ISSN 0137-0936. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/56877.html>
3. Вестник Пермского университета. Серия Философия. Психология. Социология / : Пермский государственный национальный исследовательский университет ; учредитель и издатель Пермский государственный национальный исследовательский университет. — 2021 — . — Пермь, 2021 — . — Ежекв. — ISSN 2078-7898. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/14220.html>
4. Вестник Российского нового университета. Серия Проблемы социально-гуманитарных и психологических наук / : Российский новый университет ; учредитель и издатель РосНоу. — 2022 — . — Москва, 2022 — . — Ежекв. — ISSN 1998-4618. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/21398.html>
5. Вестник Российского университета дружбы народов. Серия Психология и педагогика / : Российский университет дружбы народов ; учредитель и издатель Российский

университет дружбы народов. – 2018 – . – Москва, 2018 – . – Ежекв. – ISSN 2313-1683. – URL: <http://www.iprbookshop.ru/32606.html>

6. Вестник Томского государственного педагогического университета. Серия Психология / : Томский государственный педагогический университет ; учредитель и издатель Томский государственный педагогический университет. – 2022 – . – Томск, 2022 – . – Ежемес. – ISSN 1609–624X. – URL: <http://www.iprbookshop.ru/12073.html>

7. Международный журнал психологии и педагогики служебной деятельности / : ООО ЮНИТИ-ДАНА ; учредитель и издатель ЮНИТИ-ДАНА. – 2016 – . – Москва, 2016 – . – Ежекв. – ISSN 2346-8351. – URL: <http://www.iprbookshop.ru/59949.html>

8. Национальный психологический журнал / : Московский государственный университет имени М.В. Ломоносова ; учредитель и издатель Московский государственный университет имени М.В. Ломоносова. – 2022 – . – Москва, 2022 – . – Ежекв. – ISSN 2079-6617. – URL: <http://www.iprbookshop.ru/27429.html>

9. Педагогика и психология образования / : Московский педагогический государственный университет ; учредитель и издатель Московский педагогический государственный университет. – 2023 – . – Москва, 2023 – . – Ежекв. – ISSN 2500-297X. – URL: <http://www.iprbookshop.ru/70186.html>

10. Психология обучения / : Современная гуманитарная академия ; учредитель и издатель Современная гуманитарная академия. – 2018 – . – Москва, 1999 – . – Ежемес. – ISSN 1561-2457. – URL: <http://www.iprbookshop.ru/48098.html>

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

1. Федеральный портал «Российское образование» : сайт. – Москва, 2000 – . – URL: <http://www.edu.ru/>

2. Федеральное хранилище «Единая коллекция цифровых образовательных ресурсов» : сайт. – Москва, 2006 – . – URL: <http://school-collection.edu.ru/>

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

4. Электронная библиотека Гумер : сайт – Москва, 2006. – . – URL: https://www.gumer.info/bibliotek_Buks/

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.

При реализации программы с применением ДОТ:

Все виды занятий проводятся в форме онлайн-вебинаров с использованием современных компьютерных технологий (наличие презентации и форума для обсуждения).

В процессе изучения дисциплины студенты выполняют практические задания и промежуточные тесты. Консультирование по изучаемым темам проводится в онлайн-режиме во время проведения вебинаров и на форуме для консультаций.

Самостоятельная работа студентов складывается из следующих составляющих:

1. работа с основной и дополнительной литературой, с материалами интернета и конспектами лекций;

2. внеаудиторная подготовка к контрольным работам, выполнение докладов, рефератов и курсовых работ;

3. выполнение самостоятельных практических работ;
4. 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:

- Подготовка к экзамену (зачету) должна проводиться систематически, в течение всего семестра.
- Интенсивная подготовка должна начаться не позднее, чем за месяц до экзамена.
- 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 Acrobat Reader DC, Google Chrome, LibreOffice, Skype, Zoom.

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 Acrobat Reader DC, Google Chrome, LibreOffice, Skype, Zoom, Gimp, Paint.net, AnyLogic, Inkscape.

12.2.3 Для студентов, обучающихся с применением ДОТ:

Учебная аудитория для проведения всех видов занятий с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий, в том числе для занятий лекционного типа, семинарского типа; для проведения лабораторных работ, групповых и индивидуальных консультаций; для осуществления текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации; для выполнения курсового проектирования (курсовых работ).

Ауд. 520а (виртуальные учебные аудитории: ауд. 9/1, 9/2, 9/3, 9/4, 9/5, 9/6, Вебинарная 1, Вебинарная 2, Вебинарная 3):

Специализированная мебель:

- столы для преподавателей;

- стулья для преподавателей;

Технические средства обучения:

- компьютеры персональные для преподавателей с выходом в сети Интернет;

- наушники;

- вебкамеры;

- колонки;

- микрофоны;

Ауд. 315 (виртуальные учебные аудитории: ауд. 9/1, 9/2, 9/3, 9/4, 9/5, 9/6, Вебинарная 1, Вебинарная 2, Вебинарная 3)

Специализированная мебель:

- столы для преподавателей;
- стулья для преподавателей;

Технические средства обучения:

- компьютеры персональные для преподавателей с выходом в сети Интернет;
- наушники;
- вебкамеры;
- колонки;
- микрофоны.

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:

- диспут
- анализ проблемных, творческих заданий, ситуационных задач
- ролевая игра;
- круглый стол;
- 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. При обучении учитываются особенности их психофизического развития, индивидуальные возможности и при необходимости обеспечивается коррекция нарушений развития и социальная адаптация указанных лиц.

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**

Социально-психологический тренинг

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

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

Группа компетенций	Категория компетенций	Код
Универсальные	Командная работа и лидерство	УК-3
Универсальные	Коммуникация	УК-4
Профессиональные		ПК-5
Профессиональные		ПК-9

2. Компетенции и индикаторы их достижения

Код компетенции	Формулировка компетенции	Индикаторы достижения компетенции
УК-3	Способен организовывать и руководить работой команды, вырабатывая командную стратегию для достижения поставленной цели	УК-3.1: -подбирает и формирует команду, распределяет обязанности, функции, задачи между ее членами, определяет конкретных исполнителей, руководить их работой, координирует и контролирует работу членов команды. УК-3.3: -вырабатывает командную стратегию для достижения поставленных целей, расставляет приоритеты и изменяет стратегию работы в зависимости от ситуации УК-3.2: -определяет правила командной работы, способы мотивации членов команды с учетом организационных возможностей и личностных особенностей членов команды, стратегию взаимодействия членов команды, устанавливает разные виды коммуникации для руководства командой и достижения поставленной цели, решает конфликтные ситуации, возникшие в ходе работы команды
УК-4	Способен применять современные коммуникативные технологии, в том числе на иностранном(ых) языке(ах), для академического и профессионального взаимодействия	УК-4.1: -применяет современные коммуникативные технологии на русском языке для академического и профессионального взаимодействия УК-4.2: -применяет современные коммуникативные технологии на иностранном языке (языках) для академического и профессионального взаимодействия
ПК-5	Способен оценивать	ПК-5.1:

	эффективность и пути совершенствования консультативной деятельности.	-анализирует возможности и ограничения используемых технологий, методов и средств в процессе психоконсультирования и психотерапии с учетом возрастного и психофизического развития личности, а также культурных и гендерных различий 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-9.1: -владеет методикой организации и проведения различных форм занятий, проведением интерактивных форм занятий с использованием современных средств информационно-коммуникационных технологий (ИКТ) в соответствии с возрастными и психофизическими особенностями обучающихся 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-3		

Код компетенции	УК-4		
	- психологические компоненты коммуникационных процессов в трениговой группе	-применять коммуникативные приемы грамотного реагирования на поведение участников группового тренинга -налаживать обратную связь в тренинге	- основными психологическими приемами построения коммуникационного процесса в рамках психологического тренинга
Код компетенции	ПК-5		
	-правила и особенности составления тренинговых программ; -структурные элементы тренинговых занятий; -критерии эффективности социально-психологического тренинга; -требования к личности тренера как к главному инструменту эффективной работы	-оценивать эффективность применения групповых методов; -анализировать представление о себе как субъекте профессиональной деятельности -расширять, углублять и совершенствовать свой личностный и профессиональный потенциал, осуществлять непрерывные процессы самопознания и саморазвития	-владеть критериями оценки эффективности социально-психологического тренинга; -методиками познания себя и своих индивидуально-психологических особенностей, которые важны для личностного и профессионального роста; -способностью осознанию себя (своей личности) и обдумыванию возможных изменений, актуализации позитивного отношения к себе и более глубокому пониманию других людей
Код компетенции	ПК-9		
	-основные понятия социально-психологического тренинга как вида психологической помощи и как активного психолого-	-структурировать процесс проведения социально-психологического тренинга, -осознанно подходить к выбору	-навыками составления и оформления программы группового социально-психологического

	педагогического метода обучения	методов и средств психологического влияния	тренинга, -навыками анализа тренингового занятия; -навыками проведения отдельных фрагментов социально- психологического тренинга; -технологиями и приемами организации и ведения современных тренингов.
--	------------------------------------	--	---

3.2. Критерии оценки знаний студентов

Шкала оценив ания	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. - связи 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	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-3

1.Какой из нижеперечисленных элементов является неотъемлемой частью социально-психологического тренинга?

- а) Лекции и теоретические занятия
- б) Интерактивные игры и упражнения**
- в) Индивидуальные психотерапевтические сессии
- г) Медитация и йога

Ответы: б) Интерактивные игры и упражнения

2.Что является основной целью психологического тренинга?

Ответ: 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

Ответ: а) **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?

а) Макроуровень.

б) Мезауровень.

с) Микроуровень.

Ответ: б) **Мезауровень.**

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

а) Паралингвистика.

б) Кинетика.

с) Проксимика.

Ответ: б) **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, накопленного 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. В какой целью могут проводиться социально-психологические тренинги?

- а) Для изучения психологических теорий и концепций
- б) Для развития навыков коммуникации и лидерства**
- в) Для диагностики и лечения психических расстройств
- г) Для достижения глубокой медитативной релаксации

Ответ: б) Для развития навыков коммуникации и лидерства

16. К активному слушанию относится:

Ответ: **эмпатия;**

17. Какой метод тренинга способствует развитию навыков управления стрессом и эмоциями?

Ответ: **Программируемый тренинг**

18. Какой метод тренинга направлен на развитие межличностных навыков и коммуникации?

Ответ: **Ролевой тренинг**

4 СЕМЕСТР УК-4

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

- а) Проектной деятельностью;
- б) Творческим проектом;**
- с) Групповой дискуссией.

Ответ: б) **Творческим проектом**

2. Кем были разработаны типы работ и основные шаги в проектировании?

а) **В.И.Слободчиковым;**

б) А.И.Щербаковым;

с) В.И.Смирновым.

Ответ: а) **В.И.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?

а) К.Роджерс

б) Г.А.Ковалев

с) **Б.Д. Парыгин**

Ответ: с) **Б.Д. Парыгин**

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

А) Диагностическая функция

б) Преобразующая функция

в) Корректирующая функция

г) **Профилактическая функция**

д) Адаптационная функция

Ответ: г) **Профилактическая функция**

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

А) **Диагностическая функция**

б) Преобразующая функция

в) Корректирующая функция

г) Профилактическая функция

д) Адаптационная функция

Ответ: а) **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

17. Какой метод используется для генерации большого количества идей и решений за короткое время?

Ответ **Мозговой штурм**

18. Как называется метод, при котором участники наблюдают за действиями других и дают свой анализ происходящего?

Ответ: **Видеоанализ**

19. Как называется правило, согласно которому участник может пропустить упражнение, если он к нему не готов?

Ответ: **Правило "стоп"**

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

4. 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: б) **сублимация**

8. В систему функций защиты в теории гештальтгрупп входят следующая

- а) регрессия
- б) слияние**
- в) 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) Анализу 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?

Ответ: **Рефлексии**

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

17. Что является основным инструментом для оценки эффективности тренинга сразу после его окончания?

Ответ: **Анкета**

18. Какая фаза тренинга направлена на снятие напряжения, знакомство участников и формирование благоприятного группового настроения?

Ответ: **Интродукция**

4 СЕМЕСТР ПК-9

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

- а) **Слепая область**
- б) Область свободы
- в) Публичная область
- г) Открытая область

Ответ: а) **Слепая область**

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

- а) индивидуальная психотерапия А. Адлера
- б) аналитическая психотерапия К. Юнга
- с) **гештальттерапия Ф. Перлза**

Ответ: с) **гештальттерапия Ф. Перлза**

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

- а) индивидуальной психотерапии А. Адлера
- б) **гештальттерапии Ф. Перлза**
- с) аналитической психотерапии К. Юнга
- д) психоанализа З. Фрейда

Ответ: б) **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

Ответ: **саморегуляции**

8.Установите соотношение

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

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

Ответ: **Обмен мнениями**

19. 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**

20. Какой документ является основным руководством для тренера при проведении тренинга, где детально расписан ход занятия?

Ответ: **тайминг**

21. Совокупность процессов и явлений, происходящих в группе на протяжении всего тренинга

Ответ: **групповая динамика**

22. Вводная часть, включающая знакомство, принятие правил и постановку целей занятия

Ответ: **интродукция**