

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РФ  
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Мурманский арктический государственный университет»  
(ФГБОУ ВО «МАГУ»)

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**Б1.В.ДВ.08.02 Тренинг ассертивного поведения**

(название дисциплины (модуля) в соответствии с учебным планом)

**основной профессиональной образовательной программы  
по направлению подготовки**

**37.03.01 Психология,  
направленность (профиль) Практическая психология**

(код и наименование направления подготовки  
с указанием направленности (наименования профиля))

**высшее образование – бакалавриат**

уровень профессионального образования: высшее образование – бакалавриат / высшее образование –  
специалитет, магистратура / высшее образование – подготовка кадров высшей квалификации

**бакалавр**

квалификация

**заочная**

форма обучения

**2020**

год набора

**Составитель:**

**Храпенко И.Б.**, канд. психол. наук, доцент,  
доцент кафедры психологии

Утверждена на заседании

кафедры психологии

Психолого-педагогического института  
(протокол №9 от 13 мая 2020 г.)

Зав. кафедрой  И.А. Синкевич

**1. ЦЕЛЬ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) Б1.В.ДВ.08.02** Тренинг ассертивного поведения - формирование уверенного поведения и повышение уровня личностной зрелости обучающихся, их профессиональной компетентности.

**В результате освоения дисциплины обучающийся должен:**

**Знать:**

- стандартные базовые процедуры оказания индивиду, группе, организации психологической помощи с использованием традиционных методов и технологий;
- формы и методы работы с персоналом организации с целью отбора кадров и создания психологического климата, способствующего оптимизации производственного процесса

**Уметь:**

- осуществлять стандартные базовые процедуры оказания индивиду, группе, организации психологической помощи с использованием традиционных методов и технологий;
- проводить работы с персоналом организации с целью отбора кадров и создания психологического климата, способствующего оптимизации производственного процесса.

**Владеть:**

- стандартными базовыми процедурами оказания индивиду, группе, организации психологической помощи с использованием традиционных методов и технологий;
- методами работы с персоналом организации с целью отбора кадров и создания психологического климата, способствующего оптимизации производственного процесса.

**2. ПЕРЕЧЕНЬ ПЛАНИРУЕМЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ), СООТНЕСЕННЫХ С ПЛАНИРУЕМЫМИ РЕЗУЛЬТАТАМИ ОСВОЕНИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ.**

**В результате освоения дисциплины обучающиеся овладевают следующими компетенциями:**

- способностью к осуществлению стандартных базовых процедур оказания индивиду, группе, организации психологической помощи с использованием традиционных методов и технологий (ПК-3);
- способностью к проведению работ с персоналом организации с целью отбора кадров и создания психологического климата, способствующего оптимизации производственного процесса (ПК-13).

**3. УКАЗАНИЕ МЕСТА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ.**

Дисциплина Б1.В.ДВ.08.02 «Тренинг ассертивного поведения» относится к вариативной части основной профессиональной образовательной программы по направлению подготовки 37.03.01 Психология, направленность (профиль) «Практическая психология».

**4. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В ЗАЧЕТНЫХ ЕДИНИЦАХ С УКАЗАНИЕМ КОЛИЧЕСТВА АКАДЕМИЧЕСКИХ ИЛИ АСТРОНОМИЧЕСКИХ ЧАСОВ, ВЫДЕЛЕННЫХ НА КОНТАКТНУЮ РАБОТУ ОБУЧАЮЩИХСЯ С ПРЕПОДАВАТЕЛЕМ (ПО ВИДАМ УЧЕБНЫХ ЗАНЯТИЙ) И НА САМОСТОЯТЕЛЬНУЮ РАБОТУ ОБУЧАЮЩИХСЯ.**

Общая трудоемкость дисциплины составляет 3 зачетные единицы или 108 часов, из расчета 1 ЗЕТ= 36 часов.

Курс	Семестр	Трудоемкость в ЗЕТ	Общая трудоемкость (час.)	Контактная работа			Всего контактных часов	Из них в интерактивной форме	Кол-во часов на СРС	Курсовые работы	Кол-во часов на контроль	Форма контроля
				ЛК	ПР	ЛБ						
3	6	3	108	4	6		10	2	94		4	зачет
<b>Итого:</b>		<b>3</b>	<b>108</b>	<b>4</b>	<b>6</b>		<b>10</b>	<b>2</b>	<b>94</b>		<b>4</b>	<b>зачет</b>

В интерактивных формах часы используются в виде:

- учебных дискуссий (УД);
- групповых обсуждений (ГО);
- решения кейс-заданий (КЗ);

### 5. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ), СТРУКТУРИРОВАННОЕ ПО ТЕМАМ (РАЗДЕЛАМ) С УКАЗАНИЕМ ОТВЕДЕННОГО НА НИХ КОЛИЧЕСТВА АКАДЕМИЧЕСКИХ ИЛИ АСТРОНОМИЧЕСКИХ ЧАСОВ И ВИДОВ УЧЕБНЫХ ЗАНЯТИЙ

№ п/п	Наименование темы (раздела)	Контактная работа (час.)			Всего контактных часов	Из них в интерактивной форме	Кол-во часов на СРС	Кол-во часов на контроль
		ЛК	ПР	ЛБ				
1	Социально – психологический тренинг как метод практической психологии	1	2		3		18	
2	Понятие о личности и личностном росте и уверенном поведении	1	1		2		19	
3	Уверенное поведение и общение	1	1		2	1	19	
4	Уверенное поведение и творчество	1	1		2	1	19	
5	Уверенное поведение и профессия		1		1		19	
	<b>Зачет</b>							4
	<b>ИТОГО:</b>	<b>4</b>	<b>6</b>		<b>10</b>	<b>2</b>	<b>94</b>	<b>4</b>

#### Содержание дисциплины Б1.В.ДВ.08.02 Тренинг ассертивного поведения

##### Тема 1. Социально – психологический тренинг как метод практической психологии

Общение, его функции, виды, уровни, структура, средства. СПТ межличностного взаимодействия (общения); история его формирования. Основные понятия «Т-группы»: обучающая лаборатория; обучение тому, как учиться; «здесь и теперь». Методические основы организации Т-групп: поведение руководителя; коммуникативные умения; структурированный подход; применение в организациях; оценка эффективности.

##### Тема 2. Понятие о личности, личностном росте и уверенном поведении

Первоначальная формулировка проблемы личностного роста и уверенного поведения. Освоение навыков переформулирования проблем таким образом, чтобы осознавалась значимость личностного роста в развитии межличностных отношений и собственной ответственности за решение проблем. Освоение навыков диагностики и самодиагностики индивидуальных стратегий взаимопонимания («рационалистическое» и «эмпирическое» взаимопонимание).

##### Тема 3. Уверенное поведение и общение

Первоначальная формулировка коммуникативных проблем, возникающих в реальной жизни у участников группы в процессе межличностного общения. Освоение навыка группового обсуждения сформулированных проблем и выработки единого мнения по поводу профессионально и личностно значимых качеств психолога. Освоение навыков выявления (осознания) коммуникативных барьеров (внутренних и внешних), затрудняющих общение в группе и поиска путей их преодоления. Освоение навыков и техник приема и подачи обратной связи в группе по поводу переживаемого опыта взаимодействия «здесь и сейчас».

##### Тема 4. Уверенное поведение и творчество

Освоение навыков осознания этапов творческого процесса: подготовка, фрустрация, инкубация, инсайт, разработка. Осознание качеств и особенностей поведения, помогающих и препятствующих развитию креативности. Осознание особенностей собственной креативности: способов ее проявления и барьеров развития. Освоение навыков видения одного итога же явления с непривычных, неожиданных, нетрадиционных сторон.

## **Тема 5. Уверенное поведение и профессия**

Первоначальная формулировка проблем педагогического общения и педагогической перцепции. Освоение навыка переформулирования проблем таким образом, чтобы осознавалась собственная ответственность за их решение. Освоение навыков поддержки применительно к школьным ситуациям на основе выявленных отличий между похвалой, знаком внимания и поддержкой. Освоение техник «Я - слушание» и «Я - высказывание» в ситуации педагогического общения.

## **6. ПЕРЕЧЕНЬ УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ, НЕОБХОДИМОГО ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ).**

### **Основная литература**

1. Рамендик, Д. М. Тренинг личностного роста: учебник и практикум для вузов / Д. М. Рамендик. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 136 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07294-5. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/451538>
2. Стишенок И. В. Тренинг уверенности в себе : развитие и реализация новых возможностей / Стишенок И. В. - СПб. : Речь, 2012. - 229 с.
3. Фопель К. Технология ведения тренинга: теория и практика / К. Фопель. - М.: Генезис, 2013. — 272 с.

### **Дополнительная литература**

1. Вачков И.В. Психология тренинговой работы Содержательные, организационные и методические аспекты ведения тренинговой группы /И. В. Вачков - Москва:Эксмо.- 2007
2. Ковальчук А. С. Основы имиджологии и делового общения : учеб. пособие для студ. вузов, обуч. по спец. "Социально-культурная деятельность". - 5-е изд., доп. и перераб. - Ростов н/Д : Феникс, 2007. - 282 с.
3. Матяш Н. В. Методы активного социально-психологического обучения : учеб. пособие для студ. вузов, обуч. по спец. 031000 (050706) - Педагогика и психология - М. : Академия, 2007
4. Петрушин С.В. Психологический тренинг в многочисленной группе (методика развития компетентности в общении в группах от 40 до 100 человек).- 3-е изд.- М.: Академический Проект, 2004.- 256с

## **7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

В соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом высшего образования по направлению подготовки 37.03.01 Психология (уровень бакалавриата) в образовательном процессе используются:

1) учебные аудитории для проведения занятий, предусмотренных программой бакалавриата, оснащенные оборудованием и техническими средствами, состав которых определяется в рабочих программах дисциплин (модулей): учебная мебель, перечень технических средств обучения - ПК, оборудование для демонстрации презентаций, наглядные пособия;

2) помещения для самостоятельной работы оснащены компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду МАГУ

### **7.1 ПЕРЕЧЕНЬ ЛИЦЕНЗИОННОГО ПРОГРАММНОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ:**

- 7.1.1. Лицензионное программное обеспечение отечественного производства: Kaspersky Anti-Virus.
- 7.1.2. Лицензионное программное обеспечение зарубежного производства: Corel Draw, MS Office, Windows 7 Professional, Windows 10.
- 7.1.3. Свободно распространяемое программное обеспечение отечественного производства: 7Zip.
- 7.1.4. Свободно распространяемое программное обеспечение зарубежного производства: Adobe Reader, FlashPlayer, Google Chrome, Mozilla FireFox.

### **7.2. ЭЛЕКТРОННО-БИБЛИОТЕЧНЫЕ СИСТЕМЫ:**

1. Электронно-библиотечная система «Университетская библиотека онлайн» [Электронный ресурс]. - Режим доступа: <https://biblioclub.ru>
2. Электронно-библиотечная система «Лань» [Электронный ресурс]. - Режим доступа: <https://e.lanbook.com>

3. Электронно-библиотечная система «Юрайт» [Электронный ресурс]. - Режим доступа: <https://biblio-online.ru/>

### **7.3. СОВРЕМЕННЫЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЕ БАЗЫ ДАННЫХ**

1. Судебные и нормативные акты РФ <http://sudact.ru/>
2. Информационно-аналитическая система SCIENCE INDEX
3. Электронная база данных Scopus
4. Базы данных компании CLARIVATE ANALYTICS

### **7.4.ИНФОРМАЦИОННО-СПРАВОЧНЫЕ СИСТЕМЫ**

1. Справочно-правовая система. Консультант Плюс [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.consultant.ru/>
2. eLIBRARY.RU —электронная библиотека научных публикаций [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.elibrary.ru>
3. Университетская информационная система РОССИЯ (УИС РОССИЯ) [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://uisrussia.msu.ru>

### **8. ИНЫЕ СВЕДЕНИЯ И МАТЕРИАЛЫ НА УСМОТРЕНИЕ ВЕДУЩЕЙ КАФЕДРЫ**

Не предусмотрено.

### **9. ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ ДЛЯ ЛИЦ С ОВЗ**

Для обеспечения образования инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья реализация дисциплины может осуществляться в адаптированном виде, с учетом специфики освоения и дидактических требований, исходя из индивидуальных возможностей и по личному заявлению обучающегося.