



МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Магнитогорский государственный технический университет им. Г.И. Носова»



УТВЕРЖДАЮ:

Директор института
гуманитарного образования
Г.И. НОСОВА

Т.Е. Абрамзон

«16» октября 2018 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

ТРЕНИНГ АССЕРТИВНОСТИ

Специальность
37.05.02 ПСИХОЛОГИЯ СЛУЖЕБНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Специализация
МОРАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ СЛУЖЕБНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Уровень высшего образования –
СПЕЦИАЛИТЕТ

Форма обучения
Очная

Институт	Гуманитарного образования
Кафедра	Психологии
Курс	5
Семестр	9

Магнитогорск
2018 г.

Рабочая программа составлена на основе требований ФГОС ВО по специальности 37.05.02 Психология служебной деятельности, утвержденного приказом МОиН РФ от 19 декабря 2016 г. N 1613 для специализации Морально-психологическое обеспечение служебной деятельности

Рабочая программа рассмотрена и одобрена на заседании кафедры психологии «05» октября 2018 г., протокол № 2.

Зав. кафедрой  / О.П. Степанова/

Рабочая программа одобрена методической комиссией института гуманитарного образования «16» октября 2018 г., протокол № 3.

Председатель  Т.Е. Абрамзон/

Рабочая программа составлена:

доцент, канд. пед. наук, доцент

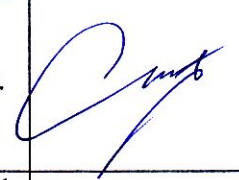
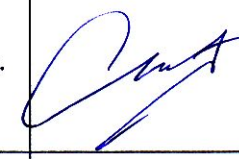
 / Н.Г. Баженова/

Рецензент:

Помощник начальника управления-
Начальник ОРДС управления МВД России по
г. Магнитогорску, подполковник внутренней службы

 / СВ. Брыков/

Лист регистрации изменений и дополнений

№ п/п	Раздел программы	Краткое содержание изменения/дополнения	Дата. № протокола заседания кафедры	Подпись зав. кафедрой
1	п.8 п.9	Актуализация учебно-методического и информационного обеспечения дисциплины. Актуализация материально-технического обеспечения дисциплины.	протокол № 2 от 14.10.2019 г.	
2	п.8 п.9	Актуализация учебно-методического и информационного обеспечения дисциплины. Актуализация материально-технического обеспечения дисциплины.	протокол № 1 от 01.09.2020 г.	

1. Цели освоения дисциплины

Целями освоения дисциплины «Тренинг ассертивности» являются: формирование способности реализовывать психологические методики и технологии, ориентированные на личностный рост, охрану здоровья индивидов и коллективов служебной деятельности; способности разрабатывать и реализовывать программы, направленные на предупреждение отклонений в социальном и личностном статусе сотрудников, военнослужащих и иных лиц, рисков профессиональной деформации.

2 Место дисциплины в структуре образовательной программы подготовки специалиста

Дисциплина «Тренинг ассертивности» входит в Вариативную часть образовательной программы специалитета 37.05.02 Психология служебной деятельности.

Для изучения данной учебной дисциплины необходимы следующие знания, умения и навыки, формируемые предшествующими дисциплинами: Тренинг взаимодействия, Социальная психология, Психология здоровья, Анатомия и физиология центральной нервной системы, Социально-психологический тренинг, Технологии личностного развития, Тренинг личностного роста, Нейролингвистическое программирование, Гештальттерапия, Психология труда, Юридическая психология, Психология лжи и скрываемых обстоятельств, Психология девиантного поведения, Военная психология, Наркология.

При изучении дисциплины знания (умения, владения) формируются при параллельном изучении дисциплин: Корпоративный тренинг, Основы психиатрии, Телесно-ориентированная терапия.

Знания (умения, владения), полученные при изучении данной дисциплины, будут необходимы для освоения последующих дисциплин: Основы психотерапии, Пенитенциарная психология, Криминальная психология, Учебная - практика по получению первичных профессиональных умений и навыков, в том числе первичных умений и навыков научно-исследовательской деятельности, Производственная - практика по получению профессиональных умений и опыта профессиональной деятельности, Производственная – преддипломная практика, Подготовка к защите и защита выпускной квалификационной работы, Подготовка к сдаче и сдача государственного экзамена.

3 Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения дисциплины и планируемые результаты обучения

В результате освоения дисциплины «Тренинг ассертивности» обучающийся должен обладать следующими компетенциями:

Структурный элемент компетенции	Планируемые результаты обучения
ПК-12 - способностью реализовывать психологические методики и технологии, ориентированные на личностный рост, охрану здоровья индивидов и групп	
Знать	- психологические методики и технологии, ориентированные на личностный рост индивидов и группы служебного коллектива; - психологические методики и технологии, ориентированные на охрану здоровья индивидов и групп;
Уметь	- адекватно применять психологические методики и технологии, ориентированные на личностный рост индивидов и группы; - анализировать и интерпретировать психологические методики и технологии, ориентированные на личностный рост, охрану здоровья индивидов и групп.
Владеть	- навыком подбора адекватных методик и технологий, ориентированных на личностный рост, охрану здоровья индивидов и групп.
ПК-14 - способностью разрабатывать и реализовывать программы, направленные на	

Структурный элемент компетенции	Планируемые результаты обучения
предупреждение нарушений и отклонений в социальном и личностном статусе, психическом развитии сотрудников, военнослужащих и иных лиц, рисков асоциального поведения, профессиональных рисков, профессиональной деформации	
Знать	<ul style="list-style-type: none"> - алгоритм составления программы, направленной на предупреждение нарушений и отклонений в социальном и личностном статусе, психическом развитии сотрудников, военнослужащих и иных лиц; - особенности проявления профессиональной деформации сотрудников, военнослужащих и иных лиц.
Уметь	<ul style="list-style-type: none"> - разрабатывать программы коррекции нарушений и отклонений в социальном и личностном статусе сотрудников и военнослужащих; - апробировать реализацию программ по предупреждению профессиональной деформации сотрудников служебной сферы.
Владеть	<ul style="list-style-type: none"> - навыком анализа результативности реализации программ, направленных на предупреждение нарушений и отклонений в социальном и личностном статусе, психическом развитии сотрудников, военнослужащих.

4 Структура и содержание дисциплины

Общая трудоемкость дисциплины составляет __4__ зачетных единиц __144__ акад. часов, в том числе:

- контактная работа – __91__ акад. часов;
- аудиторная – __90__ акад. часов;
- внеаудиторная – __1__ акад. часов
- самостоятельная работа – __53__ акад. часов;
- подготовка к экзамену – акад. часа

Раздел/ тема дисциплины	Семестр	Аудиторная контактная работа (в акад. часах)			Самостоятельная работа (в акад. часах)	Вид самосто-ятельной работы	Форма текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации	Код и структурный элемент компетенции
		лекции	лаборат. занятия	практич. занятия				
Раздел 1. Тренинг ассертивности и современная психологическая практика								
1.1. Методические проблемы применения психологического поведенческого тренинга.	9	4	16/16И		8	Составление глоссария по теме	Опрос на лекционном занятии	ПК-12,14-зу
1.2. Определение понятий уверенное и неуверенное поведение.	9	2	8/8И		8	Подготовка к лабор занятию	Презентация изученного материала в электронном виде	ПК12,14-зу
Итого по разделу		6	24/24И		16		Тестирование	
Раздел 2. Программа Тренинга ассертивности.								
2.1. Этапы работы над программой тренинга.	9	2	8/8И		10	Составление глоссария по теме	Презентация изученного материала в электронном виде	ПК12-ув
2.2. Вербальные и невербальные компоненты уверенного	9	2	8/8И		8	Подготовка к лабор занятиям	Ведение лабораторного занятия совместно с преподавателем	ПК-12,14-ув

Раздел/ тема дисциплины	Семестр	Аудиторная контактная работа (в акад. часах)			Самостоятельная работа (в акад. часах)	Вид самосто-ятельной работы	Форма текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации	Код и структурный элемент компетенции
		лекции	лаборат. занятия	практич. занятия				
поведения.								
2.3. Попытка ввести новые формы поведения в реальную жизнь.	9	4	16/16И		8	Составление структурно-логической схемы занятия тренинга	Опрос на лекционном занятии	ПК-14-зв
Итого по разделу		8	32/32И		26		Тестирование	
Раздел 3. Динамика группы в тренинге								
3.1. Этапы развития группы в тренинге.	9	2	8/8И		5	Составление кроссворда по теме занятия	Ведение лабораторного занятия совместно с преподавателем	ПК-14-ув
3.2. Стадии развития групп со спонтанной динамикой.	9	2	8/8И		6	Составление структурно-логической схемы занятия тренинга	Презентация изученного материала в электронном виде	ПК-12,14-зу
Итого по разделу		4	16/16И		11		Тест для самопроверки Самостоятельное ведение занятия	
Итого за семестр		18	72/72И		53		Зачет	ПК-12,14-зув
Итого по дисциплине		18	72/72И		53		Зачет	ПК-12,14-зув

5. Образовательные и информационные технологии

Самый оптимальный вариант планирования и организации студентом времени, необходимого для изучения дисциплины – распределить учебную нагрузку равномерно, т.е. каждую неделю знакомиться с необходимым теоретическим материалом самостоятельно и закреплять полученные знания на лабораторных занятиях, прочитывая рекомендуемую литературу.

В работе предполагаются как элементы традиционной формы работы, так и формы работы с использованием игровых технологий и проблемных технологий, а именно:

Формы учебных занятий с использованием традиционных технологий:

Информационная лекция – последовательное изложение материала в дисциплинарной логике, осуществляемое преимущественно вербальными средствами (монолог преподавателя).

Лабораторные занятия – предполагают овладение диагностическим инструментарием психологического исследования, необходимыми навыками интерпретации результатов и прогнозирования развития.

Самостоятельная работа обучаемых имеет целью закрепление и углубление полученных знаний и навыков, подготовку к предстоящим занятиям и зачету по дисциплине, а также формирование навыков умственного труда и самостоятельности в поиске и приобретении новых знаний. На самостоятельной подготовке студенты знакомятся с рекомендованной литературой, конспектируют источники, дополняют конспект лекций, используют мультимедийные обучающие программы, решают ситуационные задачи и отвечают на контрольные вопросы, готовят рефераты, стимульный материал и демонстрационный материал для работы на практических занятиях.

Игровые технологии – организация образовательного процесса, основанная на реконструкции моделей поведения в рамках предложенных сценарных условий.

Формы учебных занятий с использованием игровых технологий:

Учебная игра – форма воссоздания предметного и социального содержания будущей профессиональной деятельности специалиста, моделирования таких систем отношений, которые характерны для этой деятельности как целого.

Деловая игра – моделирование различных ситуаций, связанных с выработкой и принятием совместных решений, обсуждением вопросов в режиме «мозгового штурма», реконструкцией функционального взаимодействия в коллективе и т.п.

Ролевая игра – имитация или реконструкция моделей ролевого поведения в предложенных сценарных условиях.

6. Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы студентов

Раздел 1. Тренинг ассертивности и современная психологическая практика.

1.1. Методические проблемы применения психологического поведенческого тренинга.

Задание студентам: самостоятельно изучить следующие вопросы:

1. Тренинг как обучающая лаборатория, тренинг как групповой психотерапевтический процесс.
2. Методические средства, используемые в тренинге.
3. Анализ содержательных программ тренинга.
4. Проведение тренинговых упражнений.
5. Понятие и значение тренинга.
6. Цели и смысл тренинговой работы. Требования, предъявляемые к тренинговой работе.
7. Специфика тренинга в отличие от других средств обучения и от других видов психотерапевтических процессов.
8. Значение тренинга.

- Составить глоссарий по данной теме не менее 50 терминов.

1.2. Определение понятий уверенное и неуверенное поведение.

Задание студентам: подготовить доклад по следующим теоретическим вопросам курса с целью их дальнейшей проработки на лабораторном занятии:

- Опишите понятия «уверенное» и «неуверенное» поведение.
- Условия проявления уверенного поведения сотрудников.
- Условия неуверенного проявления поведения сотрудников.
- Эффективные технологии уверенного поведения сотрудников.
- Условия предупреждения неуверенного поведения сотрудников.
- Подобрать упражнения и задания для практической тренировки данных навыков непосредственно на лабораторном занятии под контролем преподавателя.
- Ответить на вопросы промежуточного теста:
 1. Определите расстояния в личной дистанции общения:
 - А. 0-50 см. Б. 120-300 см. В. до 3 м. Г. 45-120см.
 2. Индивидуальная стабильная форма коммуникативного поведения человека, проявляющаяся в любых условиях взаимодействия, в способах принятия и осуществления решений, в избираемых приемах психологического влияния на людей – это:
 - А. индивидуальный стиль Б. стереотипы поведения В. стиль общения Г. стереотипное общение
 3. Общение с помощью естественных органов, данных человеку природой (рук, головы, туловища, голосовых связок и др.) – это:
 - А. косвенное общение Б. непосредственное общение В. вербальное общение Г. опосредованное общение
 4. Процесс предпочтения одних людей другими, взаимного притяжения между людьми, взаимной симпатии – это:
 - А. межличностная аттракция Б. межличностная перцепция В. межличностная эмпатия Г. рефлексия
 5. Потребность создавать и поддерживать удовлетворительные отношения с другими людьми, желание нравиться, привлекать внимание, интерес, чувствовать себя ценной и значимой личностью – это проявление:
 - А. аттракции Б. ассимиляции В. эмпатия Г. аффилиации
 6. В наиболее обобщенных классификациях выделяются стороны общения (исключите не являющуюся таковой):
 - А. коммуникативная Б. воспитательная В. интерактивная Г. перцептивная
 7. В каждом тренинге вырисовываются три группы целей: личные, и универсальные:
 - А. частные. Б. общие. В. психологические. Г. социальные
 8. Функции ведущего тренинг – руководящая, аналитическая, посредническая и:
 - А. экспертная. Б. организаторская. В. воспитывающая. Г. развивающая.
 9. Игры, посредством которых участники могут отрабатывать определенные навыки и умения, полученные в ходе информационного теоретического блока.
 - А. разогревающие. Б. центрирующие. В. тренирующие. Г. мотивирующие.
 10. Вопросы, с помощью которых просят дополнения или пояснения к уже полученным ответам, получить недостающую информацию, могут использоваться также для проверки мотивации и чувств, истинных намерений собеседника, когда в этом вопросе нет ясности – это...вопросы:
 - А. вспомогательные Б. провокационные В. зондирующие Г. уточняющие

Раздел 2. Программа Тренинга ассертивности.

2.1. Этапы работы над программой тренинга.

Задание студентам: самостоятельно изучить следующие вопросы и составьте доклад-презентацию по любой выбранной теме ниже (не менее 30 слайдов):

1. Составьте план проведения Тренинга ассертивности.
2. Разработайте психодраматические приемы для тренинга ассертивности.
3. Подготовьте материал для методических пауз для тренинга ассертивности.
4. Представьте темы проективного рисования, раскройте проблемы, решаемые в данной работе.
5. Подберите упражнения психогимнастики для тренинга ассертивности.
6. Потренируйтесь в проведении психокоррекционных техник совместно с преподавателем.

- Составить глоссарий по данной теме не менее 50 терминов.

2.2. Вербальные и невербальные компоненты уверенного поведения.

Задание студентам:

- Подобрать упражнения и задания (на 4 часа) для практической тренировки навыков вербального и невербального общения с целью тренировки уверенного поведения непосредственно на занятии.
- Провести лабораторное занятие под руководством преподавателя и отразить недостатки и преимущества работы.

2.3. Попытка ввести новые формы поведения в реальную жизнь.

Задание студентам:

- Составить структурно-логическую схему по следующим вопросам курса:

1. Составить букет жизни.
2. Описать ромб гармоничной жизни.
3. Начертить эмоциограмму жизни.

Дать анализ выполненных методик на лекционном занятии:

1. Рисуночная методика: триптих.
2. Методика: эпистолярное сочинение.
3. Рефлексивная самодиагностика «Успех и счастье». «Как совместить несовместимое» /Е.П. Варламова/.
4. Рисование геометрических фигур.

- Ответить на вопросы промежуточного теста:

Партнеры проявляют желание видеть руг друга, разговаривать, задавать вопросы, делиться сокровенными мыслями, делать что-то важное, испытывают тревогу при нарушении контактов и винят себя в этом – это проявление уровня общения:

А. конвенциональный Б. деловой В. духовный Г. социальный

Род игровых методов активного обучения, основанных на моделировании и проигрывании социальных ролей в процессе решения учебно-профессиональной задачи.

А. деловая игра. Б. ролевая игра. В. учебная игра. Г. имитационная игра.

К какому виду невербальной коммуникации относятся динамические прикосновения:

А. проксемика Б. такесика В. экстралингвистика Г. кинесика

Классическая процедура психодрамы включает в себя 5 основных элементов (исключите):

А. Протагонист Б. Продюсер В. Вспомогательные «Я». Г. Зрители.

Способ осуществления интересов, образ действий по достижению намеченной цели и вместе с тем способ общения в конфликте – это:

А. стиль поведения в конфликте Б. конфликтное поведение В. метод разрешения конфликта Г. конфликтное намерение.

Раздел 3. Динамика группы в тренинге

3.1. Этапы развития группы в тренинге.

Задание студентам: Подготовьте ответы на теоретические вопросы:

1. Этапы развития тренинговой группы.
2. Цели и смысл тренинговой работы. Требования, предъявляемые к тренинговой работе.
3. Специфика тренинга в отличие от других средств обучения и от других видов психотерапевтических процессов.

4. Значение тренинга.

5. Групповая динамика в тренинговой работе.

- Подобрать упражнения и задания на лабораторное занятие для практической тренировки данных навыков непосредственно на занятии.

- Составить кроссворд по данной теме не менее 50 терминов.

3.2. Стадии развития групп со спонтанной динамикой.

Задание студентам: самостоятельно изучить следующие вопросы и составьте доклад-презентацию по любой выбранной теме ниже (не менее 30 слайдов):

1. Жизненная и трудовая мотивация.

2. Типы скриптов (жизненных сценариев) Э. Берна.

3. Группоцентрированное лидерство.

4. Выигрывающие и проигрывающие в жизни (М. Джеймс и Д. Джонгвард).

- Составить структурно-логическую схему по следующим вопросам курса:

1. Рефлексивная самодиагностика «Моя роль в моей судьбе» /Е.П.

Варламова/.

Таблица 1

Я - жертва

События	Выгоды	Издержки
1.		
2.		
3.		
4.		
5.		
6.		

Я - халевщик

События	Выгоды	Издержки
1.		
2.		
3.		
4.		
5.		
6.		

Я - творец

События	Выгоды	Издержки
1.		
2.		
3.		
4.		
5.		
6.		

Проведите качественный анализ событий всех таблиц:

- Какие события одинаковы во всех трех анкетах и в чем различается их смысл?
- Какова специфика выгод и издержек в каждой таблице?
- Какие выгоды и издержки характерны для Вас в целом?
- Что для Вас в Вашей жизни является выгодами (ценностями), а что – издержками-платами?
- Каковы ресурсы и жизненный потенциал каждой личностной позиции – жертвы, халевщика, творца?

Тест для самопроверки

Оценка сильных и слабых сторон навыков уверенности в себе осуществляется с помощью различных опросников. Наиболее распространенным среди них является опросник Рейзасса, состоящий из 30 вопросов.

Быть уверенным в себе - значит уметь определять и выразить свое желание и потребность. Уверенное поведение выражается в умении обратиться с просьбой к другому так, чтобы не обидеть его и не унизить себя или тактично ответить отказом на его просьбу. Такой просьбой, к примеру, может быть просьба о свидании или, наоборот, отказ на предложение встретиться.

Компонентами уверенной просьбы или отказа могут быть не только слова, но и жесты, мимика, поза. Уверенность в себе не означает нахальство, агрессивность. Агрессивность является попыткой удовлетворить свои потребности за счет другого и несовместима с чувством самоуважения. Уверенность в себе поощряется общением, агрессивность порицается. Уверенность к себе ведет к росту самоуважения. Неуверенность сопровождается чувством тревоги и собственной вины.

Для того чтобы быть уверенным в себе, нужно знать свои права, быть уверенным, что в борьбе за свои права общество тебя поддержит: право быть одному, право быть независимым, право на успех, право быть выслушанным и принятым всерьез, право получать то, за что платишь, право иметь права (например, право вести себя в манере уверенного в себе человека), право отвечать отказом на просьбу, не чувствуя себя при этом беспричинно виноватым или эгоистичным, право просить то, чего хочешь, право делать ошибки и быть ответственным за них, право быть напористым.

Выделяют шесть типов утверждений, выражающих уверенность в себе: простое или базовое, эмпатическое, растущее, конфронтующее, монологическое, убеждающее. В свою очередь, существуют методики упражнений, обучающим различным типам утверждений, выражающим уверенность в себе.

Оценка уверенности в себе

Работа в группах тренинга уверенности в себе начинается с оценки степени ее проявления в поведении участников. Для того чтобы выявлять те проблемы в поведении, которые имеют отношение к уверенности в себе, существуют опросники (Kelley, 1979). В качестве примера приведен опросник, разработанный Рейтасом (Rathus, 1974). В сущности, уверенность в себе означает способность определять и выражать свои потребности, желания, предпочтения и ожидания. Уверенность в себе проявляется в умении использовать просьбы и отказы в отношениях со значимыми другими либо с посторонними (Cottier and Guerra, 1976). Социальная просьба – это, например, предложение встретиться со знакомым или обращение к незнакомцу, чтобы узнать точное время. Отказ (или защита) – это, например, выражение нежелания провести уик-энд с родственником или купить что-либо у продавца. Компонентами уверенного поведения могут быть взгляд, поза, жестикация, выражение лица, интонации, а также выбор слов и выражений.

Инструкция. Определите, насколько соответствуют вашим представлениям о себе приведенные утверждения, пользуясь для этого следующими обозначениями:

- +3 соответствие полное, описание точное;
- +2 соответствие достаточно полное, описание довольно точное;
- +1 соответствие примерное, описание приблизительное;
- 1 соответствие не очень точное, описание не очень верное;
- 2 соответствие довольно неточное, описание довольно неверное;
- 3 никакого соответствия нет, описание совершенно неверное.

Для подсчета баллов надо сложить оценки каждого утверждения, изменив знаки у тех, что помечены звездочкой.

1. Большинство людей кажутся мне более агрессивными и уверенными в себе, чем я.

2. Из-за своей застенчивости я испытываю колебания всякий раз, когда назначаю свидание или соглашаюсь на него.*

3. Если в ресторане блюдо мне не нравится, я выражаю официанту свое недовольство. 4. Я стараюсь не обижать других, даже когда чувствую, что сам ими обижен.*

5. Если продавцу стоило значительных усилий показать мне товар, который мне не подошел, мне трудно отказаться от покупки.*

6. Если меня просят что-либо сделать, я должен знать, зачем это надо.

7. Временами я провоцирую людей на ссору.

9. Я стремлюсь быть первым, как большинство других людей.

10. Если честно, то другие частенько используют меня в своих интересах.*

11. Мне нравится заводить разговоры с едва знакомыми и даже вовсе незнакомыми людьми.

12. Я часто не нахожу слов, когда беседую с привлекательной особой противоположного пола.*

13. Я испытываю замешательство всякий раз, когда надо позвонить по делу в какое-нибудь учреждение.*

14. Мне очень неудобно возвращать покупку.*

15. Если близкие и уважаемые мною родственники раздражают меня, я скорее скрою свое раздражение, чем буду его показывать.*

16. Я избегаю задавать вопрос!» из опасения показаться глупым.*

17. Во время ссоры я часто боюсь, что слишком разволнуюсь и меня начнет трясти*

18. Если знаменитый и уважаемый докладчик скажет что-нибудь такое, что мне покажется неверным, я доведу до сведения аудитории и мою точку зрения.*

19. Я избегаю споров о ценах с продавцами*

20. Если мне удастся сделать что-либо стоящее, я стараюсь поставить окружающих в известность об этом *

21. Я не имею привычки скрывать свои чувства.

22. С тем, кто распространяет обо мне ложные или дурные слухи, я стараюсь встретиться и поговорить как следует.

23. Мне часто бывает трудно сказать «нет».*

24. Я скорее сдержусь, чем устрою сцену.*

25. Я всегда предъявляю претензии в случаях плохого обслуживания в ресторане и где бы то ни было.

26. Услышав комплимент в свой адрес, я иногда не знаю, что сказать в ответ*

27. Вели на лекции или в театре какая-нибудь пара рядом со мной станет громко болтать, я попрошу их разговаривать по-тише или беседовать где-нибудь в другом месте.

28. Если кто-то пытается пролезть впереди меня без очереди, он может быть уверен, что получит от меня отпор

29. Я высказываю себе мнение сразу и без колебаний.

30. Бывают случаи, когда я просто не могу ничего сказать.

Независимо от того, применяется в группе опросник или нет, руководитель группы заведет с участниками разговор, который должен помочь в выявлении и уточнении тех проблем каждого из них, которые касаются его уверенности в себе. Руководитель будет побуждать участников к тому, чтобы они оценивали свое поведение и приводили примеры из своей жизни, когда они вели себя уверенно либо неуверенно. Руководитель должен терпеливо разъяснять членам группы, что такое уверенное поведение и чем оно отличается от неуверенного и агрессивного поведения. Ему следует всячески подчеркивать отрицательные стороны неуверенного поведения и важность тех дополнительных возможностей, которые появляются в жизни благодаря уверенности в

себе, включая возможность осуществлять контроль над своей жизнью. Уверенность в себе ведет к росту самоуважения.

7. Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации

а) Планируемые результаты обучения и оценочные средства для проведения промежуточной аттестации:

Структурный элемент компетенции	Планируемые результаты обучения	Оценочные средства
ПК-12 - способностью реализовывать психологические методики и технологии, ориентированные на личностный рост, охрану здоровья индивидов и групп		
Знать	<p>- психологические методики и технологии, ориентированные на личностный рост индивидов и группы служебного коллектива;</p> <p>- психологические методики и технологии, ориентированные на охрану здоровья индивидов и групп;</p>	<p>Перечень теоретических вопросов к зачету:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Принципы и нормы тренинга. Правила обратной связи. 2. Сплоченность и напряженность в тренинговой работе. Проблема лидерства. 3. Психологические методики и технологии, ориентированные на личностный рост индивидов и группы 4. Преодоление конфликтности в процессе корпоративного тренинга. 5. Тренинг продаж. Особенности Специфика в организации. 6. Мотивационный тренинг в организации. 7. Психологические методики и технологии, ориентированные на охрану здоровья индивидов и групп. 8. Тренинг уверенности в себе в организации. 9. Тренинг лидерских качеств в организации. 10. Тренинг командообразования в организации (корпорации). 11. Тренинг личностного роста каждого сотрудника организации. 12. Организация групповых дискуссий в корпоративном тренинге и использование техник аргументации. <p>И т.п.</p>
Уметь	<p>- адекватно применять психологические методики и технологии, ориентированные на личностный рост индивидов и группы;</p> <p>- анализировать и интерпретировать психологические методики и технологии, ориентированные на личностный рост, охрану здоровья индивидов и групп.</p>	<p>1. Разработать и адекватно применить психологические методики и технологии, ориентированные на личностный рост в следующих профессиональных ситуациях:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Интервью с участником, выступающим в роли руководителя МЧС. 2. Социодраму: Актуальная проблема МЧС (военной части, полиции, МВД и пр.). <p>2. Подобрать, проанализировать и интерпретировать психологические технологии, ориентированные на личностный рост, охрану здоровья индивидов и групп по темам:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Формирование и регулирование межличностного пространства, ориентация в

Структурный элемент компетенции	Планируемые результаты обучения	Оценочные средства
		<p>процессе установления и поддержания контакта.</p> <p>2. Техники, способствующие пониманию партнера (ступени вербализации, невербальное поведение).</p> <p>3. Особенности подачи и получения обратной связи.</p> <p>4. Психогимнастические упражнения.</p> <p>Провести, подобранные упражнения непосредственно в группе тренинга на занятии самостоятельно.</p> <p>И т.п.</p>
Владеть	<p>- навыком подбора адекватных методик и технологий, ориентированных на личностный рост, охрану здоровья индивидов и групп.</p>	<p>1. Подберите комплекс адекватных методик и технологий, ориентированных на личностный рост и охрану здоровья служащих МВД по вопросам:</p> <ul style="list-style-type: none"> • разрешения конфликтов между сотрудниками МЧС. • командообразования и командного взаимодействия в пожарной части. • межкультурной коммуникации и межкультурного взаимопонимания в системе МЧС. • толерантности сотрудников полиции. • развития сплоченности коллектива служащих. <p>И т.п.</p>
<p>ПК-14 - способностью разрабатывать и реализовывать программы, направленные на предупреждение нарушений и отклонений в социальном и личностном статусе, психическом развитии сотрудников, военнослужащих и иных лиц, рисков асоциального поведения, профессиональных рисков, профессиональной деформации</p>		
Знать	<p>- алгоритм составления программы, направленной на предупреждение нарушений и отклонений в социальном и личностном статусе, психическом развитии сотрудников, военнослужащих и иных лиц;</p> <p>- особенности проявления профессиональной деформации сотрудников, военнослужащих и иных лиц.</p>	<p>Перечень теоретических вопросов к зачету:</p> <p>1. Принципы и правила составления программы, направленной на предупреждение нарушений и отклонений в социальном и личностном статусе сотрудников.</p> <p>2. Сплоченность и напряженность в тренинговой работе. Проблема лидерства.</p> <p>3. Преодоление конфликтности в процессе корпоративного тренинга.</p> <p>4. Особенности проявления профессиональной деформации сотрудников и военнослужащих.</p> <p>5. Организация групповых дискуссий в корпоративном тренинге и использование техник аргументации.</p> <p>И т.п.</p>
Уметь	<p>- разрабатывать программы коррекции нарушений и отклонений в социальном и личностном статусе сотрудников и</p>	<p>1. Разработайте коррекционную программу соответствующей тематики с концептуальным обоснованием целей, постановкой задач и представлением содержательной части и пояснительной</p>

Структурный элемент компетенции	Планируемые результаты обучения	Оценочные средства
	военнослужащих; - апробировать реализацию программ по предупреждению профессиональной деформации сотрудников служебной сферы.	записки на 3-5 дней полноценного тренинга (темы на выбор): <ul style="list-style-type: none"> • Личностные (социальные) факторы, детерминирующие возникновение и развитие зависимости сотрудников полиции. • Психологические защиты и их роль в процессе коррекции социального статуса военнослужащего или сотрудника МЧС. • Особенности коррекции самоотношения зависимой личности служащего. 2. Разработайте и апробуйте на практике авторскую программу по предупреждению профессиональной деформации с концептуальным обоснованием целей, постановкой задач и представлением содержательной части и пояснительной записки следующих сотрудников служебной сферы: <ul style="list-style-type: none"> • Военные • МЧС • МВД • Полиция И т.п.
Владеть	- навыком анализа результативности реализации программ, направленных на предупреждение нарушений и отклонений в социальном и личностном статусе, психическом развитии сотрудников, военнослужащих.	1. Осуществите анализа результативности реализации программы, направленной на предупреждение отклонений в социальном и личностном статусе сотрудников пожарной части в ситуациях: <ul style="list-style-type: none"> • подачи и получения обратной связи в ходе принятия профессионального решения; • кругового опроса, • групповых дискуссий, • ролевых игр. И т.п.

б) Порядок проведения промежуточной аттестации, показатели и критерии оценивания:

Промежуточная аттестация по дисциплине «Тренинг ассертивности» включает теоретические вопросы, позволяющие оценить уровень усвоения обучающимися знаний и практические задания, выявляющие степень сформированности умений и владений, проводится в форме зачета.

Зачет по данной дисциплине проводится в устной форме по заданиям: теоретическим вопросам (два вопроса) и практическое задание (одно задание).

Показатели и критерии оценивания зачета:

«зачтено» – обучающийся должен показать ЗУВ не только на уровне воспроизведения и объяснения информации, но и практические ЗУВ на уровне решения проблем и задач, нахождения уникальных ответов к проблемам, оценки и вынесения критических суждений;

«не зачтено» – обучающийся не может показать ЗУВ на уровне воспроизведения и объяснения информации, не может показать интеллектуальные и практические навыки

решения проблем и задач, нахождения уникальных ответов к проблемам, оценки и вынесения критических суждений.

8 Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

а) 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, 2020. – 132 с. – (Высшее образование). – ISBN 978-5-534-12444-6. – URL : <https://urait.ru/bcode/447487> (дата обращения: 16.09.2020).

2. Кларин, М. В. Корпоративный тренинг, наставничество, коучинг : учебное пособие для вузов / М. В. Кларин. – Москва : Издательство Юрайт, 2020. – 288 с. – (Высшее образование). – ISBN 978-5-534-02811-9. – URL : <https://urait.ru/bcode/452504> (дата обращения: 16.09.2020).

б) Дополнительная литература:

1. Либина, А. В. Психология совладания : учебное пособие для вузов / А. В. Либина. – 2-е изд., перераб. и доп. – Москва : Издательство Юрайт, 2020. – 318 с. – (Высшее образование). – ISBN 978-5-534-11605-2. – URL : <https://urait.ru/bcode/449260> (дата обращения: 16.09.2020).

2. Лешер О. В. Психология делового общения [Электронный ресурс] : учебное пособие. Ч. 2 / О. В. Лешер, Е. Д. Расщепкина. - Магнитогорск : МГТУ, 2014. - 1 электрон. опт. диск (CD-ROM). - Режим доступа: <https://magtu.informsystema.ru/uploader/fileUpload?name=924.pdf&show=dcatalogues/1/1118925/924.pdf&view=true> (дата обращения: 16.09.2020).- Макрообъект.

3. Пикулева, О. А. Психология самопрезентации личности : монография / О. А. Пикулёва. – Москва : ИНФРА-М, 2020. – 320 с. – (Научная мысль). - ISBN 978-5-16-006926-5. - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/1091021> (дата обращения: 16.09.2020). – Режим доступа: по подписке.

в) Методические указания:

- по подготовке к лабораторным занятиям (Приложение 1)
- Самостоятельная работа студентов вуза : практикум / составители: Т. Г. Неретина, Н. Р. Уразаева, Е. М. Разумова, Т. Ф. Орехова ; Магнитогорский гос. технический ун-т им. Г. И. Носова. - Магнитогорск : МГТУ им. Г. И. Носова, 2019. - 1 CD-ROM. - Загл. с титул. экрана. - URL: <https://magtu.informsystema.ru/uploader/fileUpload?name=3816.pdf&show=dcatalogues/1/1530261/3816.pdf&view=true> (дата обращения: 18.09.2020). - Макрообъект. - Текст : электронный. - Сведения доступны также на CD-ROM.

г) Программное обеспечение и Интернет-ресурсы:

Наименование ПО	№ договора	Срок действия лицензии
MS Windows 7	Д-1227 от 08.10.2018	11.10.2021
MS Office 2007	№ 135 от 17.09.2007	бессрочно
FAR Manager	свободно распространяемое	бессрочно
7Zip	свободно распространяемое	бессрочно

Интернет-ресурсы:

Название курса	Ссылка
Электронная база периодических изданий East View Information Services, ООО «ИВИС»	https://dlib.eastview.com/
Национальная информационно-аналитическая система – Российский индекс научного цитирования (РИНЦ)	URL: https://elibrary.ru/project_risc.asp
Поисковая система Академия Google (Google Scholar)	URL: https://scholar.google.ru/
Информационная система - Единое окно доступа к информационным ресурсам	URL: http://window.edu.ru/
Электронные ресурсы библиотеки МГТУ им. Г.И. Носова	http://magtu.ru:8085/marcweb2/Default.asp
Российская Государственная библиотека. Каталоги	https://www.rsl.ru/ru/4readers/catalogues/
Университетская информационная система РОССИЯ	https://uisrussia.msu.ru
Международная наукометрическая реферативная и полнотекстовая база данных научных изданий «Web of science»	http://webofscience.com
Международная реферативная и полнотекстовая справочная база данных научных изданий «Scopus»	http://scopus.com
Международная база полнотекстовых журналов Springer Journals	http://link.springer.com/
Международная база справочных изданий по всем отраслям знаний SpringerReference	http://www.springer.com/references
Международная реферативная и полнотекстовая справочная база данных научных изданий «Springer Nature»	https://www.nature.com/siteindex
Международная коллекция научных протоколов по различным отраслям знаний	http://www.springerprotocols.com/

9 Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля)

Материально-техническое обеспечение дисциплины включает:

Тип и название аудитории	Оснащение аудитории
Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа	Доска, мультимедийные средства хранения, передачи и представления информации
Учебная (тренинговая) аудитория	Мультимедийное оборудование для презентаций и демонстраций учебного материала (проектор, экран, DVD-плеер, телевизор).
Учебные аудитории для проведения лабораторных занятий, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации	Доска, мультимедийный проектор, экран Комплекс тестовых заданий для проведения промежуточных и рубежных контролей.
Помещения для самостоятельной работы обучающихся	Персональные компьютеры с пакетом MS Office, выходом в Интернет и с доступом в электронную

Тип и название аудитории	Оснащение аудитории
	информационно-образовательную среду университета
Помещение для хранения и профилактического обслуживания учебного оборудования	Шкафы для хранения учебно-методической документации, учебного оборудования и учебно-наглядных пособий

Методические указания по подготовке к лабораторным занятиям

Выполнение лабораторных заданий направлено:

- на проверку уровня понимания вопросов, рассмотренных по учебной литературе, степени и качества усвоения материала;
- на закрепление методов приложения теории к решению практических задач анализа и синтеза психологического знания;
- на обучение навыкам освоения методики эксперимента и работы с нормативно-справочной литературой.

При выполнении работ возможно сочетание репродуктивных, частично-поисковых и поисковых заданий.

Работы, носящие репродуктивный характер, отличаются тем, что при их проведении обучающиеся пользуются подробными инструкциями, в которых указаны:

- цель и ход работы;
- пояснения (теоретические положения и понятия);
- оборудование и материалы;
- порядок выполнения работы;
- тип выводов (без формулировок);
- контрольные вопросы;
- литература.

Работы, носящие частично-поисковый характер, отличаются тем, что при их проведении обучающиеся не пользуются подробными инструкциями, им не дается порядок выполнения необходимых действий; такие работы требуют от студентов самостоятельного подбора материала и методики, выбора способов выполнения работы.

В работах, носящих поисковый характер, обучающиеся должны решить новую для них проблему, опираясь на имеющиеся у них теоретические знания.

Формы организации работы на лабораторных занятиях: фронтальная, групповая, индивидуальная.

При фронтальной форме организации занятий все выполняют одновременно одно и то же задание.

При групповой форме организации занятий одна и та же работа выполняется в малых учебных группах, состоящих из нескольких человек в парах или тройках.

Оформление практических работ в виде отчетов должно производиться после окончания работы непосредственно на занятии, при наличии свободного времени или дома. Для подготовки к защите отчета следует проанализировать экспериментальные результаты, сопоставить их с известными теоретическими положениями или эмпирическими справочными данными, обобщить результаты исследований в виде лаконичных выводов по работе.