

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«Ростовский государственный экономический университет (РИНХ)»

УТВЕРЖДАЮ
Директор Таганрогского института
имени А. П. Чехова (филиала)
РГЭУ (РИНХ)
_____ С. А. Петрушенко
«20» мая 2025 г.

**Рабочая программа дисциплины
Тренинг личностной эффективности коуча**

Направление подготовки
37.03.01 Психология

Направленность (профиль) программы бакалавриата
37.03.01.02 Психологическое консультирование и коучинг

Для набора 2025 года

Квалификация
Бакалавр

КАФЕДРА психологии**Распределение часов дисциплины по семестрам / курсам**

Семестр (<Курс>.<Семестр на курсе>)	4 (2.2)		Итого	
Неделя	18 1/6			
Вид занятий	УП	РП	УП	РП
Практические	58	58	58	58
Итого ауд.	58	58	58	58
Контактная работа	58	58	58	58
Сам. работа	50	50	50	50
Итого	108	108	108	108

ОСНОВАНИЕ

Учебный план утвержден учёным советом вуза от 28.02.2025 протокол № 9.

Программу составил(и): канд. психол. наук, Доц., Мищенко В.И.

Зав. кафедрой: Холина О. А.

1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

1.1	повышение уровня личностной зрелости студентов, а также их профессиональной компетентности в области применения групповых методов психологического воздействия с целью личностного роста в будущей практической деятельности.
-----	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

2. ТРЕБОВАНИЯ К РЕЗУЛЬТАТАМ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

ОПК-7:	Способен поддерживать уровень профессиональной компетенции, в том числе за счет понимания и готовности работать под супервизией
ОПК-7.1:	Поддерживает уровень профессиональной компетенции, в том числе за счет понимания и готовности работать под супервизией
ОПК-7.2:	Проходит супервизию, анализирует результаты супервизии и уровня профессиональных компетенций
УК-6:	Способен управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни
УК-6.1:	Определяет задачи и реализует траекторию саморазвития в контексте профессиональной деятельности на краткосрочную и долгосрочную перспективы
УК-6.2:	Использует принципы самоорганизации в личностном и профессиональном развитии

В результате освоения дисциплины обучающийся должен:

Знать:

Принципы саморазвития и самоорганизации личности, методы планирования профессионального и личностного роста (соотнесено с индикатором: УК-6.1; УК-6.2).

Роль супервизии в профессиональной деятельности психолога, её функции, формы и значение для поддержания профессиональной компетентности (соотнесено с индикатором: ОПК-7.1; ОПК-7.2).

Уметь:

Определять и реализовывать цели профессионального и личностного развития, планировать траекторию саморазвития (соотнесено с индикатором: УК-6.1; УК-6.2).

Использовать методы самоорганизации и саморегуляции в профессиональной деятельности (соотнесено с индикатором: УК-6.2).

Поддерживать и развивать профессиональную компетентность, использовать супервизию как инструмент профессионального роста (соотнесено с индикатором: ОПК-7.1).

Анализировать результаты супервизии и собственной профессиональной деятельности, корректировать практику (соотнесено с индикатором: ОПК-7.2).

Владеть:

Технологиями саморазвития и профессионального роста, планирования и реализации индивидуальной траектории развития (соотнесено с индикатором: УК-6.1; УК-6.2).

Навыками самоорганизации и саморегуляции, необходимыми для эффективной профессиональной деятельности (соотнесено с индикатором: УК-6.2).

Навыками профессиональной рефлексии и работы под супервизией, анализа собственной деятельности и повышения уровня компетентности (соотнесено с индикатором: ОПК-7.1; ОПК-7.2).

3. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Раздел 1.

№	Наименование темы, краткое содержание	Вид занятия / работы / форма ПА	Семестр / Курс	Количество часов	Компетенции
1.1	Тренинг личностной эффективности коуча как объект и предмет психологической теории и практики. Понятие тренинга. Исторический аспект развития тренинга. Место тренинга в подготовке и переподготовке специалистов помогающих профессий. Классификации тренинговых групп: тренинговые группы различного теоретического основания; тренинговые группы с позиции способов реализации их целей; тренинговые группы психологического просвещения. Процесс группового тренинга. Сущность психологического тренинга. Специфика тренинга личностной эффективности коуча, его отличия от других форм психологического развития.	Практические занятия	4	4	УК-6 ОПК-7 ОПК-7.1 ОПК-7.2 УК-6.1 УК-6.2
1.2	Принципы и правила тренинга личностной эффективности коуча. Сравнительный анализ принципов на основе различных теоретических моделей психологического тренинга. Классификации принципов психологического тренинга с позиции	Практические занятия	4	4	УК-6 ОПК-7 ОПК-7.1 ОПК-7.2

	развития самосознания (И.В. Вачков, Б.М. Мастеров, С.И. Макшанов и др.). Классификация принципов психологического тренинга с позиции развития самосознания специалиста помогающих профессий (Гуттенбуль, Крейга., М.Р. Битянова, Н.В. Самоукина, В.А. Ясвин и др.). Правила и принципы проведения тренинга. Организация тренинга в учебном процессе. Социально-психологическая этика тренинга в учебной группе.				УК-6.1 УК-6.2
1.3	Методические основы тренинга личностной эффективности коуча. Классификация методов с позиции различных теоретических оснований (психоанализ, гештальт-подход, личностно-центрированный, рационально-эмоционально-поведенческий подходы). Основные методы группового психологического тренинга. Игровые методы. Методы арт-терапии в психологическом тренинге. Методы, стимулирующие развитие профессионального самосознания и самовыражения.	Практические занятия	4	4	УК-6 ОПК-7 ОПК-7.1 ОПК-7.2 УК-6.1 УК-6.2
1.4	Практика применения элементов тренинга в работе практического психолога и коуча. Возможности решения социально-психологических и личностных конфликтов. Осознание особенностей своей личности и своих отношений с другими людьми, своих жизненных стратегий и моделей поведения.	Практические занятия	4	4	УК-6 ОПК-7 ОПК-7.1 ОПК-7.2 УК-6.1 УК-6.2
1.5	Социально-психологический тренинг как активная форма обучения. История СПТ в контексте тренингового движения. Идеиное, философское основание основных правил и норм СПТ.	Самостоятельная работа	4	8	УК-6 ОПК-7 ОПК-7.1 ОПК-7.2 УК-6.1 УК-6.2
1.6	Личностный рост и условия его развития. Личность и ее понимание в различных психологических концепциях. Понятие о личности. Свойства личности. Современная Психоаналитическая типология личности по Нэнси Мак Вильямс. Трансактный анализ в понимании личности. Гештальт-подход в понимании личности. Генограмма С.Гингера. Зрелость и ее понимание с разных психологических позиций. Общение как условие личностного роста. Эмпатия, рефлексия как способы восприятия и понимания людьми друг друга при общении. Затруднения в вербализации чувств. Необходимость выражения чувств. Техники эмпатического слушания. Нерелективное слушание. Техники рефлексивного слушания (непонимание, отражение, перефразирование, резюмирование, прояснение). Активное слушание. Обратная связь в общении. Открытость, искренность общения без масок. Передача и принятие обратной связи в общении. Конструктивное критическое высказывание. Виды неконструктивной критики. Проявление добрых отношений. Одобрение в управлении и обучении. Структура конструктивного одобрения. Выражение симпатии, доброго отношения. Принятие обратной связи. Психологические механизмы реагирования на критику. Провоцирование критики. Ассертивность. Техники отказа собеседнику. Искусство делать и принимать комплименты. Методы убеждения. Позитивные установки на восприятие критики. Модель ассертивного принятия критики.	Самостоятельная работа	4	20	УК-6 ОПК-7 ОПК-7.1 ОПК-7.2 УК-6.1 УК-6.2
1.7	Методические основы тренинга. Классификация методов с позиции различных теоретических оснований (психоанализ, гештальт-подход, личностно-центрированный, рационально-эмоционально-поведенческий подходы). Основные методы группового психологического тренинга. Игровые методы. Методы арт-терапии в психологическом тренинге. Методы, стимулирующие развитие профессионального самосознания и самовыражения. Биографические методы: «Жизненный путь личности» (А. Кроник); «Биографический метод» (Б.Г. Ананьев, Н.А. Логинова); «Творческая уникальность событий в жизни» (Е.П. Варламова, С.Ю. Степанов); «Психологическая автобиография» и др. Рефлексивные методы. Рефлексивно-инновационные методы: «Метод рефлексивных инверсий» (С.Ю. Степанов, Е.П. Варламова, А.В. Растяжников и др.); «Метод рефлексивных версификаций» (С.Ю. Степанов); «Метод Рефлексивной психоимпровизации» (С.Ю. Степанов); «Рефлексивный полилог» (С.Ю. Степанов, А.В. Растяжников) и др. Методы рефлексивной самодиагностики: «Контрасты жизненного пути»; «Контрасты ваших отношений»; «Контрасты школьной жизни контрасты профессионального пути» (Е.П. Варламова, С.Ю. Степанов). Методы личностно-профессиональной идентификации и рефлексии: «Имя и профессия (личностное и профессиональное имя)»; «Моделирование портрета («Я»-«Другие»); «Позитивный портрет (Автопортрет)» «Негативный портрет (Автопортрет)»;	Самостоятельная работа	4	22	УК-6 ОПК-7 ОПК-7.1 ОПК-7.2 УК-6.1 УК-6.2

	«Ценности профессиональной группы»- «Мои ценности»; «Автонаторморт» и др. (Н.Н. Гавриленко).				
1.8	Подготовка к промежуточной аттестации	Зачет	4	0	УК-6 ОПК-7 ОПК-7.1 ОПК-7.2 УК-6.1 УК-6.2
1.9	Общение как условие личностного роста. Эмпатия, рефлексия как способы восприятия и понимания людьми друг друга при общении. Загруднения в вербализации чувств. Необходимость выражения чувств. Техники эмпатического слушания.	Практические занятия	4	4	УК-6 ОПК-7 ОПК-7.1 ОПК-7.2 УК-6.1 УК-6.2
1.10	Коммуникативные способы личностного развития. Нерефлексивное слушание. Техники рефлексивного слушания (непонимание, отражение, перефразирование, резюмирование, прояснение). Активное слушание. Обратная связь в общении. Открытость, искренность общения без масок. Передача и принятие обратной связи в общении.	Практические занятия	4	4	УК-6 ОПК-7 ОПК-7.1 ОПК-7.2 УК-6.1 УК-6.2
1.11	Тренинг уверенного поведения. Критерии уверенности. Неуверенное и агрессивное поведение. Модели уверенного поведения. Способы развития уверенности. Техники развития уверенного поведения.	Практические занятия	4	6	УК-6 ОПК-7 ОПК-7.1 ОПК-7.2 УК-6.1 УК-6.2
1.12	Критика как условие личностного роста. Конструктивное критическое высказывание. Виды неконструктивной критики. Проявление добрых отношений. Одобрение в управлении и обучении. Структура конструктивного одобрения. Выражение симпатии, доброго отношения. Принятие обратной связи. Психологические механизмы реагирования на критику. Провоцирование критики. Ассертивность. Техники отказа собеседнику. Искусство делать и принимать комплименты. Методы убеждения. Позитивные установки на восприятие критики. Модель ассертивного принятия критики.	Практические занятия	4	4	УК-6 ОПК-7 ОПК-7.1 ОПК-7.2 УК-6.1 УК-6.2
1.13	Методические основы тренинга личностного роста. Игровые методы. Методы арт-терапии в психологическом тренинге. Методы, стимулирующие развитие профессионального самосознания и самовыражения. Биографические методы: «Жизненный путь личности» (А. Кроник); «Биографический метод» (Б.Г. Ананьев, Н.А. Логинова); «Творческая уникальность событий в жизни» (Е.П. Варламова, С.Ю. Степанов); «Психологическая автобиография» и др. Рефлексивные методы. Рефлексивно-инновационные методы: «Метод рефлексивных инверсий» (С.Ю. Степанов, Е.П. Варламова, А.В. Растянников и др.); «Метод рефлексивных версификаций» (С.Ю. Степанов); «Метод Рефлексивной психоимпровизации» (С.Ю. Степанов); «Рефлексивный полилог» (С.Ю. Степанов, А.В. Растянников) и др.	Практические занятия	4	4	УК-6 ОПК-7 ОПК-7.1 ОПК-7.2 УК-6.1 УК-6.2
1.14	Методические основы тренинга личностного роста. Методы рефлексивной самодиагностики: «Контрасты жизненного пути»; «Контрасты ваших отношений»; «Контрасты школьной жизни контрасты профессионального пути» (Е.П. Варламова, С.Ю. Степанов). Методы лично-профессиональной идентификации и рефлексии: «Имя и профессия (личностное и профессиональное имя»); «Моделирование портрета («Я»-«Другие»; «Позитивный портрет (Автопортрет)» «Негативный портрет (Автопортрет)»); «Ценности профессиональной группы»- «Мои ценности»; «Автонаторморт» и др. (Н.Н. Гавриленко).	Практические занятия	4	4	УК-6 ОПК-7 ОПК-7.1 ОПК-7.2 УК-6.1 УК-6.2
1.15	Занятия по самомониторингу: анализ достижений, точки роста.	Практические занятия	4	4	УК-6 ОПК-7 ОПК-7.1 ОПК-7.2 УК-6.1 УК-6.2
1.16	Типы личностей и их возможности в трудовом коллективе. Технологии типирования: технологии по Юнгу, Веберу, по типу темперамента, по локусу контроля и др. Практическое использование типирования личности. Определение места и значимости конкретных сотрудников в трудовом коллективе. Создание продуктивных связей. Распределение сотрудников в мини-группы.	Практические занятия	4	4	УК-6 ОПК-7 ОПК-7.1 ОПК-7.2 УК-6.1 УК-6.2

	Личное пространство, оптимизации индивидуальных усилий в трудовом коллективе.				
1.17	Возможности и технологии личностного роста. Способы профессиональной диагностики потенциала специалиста. Установление планки личностного роста. Формирование адекватных и последовательных требований к сотрудникам внутри трудового коллектива. Технологии личностного роста. Мотивация, целеполагание, наращивание конфликта, избегающее поведение, конкуренция, кооперация, расширение коллективной сферы, формирование эмоционального интеллекта.	Практические занятия	4	4	УК-6 ОПК-7 ОПК-7.1 ОПК-7.2 УК-6.1 УК-6.2
1.18	Основы деловой коммуникации. Этикет. Приветствие, прощание, порядок представления, поведение за столом, Деловой костюм. Речевые коммуникации. Правила подачи деловой информации.	Практические занятия	4	4	УК-6 ОПК-7 ОПК-7.1 ОПК-7.2 УК-6.1 УК-6.2

4. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

Структура и содержание фонда оценочных средств для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации представлены в Приложении 1 к рабочей программе дисциплины.

5. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

5.1. Учебные, научные и методические издания

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год	Библиотека / Количество
1	Трифорова Т. А.	Основы социально-психологического тренинга: учебное пособие	Казань: Познание (Институт ЭУП), 2008	http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=257910
2	Григорьев Н. Б.	Психотехнологии группового тренинга: учебное пособие	Санкт-Петербург: Санкт-Петербургский государственный институт психологии и социальной работы, 2008	http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=277328
3	Белашева, И. В., Ершова, Д. А., Нищитенко, С. В.	Теория и практика коучинга: учебное пособие (курс лекций)	Ставрополь: Северо-Кавказский федеральный университет, 2019	http://www.iprbookshop.ru/99469.html

5.1. Учебные, научные и методические издания

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год	Библиотека / Количество
1		Психологический журнал	, 1, 2017	3 экз.
2		Психологический журнал	, 1, 2018	3 экз.
3	Копытин А. И.	Практическая арт-терапия: Лечение, реабилитация, тренинг	Москва: Когито-Центр, 2008	http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=56452
4	Марасанов Г. И.	Социально-психологический тренинг: практическое пособие	Москва: Когито-Центр, 2001	http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=86238
5	Копытин А. И.	Современная клиническая арт-терапия: учебное пособие	Москва: Когито-Центр, 2015	http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=430542
6	Бобрешова И. П., Воробьев В. К.	Конфликтология. Практикум: учебное пособие	Оренбург: Оренбургский государственный университет, 2015	http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=438981
7	Гин А. А., Камин А. Л.	Приемы педагогической техники: свобода выбора. Открытость. Деятельность. Обратная связь. Идеальность: методическое пособие	Москва: Вита-Пресс, 2016	http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=458902
8	Абрамова Г. С.	Практическая психология: учебное пособие	Москва: Прометей, 2018	http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=483174
9	Шарков Ф. И., Сперанский В. И.	Общая конфликтология: учебник	Москва: Дашков и К°, 2018	http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=495829

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год	Библиотека / Количество
10	Обухова Ю. В.	Практическая психология личности: драматические и игровые техники в работе психолога: учебное пособие	Ростов-на-Дону Таганрог: Южный федеральный университет, 2018	http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=499916
11	Тимофеев И. А.	Арт-терапия как средство коррекции тревожности младших школьников: выпускная квалификационная работа: студенческая научная работа	Нижний Тагил: б.и., 2019	http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=561862
12	Капустина В. А.	Психология общения: учебное пособие	Новосибирск: Новосибирский государственный технический университет, 2018	http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=576325
13		Теория и практика коучинга: учебное пособие (курс лекций): курс лекций	Ставрополь: Северо-Кавказский Федеральный университет (СКФУ), 2019	http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=596411
14	Титова, М. А.	Антиповедение	Москва: Московский государственный университет имени М.В. Ломоносова, 2014	http://www.iprbookshop.ru/54615.html
15	Кузьмина, Т. В.	Эффективное манипулирование поведением человека (2-е издание)	Москва: Дашков и К, Ай Пи Эр Медиа, 2017	http://www.iprbookshop.ru/57159.html
16	Прядеин, В. П.	Психодиагностика личности: избранные психологические методики и тесты: монография	Сургут: Сургутский государственный педагогический университет, 2013	http://www.iprbookshop.ru/87027.html
17	Кудинов, С. И., Кудинов, С. С.	Психодиагностика личности: учебное пособие	Москва: Российский университет дружбы народов, 2018	http://www.iprbookshop.ru/91058.html
18	Кузнецова, М. А.	Психология общения: учебное пособие для спо	Москва: Российский государственный университет правосудия, 2019	http://www.iprbookshop.ru/94194.html
19	Рягузова, Е. В.	Теория и практика профессионального общения: психология общения: учебное пособие для студентов бакалавриата, обучающихся по направлению 37.03.01 «психология»	Саратов: Издательство Саратовского университета, 2019	http://www.iprbookshop.ru/99042.html

5.1. Учебные, научные и методические издания

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год	Библиотека / Количество
1	Ушамирская Г.	Социальная психология. Конфликтология. Сборник студенческих работ: студенческая научная работа	Москва: Студенческая наука, 2012	http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=228062
2	Белашева И. В., Бакунова И. В., Горова В. И., Ершова Д. А., Есаян М. Л.	Конфликтология: психологические теории, системы, технологии: коллективная монография: монография	Ставрополь: Северо-Кавказский Федеральный университет (СКФУ), 2018	http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=563064

5.2. Профессиональные базы данных и информационные справочные системы

<https://psyttests.org> - База данных психологических тестов онлайн

5.3. Перечень программного обеспечения

OpenOffice

5.4. Учебно-методические материалы для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья

При необходимости по заявлению обучающегося с ограниченными возможностями здоровья учебно-методические материалы предоставляются в формах, адаптированных к ограничениям здоровья и восприятия информации. Для лиц с нарушениями зрения: в форме аудиофайла; в печатной форме увеличенным шрифтом. Для лиц с нарушениями слуха: в форме электронного документа; в печатной форме. Для лиц с нарушениями опорно-двигательного аппарата: в форме электронного документа; в печатной форме.

6. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Помещения для всех видов работ, предусмотренных учебным планом, укомплектованы необходимой специализированной учебной мебелью и техническими средствами обучения:

- столы, стулья;
- персональный компьютер / ноутбук (переносной);
- проектор;
- экран / интерактивная доска.

7. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ

Методические указания по освоению дисциплины представлены в Приложении 2 к рабочей программе дисциплины.

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

1 Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания

1.1 Показатели и критерии оценивания компетенций:

ЗУН, составляющие компетенцию	Показатели оценивания	Критерии оценивания	Средства оценивания Т – тест З - зачет
УК-6: Способен управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни			
<p><i>Знать:</i> Принципы саморазвития и самоорганизации личности, методы планирования профессионального и личностного роста (соотнесено с индикатором: УК-6.1; УК-6.2).</p>	<p>Раскрывает основные понятия и демонстрирует знания по саморазвитию и самоорганизации личности, методы планирования профессионального и личностного роста</p>	<p>Полнота содержания ответа, умение приводить примеры, умение отстаивать свою позицию, умение пользоваться дополнительной литературой при подготовке к занятиям</p>	<p>Т-вопросы 1-45 З-вопросы 1-50 ПЗ -1</p>
<p><i>Уметь:</i> Определять и реализовывать цели профессионального и личностного развития, планировать траекторию саморазвития (соотнесено с индикатором: УК-6.1; УК-6.2). Использовать методы самоорганизации и саморегуляции в профессиональной деятельности (соотнесено с индикатором: УК-6.2).</p>	<p>использует и демонстрирует знания по профессиональному и личностному развитию</p>	<p>Полнота содержания ответа, умение приводить примеры, умение отстаивать свою позицию, умение пользоваться дополнительной литературой при подготовке к занятиям</p>	<p>Т-вопросы 1-45 З-вопросы 1-50 ПЗ -1</p>
<p><i>Владеть:</i> Технологиями саморазвития и профессионального роста, планирования и реализации индивидуальной траектории развития (соотнесено с индикатором: УК-6.1; УК-6.2). Навыками самоорганизации и саморегуляции, необходимыми для эффективной профессиональной деятельности (соотнесено с индикатором: УК-6.2).</p>	<p>использует и применяет основные навыки саморазвития и профессионального роста, планирования и реализации индивидуальной траектории развития</p>	<p>Полнота содержания ответа, умение приводить примеры, умение отстаивать свою позицию, умение пользоваться дополнительной литературой при подготовке к занятиям</p>	<p>Т-вопросы 1-45 З-вопросы 1-50 ПЗ -1</p>

ОПК-7: Способен поддерживать уровень профессиональной компетенции, в том числе за счет понимания и готовности работать под супервизией			
Знать: Роль супервизии в профессиональной деятельности психолога, её функции, формы и значение для поддержания профессиональной компетентности (соотнесено с индикатором: ОПК-7.1; ОПК-7.2).	Раскрывает основные понятия и демонстрирует знания по супервизии в профессиональной деятельности психолога, её функции, формы и значение для поддержания профессиональной компетентности	Полнота содержания ответа, умение приводить примеры, умение отстаивать свою позицию, умение пользоваться дополнительной литературой при подготовке к занятиям	Т-вопросы 1-45 З-вопросы 1-50 ПЗ -1
Уметь: Поддерживать и развивать профессиональную компетентность, использовать супервизию как инструмент профессионального роста (соотнесено с индикатором: ОПК-7.1). Анализировать результаты супервизии и собственной профессиональной деятельности, корректировать практику (соотнесено с индикатором: ОПК-7.2).	использует и демонстрирует знания по профессиональной компетентности, использовании супервизии как инструмент профессионального роста	Полнота содержания ответа, умение приводить примеры, умение отстаивать свою позицию, умение пользоваться дополнительной литературой при подготовке к занятиям	Т-вопросы 1-45 З-вопросы 1-50 ПЗ -1
Владеть: Навыками профессиональной рефлексии и работы под супервизией, анализа собственной деятельности и повышения уровня компетентности (соотнесено с индикатором: ОПК-7.1; ОПК-7.2).	использует и применяет основные навыки профессиональной рефлексии и работы под супервизией, анализа собственной деятельности и повышения уровня компетентности	Полнота содержания ответа, умение приводить примеры, умение отстаивать свою позицию, умение пользоваться дополнительной литературой при подготовке к занятиям	Т-вопросы 1-45 З-вопросы 1-50 ПЗ -1

2 Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы

1. История СПТ в контексте тренингового движения.
2. Идейное, философское основание основных правил и нормы СПТ.
3. Место тренинга личностного роста в подготовке и переподготовке специалистов помогающих профессий.
4. Специфика тренинга личностного роста. Отличия тренинга личностного роста от других форм психологического развития.
5. Групповая динамика.
6. Самораскрытие, обратная связь и рефлексия как основные механизмы групповой динамики.
6. Организация тренинга личностного роста в учебном процессе.
7. Классификация методов с позиции различных теоретических

- оснований (психоанализ, гештальт-подход).
8. Классификация методов с позиции различных теоретических оснований (личностно-центрированный, рационально-эмоционально-поведенческий подходы).
 9. Основные методы группового психологического тренинга.
 10. Биографические методы.
 11. Мотивация как стимул личностного роста и повышения личной эффективности.
 12. Эмпатия, рефлексия как способы восприятия и понимания людьми друг друга при общении.
 13. Ассертивность. Техники отказа собеседнику.
 14. Механизмы сопротивления с позиции различных психологических теорий.
 15. Сопротивление и его значение. Виды сопротивления. Классификации.
 16. Представления о трех временах жизни человека. Потребность в структурировании и дифференциации времени.
 17. Влияние будущего на настоящее. Образы позитивного будущего в ситуации кризиса и разрыва связей с миром.
 18. СПТ как средство принятия ответственности за себя, позитивной изменения жизненных ориентиров, приоритетов, ценностной ориентации.
 19. Сценарии и средства для изменения жизненных планов.
 20. Понятия «самофутурирование», «самопрограммирование» и позитивное Я - будущее.
 21. Приобретение навыков выбора и принятия решений, постановки целей.
 22. Свободный выбор и личностная ответственность за него. Обретение оптимистического отношения к реальной жизни. Изменение мотивации жизненной позиции.
 23. Приобретение навыков самоорганизации и укрепление жизненной устойчивости.
 24. Возможности решения социально-психологических и личностных конфликтов.
 25. Практика применения элементов тренинга личностного роста в работе юридического психолога.
 26. Возможности решения социально-психологических и личностных конфликтов.
 27. Осознание особенностей своей личности и своих отношений с другими людьми, своих жизненных стратегий и моделей поведения.
 28. Личность и ее понимание в различных психологических концепциях.
 29. Современная Психоаналитическая типология личности по Нэнси Мак Вильямс.
 30. Трансактный анализ в понимании личности.
 31. Гештальт-подход в понимании личности.
 32. Генограмма С. Гингера.
 33. Зрелость и ее понимание с разных психологических позиций.
 34. Личность: понятие, структура.
 35. Общение как условие личностного роста.
 36. Необходимость выражения чувств.
 37. Затруднения в вербализации чувств.
 38. Техники эмпатического слушания.
 39. Нереплексивное слушание.
 40. Техники рефлексивного слушания (непонимание, отражение, перефразирование, резюмирование, прояснение).
 41. Активное слушание.
 42. Обратная связь в общении. Передача и принятие обратной связи в общении.
 43. Конструктивное критическое высказывание.
 44. Причины и виды неконструктивной критики.
 45. Структура конструктивного одобрения. Выражение симпатии, доброго отношения.
 46. Психологические механизмы реагирования на критику.
 47. Провоцирование критики.
 48. Искусство делать и принимать комплименты.
 49. Методы убеждения.
 50. Позитивные установки на восприятие критики.

1. К методам активного социально-психологического обучения относятся:

- а) лекция
- б) семинарское занятие
- в) круглый стол
- г) мозговой штурм
- д) тренинг
- е) деловые игры

2. Методы анализа конкретных ситуаций подразделяются на:

- а) упражнение-тренировка
- б) ситуация-иллюстрация
- в) ситуация-головоломка
- г) ситуация-проблема
- д) ситуация-упражнение
- е) ситуация-задача

3. К методам психологического воздействия относятся:

- а) эксперимент
- б) беседа
- в) суггестия
- г) выговор
- д) гипноз
- е) приказы

4. Основоположником СПТ является:

- а) З. Фрейд
- б) Л.С. Выготский
- в) С.Л. Рубинштейн
- г) К.Г. Юнг
- д) К. Роджерс
- е) К. Левин

5. Психологический тренинг - это метод:

- а) психокоррекции
- б) психотерапии
- в) обучения
- г) включает все три метода

6. Т-группы зародились в рамках:

- а) деятельностного подхода А.Н. Леонтьева
- б) культурно-исторической концепции Л.С. Выготского
- в) трансактного анализа Э. Берна
- г) психоанализа З. Фрейда
- д) бихевиоризма Утсона
- е) теории поля К. Левина

7. Основная цель Т-групп заключается в:

- а) снятии страхов, фобий
- б) общем развитии индивидуума
- в) гармонизации межличностных отношений
- г) организационном развитии
- д) развитии креативности
- е) устранении неврозов

8. Б-группы направлены на развитие:

- а) гуманизма

- б) эмпатии
- в) толерантности
- г) жизненных умений
- д) интеллектка
- е) общительности

9. В пси-группах основной упор делается на:

- а) интуицию
- б) навыки
- в) искусство общения
- г) знания и умения
- д) эмоции
- е) невербальное поведение

10. Основной задачей В-групп является:

- а) самораскрытие
- б) погружение в себя
- в) освоение новых навыков поведения
- г) коррекция тревожности
- д) расширение контактов с другими людьми

11. Работа в ТА-группа направлена на:

- а) рациональный анализ поступков и поведения
- б) обучение ораторскому мастерству
- в) развитие сопереживания
- г) формирование толерантности
- д) активизацию способностей
- е) устранение стереотипов на уровне поведения

12. Основной задачей Г-групп является:

- а) терапия
- б) обучение
- в) коррекция
- г) расширение сферы осознания
- д) развитие невербальных форм поведения
- е) устранение симптомокомплексов

13. В психологическом тренинге выделяют:

- а) две фазы
- б) три фазы
- в) пять фаз
- г) четыре фазы
- д) невозможно выделить
- е) одна фаза

14. Оптимальный количественный состав группы СПТ включает до:

- а) 10 человек
- б) 15 человек
- в) 20 человек
- г) 25 человек
- д) 40 человек
- е) 50 человек

15. Разновидность публичного спора, используемая в социально-психологическом обучении:

- А) диспут
- Б) групповая дискуссия

- В) полемика
- Г) семинар-дискуссия
- Д) дебаты
- Е) прения

16. Определите последовательность в алгоритме работы с помощью анализа конкретных ситуаций:

- А) разработка критериев решения проблемы
- Б) выработка альтернатив
- В) анализ ситуации
- Г) выбор решения

17. В деловых обучающих тренингах возможны темы:

- А) обучение контролю над своим весом
- Б) повышение лидерских способностей
- В) развитие навыков саморегуляции
- Г) создание эффективной команды
- Д) методический тренинг для психологов

18. В ходе тренинга выделяют стадии развития группы:

- А) стадия адаптации
- Б) стадия вдохновения
- В) стадия активного напряжения
- Г) стадии устойчивой работоспособности
- Д) стадия объединения
- Е) стадия распада группы

19. Методы работы тренера с событиями, произошедшими до тренинга:

- А) метод концентрации присутствия
- Б) метод регрессии
- В) метод группового решения проблем
- Г) метод имитации
- Д) метод обмена опытом

20. Психогимнастические игры условно делятся на:

- А) разминочные
- Б) объединяющие
- В) переключающие
- Г) разряжающие
- Д) индивидуальные

21. Среди понятий «индивид», «личность», «субъект деятельности» наименее широким по содержанию (количеству признаков) является понятие

...

- а) индивид;
- б) личность;
- в) субъект деятельности;
- г) нет правильного ответа.

22. Из следующих понятий: «индивид», «личность», «субъект деятельности» наиболее широким по объему (количеству входящих в него объектов) является понятие ...

- а) индивид;
- б) личность;
- в) субъект деятельности;

г) различий не существует.

23. Понятие ... выражает генотипические характеристики человека.

- а) индивид;
- б) личность;
- в) субъект деятельности;
- г) индивидуальность.

24. Человек как индивид – это человек, на поведение которого не влияют ... факторы.

- а) генетические;
- б) биологические;
- в) социальные;
- г) нет правильного ответа.

25. Характеристикой человека как индивида является ...

- а) индивидуальный стиль деятельности;
- б) направленность поведения;
- в) характер;
- г) рост.

26. На поведение человека как личности влияет(ют) ...

- а) нормы морали;
- б) социальная среда;
- в) характер;
- г) все ответы верны;
- д) все ответы неверны.

27. Динамические характеристики поведения человека определяются его ...

- а) характером;
- б) темпераментом;
- в) способностями;
- г) направленностью.

28. Система устойчивых мотивов личности – это ...

- а) темперамент;
- б) характер;
- в) способности;
- г) направленность.

29. Степень трудности тех целей, к достижению которых стремится человек – это ...

- а) локус контроля;
- б) самооценка;
- в) уровень притязаний;
- г) характер.

30. Согласно теории К.К.Платонова, основным блоком личности является ...

- а) темперамент;
- б) направленность;
- в) характер;
- г) способности.

31. Какое из приведенных ниже утверждений верное?

- а) всякая личность является индивидом, но не всякий индивид – личность;
- б) любой индивид является личностью, но не всякая личность – индивид;
- в) индивид = личность;
- г) индивид не является личностью, а личность – индивидом.

32. Личность в ее своеобразии и неповторимости – это ...

- а) индивид;
- б) субъект деятельности;
- в) характер;
- г) индивидуальность.

33. Любой человек с рождения является ...

- а) индивидом;
- б) личностью;
- в) субъектом деятельности;
- г) индивидуальностью.

34. Характеристикой индивида не является ...

- а) генетическая способность к прямохождению;
- б) самосознание;
- в) высокоразвитый мозг;
- г) возможность использования орудий труда;
- д) способность к запоминанию.

35. Индивидом рождаются, личностью ...

- а) тоже рождаются;
- б) автоматически становятся при достижении определенного возраста;
- в) становятся в процессе биологического созревания и роста;
- г) становятся в процессе социализации.

36. Личность развивается под влиянием ...

- а) биологических предпосылок (пол, тип нервной системы и т.п.);
- б) социальной среды;
- в) активности самого человека;
- г) все ответы верны;
- д) все ответы неверны.

37. Личность – это ...

- а) результат биологического созревания;
- б) «отпечаток» специфических условий жизни, социальных, общественных отношений;
- в) субъект активного взаимодействия со средой;
- г) «продукт» социальных и общественных отношений, субъект активного взаимодействия со средой;
- д) все ответы неверны.

38. Подструктура личности, которая включает привычки, знания, умения и навыки – это ...

- а) направленность;
- б) опыт;
- в) подструктура особенностей психических процессов;
- г) биопсихические свойства.

39. К биопсихическим свойствам не относятся ...

- а) темперамент;
- б) особенности ощущения и восприятия;
- в) пол;
- г) возраст.

40. К подструктуре особенностей психических процессов не относятся ...

- а) воля;
- б) чувства и эмоции;
- в) стремления;
- г) мышление.

41. Исторически сложившиеся или установленные стандарты поведения и деятельности, соблюдение которых является обязательным условием включения в социальную группу – это ...

- а) ценности;
- б) социальные нормы;
- в) социальные роли;
- г) социальные статусы.

42. Определенная позиция в социальной системе, предполагающая систему прав и обязанностей – это ...

- а) самооценка;
- б) социальная норма;
- в) социальная роль;
- г) социальный статус.

43. Соответствующий принятым нормам способ поведения, зависящий от статуса – это ...

- а) стереотип;
- б) социальная норма;
- в) социальная роль;
- г) социальный ритуал.

44. Самооценка – это элемент ...

- а) направленности;
- б) темперамента;
- в) уровня притязаний;
- г) самосознания.

45. Какие из перечисленных ниже особенностей характеризуют человека как индивида?

- а) высокая скорость двигательных реакций;
- б) хорошая координация движений;
- в) повышенная чувствительность к температурным изменениям;
- г) все ответы верны.
- д) все ответы неверны.

2. Инструкция по выполнению

Внимательно прочитайте вопрос и выберите один вариант ответа, который, по вашему мнению, является правильным. Обведите букву выбранного варианта.

Критерии оценки:

При текущем контроле за правильный ответ на один вопрос студент может получить максимально 2 балл за один правильный ответ (90 баллов в совокупности).

Практические занятия

Проводятся в форме тренинга коучинга и лидерства. Студентам необходимо участвовать в обсуждении теоретической части занятия и выполнять прикладные задания в отдельной тетради.

Разработать тренинг по актуальным темам психологии: коучинга, развитие лидерских качеств.

Критерии оценки:

За выполненную диагностику выставляется максимальная оценка 10 баллов, всего (10 баллов в совокупности).

- 10-8 баллов - содержание лабораторной работы полностью и правильно оформлено; логично и последовательно изложены все необходимые материалы; уместно используется научная терминология; результаты и выводы представлены и логично вытекают из содержания основной части;
- 7-5 баллов - содержание лабораторной работы представлено не полностью, правильно оформлено; в изложении материалов могут быть несущественные неточности в плане логичности и последовательности; уместно используется научная терминология; частично представлены результаты и выводы;
- 4-2 баллов - содержание лабораторной работы не представлено полностью, оформлено частично; логичность и последовательность изложения материала существенно нарушены; отсутствует научный язык и использование терминологии; частично представлены результаты и выводы;
- 1-0 баллов - содержание лабораторной работы отсутствует или практически не выполнено; результаты и выводы не представлены.

3 Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций

Процедуры оценивания включают в себя текущий контроль и промежуточную аттестацию.

Текущий контроль успеваемости проводится с использованием оценочных средств, представленных в п. 2 данного приложения. Результаты текущего контроля доводятся до сведения студентов до промежуточной аттестации.

Промежуточная аттестация проводится в форме зачета.

Зачет проводится по окончании теоретического обучения до начала экзаменационной сессии.

Оценка «зачтено» выставляется студенту, который прочно усвоил предусмотренный программный материал; правильно, аргументировано ответил на все вопросы, с приведением примеров; показал глубокие систематизированные знания, владеет приемами рассуждения и сопоставляет материал из разных источников: теорию связывает с практикой, другими темами данного курса, других изучаемых предметов; без ошибок выполнил практическое задание. Владеет научным аппаратом дисциплины.

Обязательным условием выставленной оценки является правильная речь в быстром или умеренном темпе. Дополнительным условием получения оценки «зачтено» может стать систематическая активная работа на лабораторных занятиях.

Оценка «не зачтено» выставляется студенту, который не справился с 50% вопросов и заданий теста, в ответах на другие вопросы допустил существенные ошибки. Не может ответить на дополнительные вопросы, предложенные преподавателем. Целостного представления об изученной дисциплине у студента нет. Не пользуется научной терминологией. Оценивается качество устной и письменной речи, как и при выставлении положительной оценки.

Приложение 2

МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ

Методические указания предназначены для помощи обучающимся в освоении дисциплины. Учебным планом предусмотрены следующие виды занятий:

- лекции;
- практические занятия;

В ходе лекционных занятий рассматриваются основные вопросы психологии развития и педагогической психологии, даются рекомендации для самостоятельной работы и подготовке к практическим занятиям.

В ходе практических занятий углубляются и закрепляются знания студентов по ряду рассмотренных на лекциях вопросов, развиваются навыки практического применения полученных знаний.

При подготовке к практическим занятиям каждый студент должен:

- изучить рекомендованную учебную литературу;
- изучить конспекты лекций;
- подготовить ответы на вопросы по собеседованию по изучаемой теме.

В процессе подготовки к практическим занятиям студенты могут воспользоваться консультациями преподавателя.

Вопросы, не рассмотренные на лекциях и практических занятиях, должны быть изучены студентами в ходе самостоятельной работы. Контроль самостоятельной работы студентов над учебной программой курса осуществляется в ходе занятий методом устного опроса или посредством тестирования. В ходе самостоятельной работы каждый студент обязан прочитать основную и по возможности дополнительную литературу по изучаемой теме, дополнить конспекты лекций недостающим материалом, выписками из рекомендованных первоисточников. Выделить непонятные термины, найти их значение в энциклопедических словарях.

Студент должен готовиться к предстоящему лабораторному занятию по всем, обозначенным в рабочей программе дисциплины вопросам.

Для подготовки к занятиям, текущему контролю и промежуточной аттестации студенты могут воспользоваться электронно-библиотечными системами. Также обучающиеся могут взять на дом необходимую литературу на абонементе вузовской библиотеки или воспользоваться читальными залами вуза.

АУДИТОРНАЯ РАБОТА

а) ЛЕКЦИИ

По мере изучения курса дисциплины студенты ведут словарь психологических терминов. Большинство лекций начинается с повторения и закрепления освоенной ранее терминологии. В межлекционный период студенту необходимо изучать заданную литературу, знакомиться с первоисточниками, повторять лекционный материал по конспектам, пользуясь контрольными вопросами. Особое место следует уделять таблицам, схемам, данным преподавателем. Важно уяснить принцип создания таблицы, уметь свободно ориентироваться в ее содержании, иметь расширенное представление о заложенной в ней информации.

Хорошую помощь студентам окажет конспектирование заданного материала и создание собственных схем и таблиц, способствующих усвоению лекционного материала.

б) ПРАКТИЧЕСКИЕ ЗАНЯТИЯ

Практические занятия относятся к аудиторным формам работы. Они предназначены для закрепления и более глубокого изучения определенных аспектов лекционного материала. Для повышения эффективности усвоения учебного материала и проведения практических занятий в активном режиме необходима самостоятельная подготовка студентов. Практические занятия организуются в форме семинаров, практикумов, а также используются смешанные формы: элементы семинаров, экспериментальных методик.

Студенты готовятся к практическим занятиям посредством изучения литературы, подготовки сообщений по отдельным темам и подтемам. Возможен выбор студентами тем в соответствии с профессиональными и личностными интересами.

Важное место занимает работа с литературой, которую можно найти в институтской, городской библиотеках, читальных залах, в кафедральной библиотеке, а также у преподавателя. Следует помнить, что поиск и доступ к литературе облегчается посредством использования справочно-библиографического аппарата, который включает в себя каталоги, картотеки, библиографические указатели, справочный фонд (словари, справочники, энциклопедии).

Можно также обратиться за поиском информации к электронным источникам, в частности, к Интернет-сети. Здесь можно использовать множество способов поиска, но, как правило, существует два наиболее оптимальных варианта: использование поисковых систем и поиск по конкретному электронному адресу.

Рекомендуется поиск современных научно-практических исследований осуществлять в журналах периодической печати: «Вопросы психологии», «Психологический журнал», «Журнал практической психологии», «Вестник РГНФ», «Мой психолог» и др. В последних номерах журнала за год печатаются тематические указатели статей.

Самостоятельная работа студентов предполагает разные формы работы: составление библиографии по определенному вопросу в алфавитном порядке, аннотирование - краткое изложение статьи или пособия (с указанием, для кого с какой целью и каким образом может быть использован текст, статья, монография), реферирование – составление обзора литературы, исследований в определенной научной области; конспектирование - краткое письменное последовательное изложение основного содержания книги, статьи, освобожденное от мелочей и повторений; составление тезисов – краткого формулирования развёрнутого высказывания или основной мысли в тексте.

в) ЛАБОРАТОРНЫЕ ЗАНЯТИЯ

В процессе обучения в институте будущие педагоги должны научиться диагностировать уровень психического развития ребенка, подростка, взрослого, видеть его особенности, находить наиболее оптимальные условия и пути развития психических процессов, свойств личности.

Лабораторные занятия предназначены для формирования у студентов умения добывать психологическую информацию, классифицировать ее, определять ее значение, интерпретировать. Студенты участвуют в подготовке необходимого инструментария к проведению лабораторных занятий: ведут отбор необходимых методов исследования, работая с диагностическими пособиями, готовят протоколы, бланки, таблицы.

г) САМОСТОЯТЕЛЬНАЯ РАБОТА

Данный вид работы позволяет не только повысить уровень научной компетентности в области научной дисциплины, но и приобрести практическую подготовку как в области самопознания и самореализации, что особенно важно для будущих педагогов, так и в области освоения средств и способов применения полученных знаний на практике в работе с детьми.

Основная организационная форма самостоятельной работы связана с подготовкой к практическим и лабораторным занятиям. Тематика практических занятий охватывает отдельные разделы программы курса и предполагает подготовку по теме с последующим активным участием на семинаре. Это становится возможным при умении студента подготовиться по теме, а также осмысленно воспринимать план занятия, логику и суть поставленных преподавателем вопросов, умение точно и связно излагать свои знания в соответствии с заданным вопросом. Ценится умение участвовать в дискуссии, развивать ее умело поставленными собственными вопросами, приводить примеры из практики, имеющие психологическое содержание, близкое теме занятия.

Подготовка рефератов

Методические рекомендации: Реферат, как форма самостоятельной научной работы студентов, - это краткий обзор максимального количества доступных публикаций по заданной теме, с элементами сопоставительного анализа данных материалов и с последующими выводами. При проведении обзора должна проводиться и исследовательская работа, но объем ее ограничен, так как анализируются уже сделанные предыдущими исследователями выводы и в связи с небольшим объемом данной формы работы. Преподаватель рекомендует литературу, которая может быть использована для написания реферата.

Другой формой самостоятельной работы является работа индивидуально или в парах (тройках, группах) при проведении практикумов или лабораторных работ. Для того, чтобы успешно организовать свою работу, необходимо пользоваться следующими рекомендациями:

- осмыслить тему предстоящего занятия в соответствии с заданием преподавателя;
- изучить теоретический материал по лекциям и источникам, указанным преподавателем, овладеть психологической терминологией в соответствии с темой;
- для лучшего осмысления материала составить к нему краткий или расширенный план, изложить материал тезисно или законспектировать;
- ознакомиться с планом занятия и подготовить необходимые протоколы, бланки, таблицы, образцы, рекомендованные преподавателем дисциплины;
- на самом занятии внимательно ознакомиться с порядком выполнения работы и оформления полученных данных;
- представить в конце занятия устный или письменный отчет (тема и цель работы, описание методики, протокол исследования, обработка данных, анализ и интерпретация результатов).

Все формы самостоятельной работы как аудиторной, так и внеаудиторной являются формами текущего контроля. По окончании курса дисциплины студенты сдают экзамен (форма итогового контроля). К экзамену студенты готовятся в течение всей работы с преподавателем, а также самостоятельно. Вопросы к экзамену даются преподавателем в конце курса.