

Документ подписан простой электронной подписью  
Информация о владельце:  
ФИО: Абдрахманов Данияр Марсипович  
Должность: ректор ГБОУ ВО "БАГУ"  
Дата подписания: 13.11.2023 10:37:18  
Уникальный программный идентификатор:  
6caf317d71a2c7d2f749ed2578795b66901352dd

Государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Башкирская академия государственной службы и управления  
при Главе Республики Башкортостан»

Кафедра экономики и управления

# РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

Тренинг личностного роста

Б1.В.05

Уровень высшего образования

МАГИСТРАТУРА

Направление подготовки

38.04.01 Экономика

Направленность

Экономическая политика

Квалификация

Магистр

Форма обучения

очно-заочная

Уфа 2023

Рабочая программа дисциплины Б1.В.05 Тренинг личностного роста /  
сост.Н.А. Биктимирова - Уфа: ГБОУ ВО «БАГСУ», 2023 год

Рабочая программа предназначена для обучающихся очно-заочной формы  
обучения по направлению подготовки 38.04.01 Экономика

РЕКОМЕНДОВАНА заседанием кафедры экономики и управления

протокол № 1 (247) от «28» августа 2023 г.

Заведующий  
кафедрой экономики и управления

З.Э. Сабирова

@ Биктимирова Н.А., 2023 год  
@ ГБОУ ВО «БАГСУ», 2023 год

## Содержание

1 Цели и задачи освоения дисциплины.....	4
2 Требования к результатам обучения по дисциплине .....	5
3 Структура и содержание дисциплины .....	11
3.1 Структура дисциплины.....	11
3.2 Содержание разделов дисциплины .....	12
3.3 Курсовой проект (курсовая работа) .....	20
4 Учебно-методическое обеспечение дисциплины .....	24
4.1 Основная литература .....	24
4.2 Дополнительная литература.....	25
4.3 Периодические издания.....	25
4.4 Интернет-ресурсы .....	26

## **1 Цели и задачи освоения дисциплины**

**Цель (цели)** освоения дисциплины:

Целью дисциплины «Тренинг личностного роста» является формирование у обучающихся теоретических представлений и знаний об истории возникновения и развития тренинговых методов, современных подходов к организации и проведению тренингов личностного роста.

Задачами изучения дисциплины являются:

- ознакомление с научно-теоретическими позициями (подходами) к формированию общего представления о личности;
- обучение процедурам определение роли метафоризации в тренинге;
- освоение тренинговых игр, упражнений и психотехник;
- выделение и анализ классификаций тренинговых групп.

## **2 Требования к результатам обучения по дисциплине**

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих результатов обучения:

Код компетенции	Содержание компетенции (или её части)	Индикаторы компетенций	Планируемые результаты обучения по дисциплине (learning outcomes), характеризующие этапы формирования компетенций
УК-3	Способен организовывать и руководить работой команды, вырабатывая командную стратегию для достижения поставленной цели	<p>ИУК-3.1 Знать основные этапы и виды коммуникаций, структуру процесса коммуникации, функции и принципы общения, основные законы психологии</p> <p>ИУК-3.2 Эффективно использует стратегию сотрудничества для достижения поставленной цели, определяет роль каждого участника в команде</p> <p>ИУК-3.3 Владеть: навыками налаживания внешних и внутренних коммуникаций в организации, современными технологиями влияния на индивидуальное и групповое поведение в организации</p>	<p><b><u>Знать:</u></b>  Низкий уровень освоения: Обучающийся владеет понятийным аппаратом, способен определять роль тренингов в процессе обучения, профессионального развития персонала и работы с кадровым резервом  Высокий уровень освоения: Обучающийся способен организовывать процессы обучения и служебно-профессионального продвижения с использованием тренингов</p> <p><b><u>Уметь:</u></b> Низкий уровень освоения: разрабатывать и проводить тренинговые занятия  Высокий уровень освоения: выбирать методы тренинговой работы и организовывать взаимодействие его участников с учетом особенностей психического и психофизиологического развития, особенностей регуляции поведения и деятельности человека на различных возрастных ступенях</p> <p><b><u>Владеть:</u></b> Низкий уровень освоения: навыки самообразования и самоорганизации  Высокий уровень освоения: организацией взаимодействия участников группы при проведении тренингового занятия с учетом особенностей психического и психофизиологического развития, особенностей регуляции поведения и деятельности человека на различных возрастных ступенях</p>

### 3 Структура и содержание дисциплины

#### 3.1 Структура дисциплины

##### 3.1.1 Очно-заочная форма обучения

Общая трудоемкость дисциплины составляет 2 зачетные единицы (72 академических часа).

Вид работы	Трудоемкость, академических часов	
	3 семестр	всего
<b>Общая трудоёмкость</b>	<b>72</b>	<b>72</b>
<b>Контактная работа:</b>	<b>18</b>	<b>18</b>
Лекции (Л)	-	6
Практические занятия (ПЗ)	18	18
<b>Самостоятельная работа:</b>	<b>50</b>	<b>50</b>
- подготовка к практическим занятиям;	20	20
- самоподготовка (проработка и повторение лекционного материала и материала учебников и учебных пособий);	20	20
- подготовка к докладам	10	10
<b>Вид итогового контроля</b>	<b>зачет</b>	<b>зачет</b>

#### Разделы дисциплины, изучаемые в 3 семестре

№ темы	Наименование темы	Количество часов			
		всего	аудиторная работа		внеауд. работа
			Л	ПЗ	
1	Тренинг личностного роста как метод практической психологии	26	-	6	20
2	Психологические особенности тренинговой группы личностного роста	26	-	6	20
3	Принципы организации и проведения психологического тренинга личностного роста	16	-	6	10
	Итого:	68	6	18	50

#### 3.2 Содержание разделов дисциплины

Тема 1. Тренинг личностного роста как метод практической психологии.

Методы работы психолога по цели и форме: информирование, консультирование, интервенция, тренинг; индивидуальные, групповые. Различие и соотношение понятий «групповая психотерапия», «групповая психокоррекция» и «групповой тренинг». Отличия тренинга от терапии, коррекции и обучения. Сферы применения психологического тренинга. Подходы к определению понятия «психологический тренинг». Специфические черты тренинга. Парадигмы тренинга: дрессура, тренировка, активное обучение, создание условий для самораскрытия участников и самостоятельного поиска ими решения проблем. Виды психологического тренинга.

Тема 2. Психологические особенности тренинговой группы личностного роста.

Цели тренинговой группы. Преимущества групповой формы психологической работы. Характеристики тренинговой группы. Групповая динамика. Групповые нормы. Ролевые

позиции в группе. Понятие о групповой сплоченности. Гомогенность и гетерогенность тренинговых групп. Качественный состав тренинговых групп. Количественный состав тренинговых групп. Классификация и основные виды тренинговых групп.

Тема 3. Принципы организации и проведения психологического тренинга личностного роста.

Понятие о принципах психологического тренинга. Связь принципов тренинга и изменений. Принципы создания среды тренинга. Принципы поведения участников тренинга. Организационные принципы.

### **3.2.1 Практические занятия (семинары)**

#### **Очно-заочная форма обучения**

№ занятия	№ темы	Тема практического занятия	Кол-во часов
1	1	Методика организации психологического тренинга	6
2	2	Оценка эффективности тренинга как метода преднамеренных изменений.	6
3	3	Особенности проведения тренинга личностного роста	6
4		Итого:	18

### **3.3 Курсовой проект (курсовая работа)**

Курсовой проект (курсовая работа) по дисциплине не предусмотрена учебным планом.

## **4 Учебно-методическое обеспечение дисциплины**

### **4.1 Основная литература**

1 Бобченко, Т. Г. Психологические тренинги: основы тренинговой работы: учебное пособие для вузов / Т. Г. Бобченко. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2021. — 132 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-12444-6. — Текст

2 Евтихов, О. В. Теория и практика тренинга: учебное пособие / О.В. Евтихов. — 3-е изд. — Москва: ИНФРА-М, 2021. — 174 с. — (Высшее образование: Бакалавриат). - ISBN 978-5-16-109590-4. - Текст: электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/1513627> (дата обращения: 27.10.2021). – Режим доступа: по подписке

### **4.2 Дополнительная литература**

1. Бобченко, Т. Г. Психологические тренинги: основы тренинговой работы: учебное пособие для вузов / Т. Г. Бобченко. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2021. — 132 с. — (Высшее образование).

2. Обухова, Ю. В. Практическая психология личности: драматические и игровые техники в работе психолога / Ю. В. Обухова; Южный федеральный университет. - Ростов-на-Дону: Издательство Южного федерального университета, 2018. - 124 с. - ISBN 978-5-9275-2568-3. - Текст: электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/1021632>

3. Примерная образовательная программа (ПООП) по направлению подготовки 37.03.01 Психология. // Федеральное учебно-методическое объединение в системе высшего образования по УГСН 37.00.00 «Психологические науки». – Москва, 2021.

#### 4.3 Периодические издания

1. Психологический журнал / Учредитель Институт психологии РАН; редакционная коллегия А. Л. Журавлев (главный редактор) [и др.]. - Москва, 1980. – Выходит 6 раз в год. – URL: [http://www.ipras.ru/cntnt/rus/institut\\_p/psihologic.html](http://www.ipras.ru/cntnt/rus/institut_p/psihologic.html)

2. Национальный психологический журнал / Учредитель Московский государственный университет им. М.В. Ломоносова; редакционная коллегия: Ю.П. Зинченко (главный редактор) [и др.]. – Москва, 2006. – ежекв. – URL: <http://npsyj.ru>

3. Вестник Московского университета. Серия 14. Психология / Учредитель Московский государственный университет имени М.В.Ломоносова; редакционная коллегия: Ю. П. Зинченко (главный редактор) [и др.]. – Москва, 1977– . – ежекв. – URL: <http://msupsyj.ru/>

4. Психологические исследования / Учредитель Российская академия образования; редакционная коллегия: В. Ф. Спиридонов (главный редактор) [и др.]. - Москва, 2008 -, - 6 выпусков в год. - URL: <http://psystudy.ru/index.php/about.html>

5. Современная зарубежная психология / Учредитель ФГБОУ ВО «Московский государственный психолого-педагогический университет»; редакционная коллегия: Т. В. Ермолова (главный редактор) [и др.]. - Москва, 2012. - ежекв. - URL: <http://psyjournals.ru/>

#### 4.4 Интернет-ресурсы

№	Наименование Интернет-ресурса	Тип Интернет - ресурса	Ссылка (URL) на Интернет ресурс
1	Библиотека психологической литературы BOOKAP (Books of the psychology) [Электронный ресурс]	Сайт	<a href="https://bookap.info">https://bookap.info</a>
2	«Флогистон: Психология из первых рук» [Электронный ресурс]	Сайт	<a href="http://flogiston.ru/library">http://flogiston.ru/library</a>
3	Сайт psychology.ru: Психология на русском языке. [Электронный ресурс]	Сайт	<a href="http://www.psychology.ru/Library">http://www.psychology.ru/Library</a>
4	Сайт «Мир психологии». [Электронный ресурс]	Сайт	<a href="http://psychology.net.ru/articles">http://psychology.net.ru/articles</a>
5	Психологический форум MyWord.ru [Электронный ресурс]	Сайт	<a href="http://psylib.myword.ru">http://psylib.myword.ru</a>



#### **4.5 Методические указания к практическим занятиям**

Цель практических занятий заключается в проработке теоретического материала, систематизированного в ходе проведения лекционных занятий, и приобретении практических навыков и умений в области обобщения и критической оценки исследований актуальных проблем психологии личности, выявления основных тенденций развития современной психологической науки и рассмотрения перспективных путей их практического применения. Основные задачи: систематизировать и обобщить имеющийся теоретический материал в области основ психологии личности и описания теорий личности, развить универсальные и общепрофессиональные компетенции в части анализа и синтеза подходов к описанию особенностей и закономерностей развития личности на протяжении всей жизни человека, использованию этих психологических закономерностей при решении практических задач в сфере личностной диагностики, проведения научного исследования, решения организационных вопросов, психологического просвещения и консультирования и др.

Одним из основных форматов проведения практических занятий является работа в малых группах по анализу конкретных ситуаций (в том числе авторских кейсов) с подготовкой обобщающих и аналитических материалов, на семинарских занятиях основной формат – организованная дискуссия. В ходе анализа конкретных ситуаций обучающиеся делятся на небольшие группы по 5-9 человек в каждой и формируют общую позицию по ситуации. Затем представители групп излагают общегрупповое решение, представляя, в случае необходимости, аналитические материалы. На заключительной стадии занятия преподаватель подводит общий итог по кейсу, либо по проведённой дискуссии.

Практические занятия, таким образом, сочетают в себе индивидуальную и групповую работу обучающихся, а также позволяет сформировать представление об интерактивной работе на занятиях и соответствующие практические навыки. Это обеспечивает актуализацию межпредметных связей, закладывает основу для изучения дисциплин (прохождения практики), связанных с освоением обучающимися основ профессиональной деятельности психолога и получением профессиональных умений и опыта практической деятельности. На семинарских занятиях используется дискуссия, которая организуется по классической схеме: высказывание своей точки зрения, ответы на вопросы, высказывание мнений других участников. Предполагается, что обучающиеся уже имеют определённое представление о предмете дискуссии, а задача преподавателя, - систематизировать общую картину, углубить знания в определённой области психологии личности, развития и современного состояния проблемных областей науки и практики современной психологической науки.

#### **4.6 Методические указания к курсовому проектированию и другим видам самостоятельной работы**

Одна из значимых задач подготовки обучающихся – воспитание навыков самостоятельной работы. Это один из главных резервов повышения качества подготовки специалистов. Система самостоятельной работы обучающихся - это: а) текущая работа над материалом учебной дисциплины (конспектирование лекций, работа с учебниками и ресурсами глобальной сети, электронно-библиотечных систем, выполнение упражнений, подготовка к контрольной работе и практическим занятиям); б) выполнение домашних заданий (подготовка сообщений на семинарах, выполнение индивидуально-творческих заданий, самостоятельное изучение по учебнику и другим источникам тех тем (модулей), входящих в программу, но не раскрытых в ходе лекционных занятий).

### **Критерии оценки результатов самостоятельной работы**

Критериями оценок результатов внеаудиторной самостоятельной работы студента являются:

- уровень освоения обучающимся учебного материала;
- умения обучающегося использовать теоретические знания при выполнении практических задач по изучению личности;
- сформированность универсальных (общеучебных) умений;
- умения обучающегося активно использовать электронные образовательные ресурсы, находить требующуюся информацию, изучать её и находить пути применения на практике;
- обоснованность и четкость изложения ответа;
- оформление материала в соответствии с требованиями;
- умение ориентироваться в потоке информации, выделять главное;
- умение четко сформулировать проблему, выделить её психологические механизмы, критически оценить возможные варианты воздействия и его последствия;
- умение показать, проанализировать альтернативные возможности, варианты действий;
- умение сформировать свою позицию, оценку и аргументировать её.

#### **4.7 Программное обеспечение, профессиональные базы данных и информационные справочные системы современных информационных технологий**

1. Справочно-правовые системы «Гарант» и «Консультант-плюс».
2. Научная электронная библиотека <http://www.elibrary.ru>
3. Универсальная информационная система «Россия» [www.cir.ru](http://www.cir.ru)
4. Информационно - образовательный портал Республики Башкортостан <https://edu.bashkortostan.ru/>
5. Электронно-библиотечная система «Юрайт» <http://www.biblio-online.ru/>
6. Электронно-библиотечная система «Znanium.com» <http://znanium.com>

Лекционные и практические занятия проводятся в специализированных аудиториях, которые оборудованы необходимым информационным обеспечением.

Аудитория 304.

Приложение: MicrosoftOffice 2010 Standart(договор поставки программного обеспечения № 178-ПО/2010 от 30.11.2010 г. (ООО "Абсолют-Информ"). Кол-во лицензий: 55 шт.)

Учебные программы:

- MicrosoftProjectStandart 2007 (договор поставки программного обеспечения № 028 – ПО/2009 от 10.12.2009 г (ООО "Аир-Информ"). Кол-во лицензий: 12 шт.)

- Диалог Nibelung (лицензионный договор № 0804/34 от 08.04.2015г. (ООО "Абсолют-Информ"). Кол-во лицензий: 11 шт.)

- СПС "Консультант Плюс" (соглашение об информационной поддержке от 09.06.2016 г. (ООО Компания права "Респект", РИЦ 33). Кол-во лицензий: сетевая версия (неограниченно))

- СДО "Прометей" (лицензия на право использования ПО по договору поставки программного обеспечения № 1/БАГСУ/02/07 от 14.03.2007 г. (ООО "Виртуальные технологии в образовании"). Кол-во лицензий: сетевая версия (неограниченно)).

Аудитория 315.

Приложение: MicrosoftOffice 2010 Standart (договор поставки программного обеспечения № 303-ПО/2011 от 19.07.2011 г. (ООО "Абсолют-Информ"). Кол-во лицензий: 11 шт.).

- СПС "Консультант Плюс" (соглашение об информационной поддержке от 09.06.2016 г. (ООО Компания права "Респект", РИЦ 33. Кол-во лицензий: сетевая версия (неограниченно))

#### **5 Материально-техническое обеспечение дисциплины**

В образовательном процессе применяются аудитории 304, 315.

Аудитория 304.

Персональный компьютер – 13 шт. свыходом в Интернет

Принтер HP Color LJ Pro 200 M25 frw (CF147A) A4 цветной лазерный - 1 шт.

Проектор Beng MW526 DLP 3200Lm WXGA – шт.1

Экран на штативе 180x180см DinonTripod - 1 шт.

29 посадочных мест.

Доска маркерно - магнитная -1 шт.

Доска классная -1 шт.

Аудитория 315.

Ноутбук SamsungNPRV480 – 1 шт. с выходом в Интернет.

Проектор Acer X1263(1024x768,17000.1,3000 lumen.1xVGA,S-Video,RCA)  
– 1 шт.

Экран настенный моторизированный – 1 шт.

Доска магнитно-маркерная - 1 шт.

Трибуна -2 шт.

58 посадочныхместа.

***К рабочей программе прилагаются:***

Фонд оценочных средств для проведения аттестации уровня сфорсированности компетенций обучающихся по дисциплине (модулю), который разрабатывается в виде отдельного документа.

Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины

Государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Башкирская академия государственной службы и управления  
при Главе Республики Башкортостан»

Кафедра экономики и управления

**Фонд**  
**оценочных средств**  
по дисциплине  
Тренинг личностного роста

Направление подготовки

38.04.01 Экономика

Направленность  
Экономическая политика

Квалификация

Магистр

Форма обучения

Очно-заочная

Уфа 2023

Фонд оценочных средств предназначен для контроля знаний обучающихся по направлению подготовки 38.04.01 Экономика

Направленность Экономическая политика по дисциплине «Тренинг личностного роста».

Составитель: Биктимирова Н.А.

Фонд оценочных средств обсужден на заседании кафедры экономики и управления.

Фонд оценочных средств является приложением к рабочей программе по дисциплине «Тренинг личностного роста».

**Раздел 1 – Паспорт фонда оценочных средств  
по дисциплине «Тренинг личностного роста»**

**1. Основные сведения о дисциплине**

Очно-заочная форма обучения

Общая трудоемкость дисциплины составляет 2 зачетные единицы (72 академических часа).

Вид работы	Трудоемкость, академических часов	
	3 семестр	всего
<b>Общая трудоёмкость</b>	<b>72</b>	<b>72</b>
<b>Контактная работа:</b>	<b>18</b>	<b>18</b>
Лекции (Л)	-	6
Практические занятия (ПЗ)	18	18
<b>Самостоятельная работа:</b>	<b>50</b>	<b>50</b>
- подготовка к практическим занятиям;	20	20
- самоподготовка (проработка и повторение лекционного материала и материала учебников и учебных пособий);	20	20
- подготовка к докладам	10	10
<b>Вид итогового контроля</b>	<b>зачет</b>	<b>зачет</b>

## 2. Требования к результатам обучения по дисциплине, формы их контроля и виды оценочных средств

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих результатов обучения

Формируемые компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине, характеризующие этапы формирования компетенций	Типы контроля
УК- 3 Способен организовывать и руководить работой команды, вырабатывая командную стратегию для достижения поставленной цели	<p><b><u>Знать:</u></b></p> <p>Низкий уровень освоения: Обучающийся владеет понятийным аппаратом, способен определять роль тренингов в процессе обучения, профессионального развития персонала и работы с кадровым резервом</p> <p>Высокий уровень освоения: Обучающийся способен организовывать процессы обучения и служебно-профессионального продвижения с использованием тренингов</p>	Подготовка к участию в тренинге. Устное индивидуальное собеседование – опрос
	<p><b><u>Уметь:</u></b> Низкий уровень освоения: разрабатывать и проводить тренинговые занятия</p> <p>Высокий уровень освоения: выбирать методы тренинговой работы и организовывать взаимодействие его участников с учетом особенностей психического и психофизиологического развития, особенностей регуляции поведения и деятельности человека на различных возрастных ступенях</p>	Выполнение и защита индивидуальных творческих заданий. Подготовка к участию в тренинге Устное индивидуальное собеседование.
	<p><b><u>Владеть:</u></b> Низкий уровень освоения: навыки самообразования и самоорганизации</p> <p>Высокий уровень освоения: организацией взаимодействия участников группы при проведении тренингового занятия с учетом особенностей психического и психофизиологического развития, особенностей регуляции поведения и деятельности человека на различных возрастных ступенях</p>	Письменные домашние работы. Устное индивидуальное собеседование – опрос Подготовка к участию в тренинге



**Соответствие разделов (тем) дисциплины и контрольно-измерительных материалов, и их количества**

№ п/п	Контролируемые разделы (темы) учебной дисциплины (модуля), практики, программы итоговой аттестации	Контрольно-измерительные материалы, количество заданий или вариантов			
		Тестовые задания	Типовые задачи/задания /вопросы	РГР (РГЗ)	Курсовой проект (проект)
1	Тренинг личностного роста как метод практической психологии	<b>2</b>	<b>-/-/16</b>	-	-
2	Психологические особенности тренинговой группы личностного роста	<b>2</b>	<b>4/1/5</b>	-	-
3	Принципы организации и проведения психологического тренинга личностного роста	<b>3</b>	<b>1/1/7</b>	-	-
4	Тренинг личностного роста как метод практической психологии	<b>3</b>	<b>3/1/5</b>	-	-

**Оценочные средства**

**Блок А**

**А.0 Фонд тестовых заданий по дисциплине**

1. Соедините цель практической деятельности психолога и способ ее достижения
  - 1) Информирование
    - А) Клиенту важно, чтобы психолог вместе с ним разработал проект необходимых изменений, осуществив который он добьется желаемого
    - 2) Консультирование
      - Б) Клиент запрашивает информацию, недостающую для самостоятельного осуществления желаемых изменений
      - 3) Интервенция
        - В) Клиенту важно, чтобы психолог сам произвел желаемые изменения
      - 4) Тренинг
        - Г) Клиенту важно научиться решать проблему в дальнейшем самостоятельно
    2. Какие утверждения верны?
      - А) Тренинг – активный метод обучения
      - Б) Тренинг – метод развития отдельных качеств
      - В) Тренинг – метод преднамеренных изменений
      - Г) Тренинг – метод воздействия
    3. Расположите парадигмы тренинга по степени уменьшения уровня манипулятивности участниками.

- А) Тренинг как форма дрессуры
- Б) Тренинг как форма активного обучения
- В) Тренинга как метод самораскрытия участников
- Г) Тренинга как тренировка

4. Участники распределяют между собой и обживают социальные ниши в группе. Проявляется стремление к соперничеству. Происходит активное распределение ролей. Повышается агрессивность

- 1) Фаза ориентации и зависимости
- 2) Фаза «притирки» и конфликта
- 3) Фаза сотрудничества и целенаправленной деятельности
- 4) Фаза завершения (умирания) группы

5. Группа заканчивает свое существование как социальная структура.

- 1) Фаза ориентации и зависимости
- 2) Фаза «притирки» и конфликта
- 3) Фаза сотрудничества и целенаправленной деятельности
- 4) Фаза завершения (умирания) группы

6. Ведущий проводит анализ, обобщает и комментирует происходящее в группе.

- 1) Руководящая функция
- 2) Аналитическая функция
- 3) Экспертная функция
- 4) Посредническая функция

7. Ведущий может вмешиваться в групповые процессы в случаях, когда группа испытывает затруднения.

- 1) Руководящая функция
- 2) Аналитическая функция
- 3) Экспертная функция
- 4) Посредническая функция

8. Гуманистическая позиция в тренинговой работе состоит в том

- 1) успех работы тренинговой группы определяется, прежде всего, системой применяемых психотехник,
- 2) ведущий обладал такими личностными характеристиками, которые позволили бы ему заботиться о создании максимально благоприятных условий развития самосознания участников группы.

9. Задачу создания такой атмосферы в группе, которая позволяла бы каждому участнику преодолеть напряжение и неопределенность, уточнить цели работы и получить представление о принципах и правилах, которые будут действовать в группе характерна для этапа

- 1) Этап создания работоспособности.
- 2) Этап изменений.
- 3) Завершающий этап.
- 4) Этап ориентации.

10. Задача получения каждым участником и группой в целом обобщенной и индивидуализированной информации об эффективности работы и возможностях ее продолжения, проработку вариантов применения полученных результатов на практике характерна для этапа

- 1) создания работоспособности.
- 2) изменений.
- 3) завершающего этапа.
- 4) этапа ориентации

## Блок В

### Типовые задачи для решения:

1 Заполните таблицу. Конкретизируйте особенности подходов к ведению групп. Дополните таблицу, укажите и охарактеризуйте еще один подход, который применяется в социально – психологических тренингах в организациях.

Подход	Специфика ведения группы	На развитие каких навыков и качеств направлен
Гештальт-подход		
Транзактный анализ		
Поведенческий Подход		
Когнитивный подход		

2 Напишите эссе на тему «Групповая работа и мотивация участия в группе». Ответьте на следующие вопросы.

- Что приводит людей в группу?
- Как сделать группу такой, в которой хочется работать?
- Как управлять рабочим настроением и удерживать заинтересованность группы?
- Когда можно встретиться с принуждением?
- Стоит ли принуждать и почему?
- В чем выражается принуждение?

3 Творческое задание. Сформулируйте правила для группы рядовых работников. Предусмотрите особые правила, касающиеся пассивности и ожидания четких рекомендаций

для действий. Постарайтесь очертить другие особенности подобной группы. 8. Письменно или графически представьте структуру потребностей человека, подходящего на групповое тренинговое занятие, в котором решаются задачи снижения уровня профессионального стресса и достижения неуязвимости в работе с клиентами. Можете воспользоваться людей классификацией потребностей (А. Маслоу, В. Макдауголла и др.).

#### 4 задание

1) Опишите группу работников в организации, для которой вам предстоит провести тренинг. Последовательно ответьте на следующие вопросы

- Кто ваши участники по полу, возрасту, социальному статусу, профессии и т.д.?
- Можно ли нарушать однородность группы для тренинга по предложенной вами теме?
- Насколько актуальна предлагаемая тема для ваших предполагаемых участников?
- Переформулируйте тему или измените характеристики группы, то есть приведите в соответствие характеристики темы и группы. Что сделать легче – изменить тему или набрать другую группу для тренинга?

2) Придумайте для него метафору, для чего ответьте на вопросы:

Что это будет: тренажер, карнавал, совещание экспертов, проба пера, группа в больнице и т.д. Придумайте для названия поговорку, слоган или пословицу, например «Семь бед – один ответ», «Ловись рыбка, большая и маленькая», «Три девицы под окном...» и т.д.

3) Проанализируйте правила, подходящие для данной группы, спрогнозируйте, кто к вам придет. Какие трудности и риски принуждения следует предусмотреть?

4) Составьте рекламный текст для продвижения вашего продукта, обозначив слушателям: - что они получают; - что узнают; - как вы можете понравиться и «зацепить» слушателей.

## Блок D

### Форма зачета: проведение тренингового занятия.

#### Вопросы к зачету:

1. Подходы к определению понятия «ролевой тренинг».
2. Методы практической работы психолога. Отличия психологического тренинга от терапии, коррекции и обучения.
3. Специфические черты психологического тренинга как метода практической работы психолога.
4. Парадигмы психологического тренинга: дрессура, тренировка, активное обучение, создание условий для самораскрытия участников и самостоятельного поиска ими решения проблем.
5. Виды ролевого тренинга.
6. Тренинговые группы. Преимущества групповой формы работы в психологическом тренинге.
7. Классификация и основные виды психологических тренинговых групп.
8. Цели, направления и задачи психологической тренинговой группы.
9. Групповая динамика в психологическом тренинге.
10. Предмет работы и функции ведущего психологическую тренинговую группу.
11. Роли ведущего психологический тренинг.
12. Этапы деятельности ведущего психологический тренинг, содержание деятельности ведущего на каждом из них.
13. Понятие о принципах психологического тренинга.
14. Организационные принципы психологического тренинга.
15. Принципы создания среды психологического тренинга.
16. Принципы поведения участников психологического тренинга.
17. Этические принципы психологического тренинга.

18. Этапы деятельности ведущего психологический тренинг и принципы реализуемые на каждом из них.
19. Методы психологического тренинга. Классификация методов психологического тренинга.
20. Методы представления информации в психологическом тренинге: определение, основные методы, их определение, функции.
21. Иммитационные методы психологического тренинга: определение, основные методы, их определение, функции. Примеры упражнений, реализующих иммитационные методы.
22. Применение метода визуализации в психологическом тренинге. Примеры упражнений, реализующих метод визуализации.
23. Применение метода психогимнастики в психологическом тренинге. Примеры упражнений, реализующих метод психогимнастики.
24. Применение метода ролевой игры в психологическом тренинге. Примеры ролевых игр, используемых в психологическом тренинге.
25. Применение метода проективного рисования в психологическом тренинге. Примеры упражнений, реализующих метод проективного рисования.
26. Применение лекции в психологическом тренинге.
27. Применение систематизированного обзора в психологическом тренинге. Пример систематизированного обзора (подготовить свой печатный вариант).
28. Применение программированной инструкции в психологическом тренинге. Пример программированной инструкции (подготовить свой печатный вариант).
29. Применение дискуссии и ее видов в психологическом тренинге. Пример тем для дискуссии.
30. Этапы выполнения упражнений в психологическом тренинге. Инструктирование участников тренинга. Завершение процедурной части упражнения. Обсуждение выполнения упражнения. Пример упражнения и его выполнения.
31. Проблема подготовки к тренингу и составления тренинговой программы. Требования к организации психологических тренингов.
33. Принципы построения программы тренинга. Основные разделы программы тренинга, их содержание.
34. Структура тренингового занятия, описание работы ведущего и группы на каждом этапе.
35. Методы мониторинга тренинговых программ.
36. Показания к использованию психологического тренинга с детьми и подростками. Основные задачи и виды психологического тренинга с детьми и подростками.
37. Формирование детской и подростковой психологической тренинговой группы.
38. Эффекты психологического тренинга. Психологические, предметные, экономические критерии эффективности тренинга

### **Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины**

*Практические занятия и активные формы обучения.* Практические занятия должны быть основаны на современных методах интерактивных технологий обучения. В качестве методов активных форм обучения предлагается использовать дискуссии, проигрывание ролей, приглашение практиков в аудиторию, практикующие упражнения, посещение реальных организаций, применение аудиовизуальных средств (просмотр учебных видеofilьмов). На практических занятиях целесообразно проводить тестирование, которое позволит лучше закрепить лекционный материал и подготовиться к зачету. Практические занятия должны предусматривать развитие креативного мышления, культуры речевого поведения, языковую грамотность, умение взаимодействовать в командах и проявлять лидерские качества.

*Проведение зачета.* Проведение тренинга в группе

*Самостоятельная работа обучающихся.* Существенным элементом самостоятельной работы обучающихся является изучение рекомендованной литературы. Изучая учебную литературу, следует уяснить основное содержание той или иной проблемы исследований в менеджменте. Глубокое усвоение методов исследований в менеджменте предполагает обращение к его истории становления и развития, знание классических и современных концепций. Самостоятельная работа требует постоянного уточнения сущности и содержания инструментов исследований в менеджменте посредством обращения к учебной и периодической литературе, ресурсам Internet.

*Подготовка обучающихся к практическим занятиям и активным формам обучения.* В ходе подготовки к практическим занятиям важное место отводится самостоятельной работе с научной и учебно-методической литературой: монографиями, научными сборниками, статьями, учебниками, учебными пособиями. Рекомендуется делать записи о проделанной самостоятельной работе, которые могут быть представлены в разной форме: краткий план книги, тезисы, выписки, аннотация, конспект. Подготовка к практическим занятиям не сводится только к работе с учебной и научной литературой, но включает и повторение лекционного материала.