

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего образования
"Казанский (Приволжский) федеральный университет"
Набережночелнинский институт (филиал)
Отделение юридических и социальных наук



УТВЕРЖДАЮ

Заместитель директора
по образовательной деятельности
НЧИ КФУ

_____ Н.Д. Ахметов
"___" _____ 20__ г.

Программа дисциплины

Технология тренинга уверенного поведения

Направление подготовки: 37.03.01 - Психология

Профиль подготовки: не предусмотрено

Квалификация выпускника: бакалавр

Форма обучения: заочное

Язык обучения: русский

Год начала обучения по образовательной программе: 2016

Содержание

1. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения ОПОП ВО
2. Место дисциплины (модуля) в структуре ОПОП ВО
3. Объем дисциплины (модуля) в зачетных единицах с указанием количества часов, выделенных на контактную работу обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий) и на самостоятельную работу обучающихся
4. Содержание дисциплины (модуля), структурированное по темам (разделам) с указанием отведенного на них количества академических часов и видов учебных занятий
 - 4.1. Структура и тематический план контактной и самостоятельной работы по дисциплине (модулю)
 - 4.2. Содержание дисциплины (модуля)
5. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю)
6. Фонд оценочных средств по дисциплине (модулю)
 - 6.1. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы и форм контроля их освоения
 - 6.2. Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания
 - 6.3. 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
- 6.4. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций
7. Перечень литературы, необходимой для освоения дисциплины (модуля)
8. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети "Интернет", необходимых для освоения дисциплины (модуля)
9. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (модуля)
10. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем (при необходимости)
11. Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине (модулю)
12. Средства адаптации преподавания дисциплины (модуля) к потребностям обучающихся инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья
13. Приложение №1. Фонд оценочных средств
14. Приложение №2. Перечень литературы, необходимой для освоения дисциплины (модуля)
15. Приложение №3. Перечень информационных технологий, используемых для освоения дисциплины (модуля), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем

Программу дисциплины разработал(а)(и) доцент, к.н. (доцент) Чукмарова Л.Ф. (Кафедра социально-гуманитарных наук, Отделение юридических и социальных наук), LFChukmarova@kpfu.ru

1. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения ОПОП ВО

Обучающийся, освоивший дисциплину (модуль), должен обладать следующими компетенциями:

Шифр компетенции	Расшифровка приобретаемой компетенции
ПК-1	способность к реализации стандартных программ, направленных на предупреждение отклонений в социальном и личностном статусе и развитии, профессиональных рисков в различных видах деятельности
ПК-14	способность к реализации психологических технологий, ориентированных на личностный рост сотрудников и охрану здоровья индивидов и групп
ПК-3	способность к осуществлению стандартных базовых процедур оказания индивиду, группе, организации психологической помощи с использованием традиционных методов и технологий

Обучающийся, освоивший дисциплину (модуль):

Должен знать:

ПК-1 - стандартные программы по предупреждению и способы профилактики отклонении в социальном и личностном статусе и развитии, систему психологических категории и методов, необходимых для профессиографии, а так же психологические последствия влияния на человека различных видов профессиональной деятельности.

ПК-3 -основные подходы, методы и способы оказания психологической помощи и психологического воздействия на индивида, группу, сообщество, психологические технологии, позволяющие решать типовые задачи в различных областях профессиональной практики с целью оптимизации психического функционирования индивида, группы, сообщества; психологические, антропометрические, анатомические и физиологические параметры жизнедеятельности человека в онтогенезе.

ПК-14 -основные активные и интерактивные психологические технологии и методы.

Должен уметь:

ПК-1 -применять программы и методы, направленные на гармонизацию психического функционирования человека и предупреждение отклонении в социальном и личностном статусе и разрабатывать психологического обследования труда и их деятельности в связи с конкретным социальным заказом.

ПК-3 -профессионально воздействовать на индивида, группу, сообщество, с целью оказания психологической помощи, в рамках профессиональной компетенции, реализовывать типовые психологические технологии в процессе ассистирования деятельности магистра или специалиста психолога при осуществлении психологического вмешательства и воздействия, подбирать и реализовывать различные технологии психологического сопровождения клиентов разных возрастных групп.

ПК-14 -соотнести и выбрать оптимальные интерактивные методы и психологические технологии для реализации программ, направленных на личностный рост сотрудников и охрану здоровья индивидов и групп.

Должен владеть:

ПК-1 -последствия влияния на человека профессиональной деятельности, а также стандартными программами, профилактики отклонении в социальном и личностном статусе и развитии, навыками проведения психологического анализа конкретных видов труда, профессиональных задач и ситуации; разработки психологического портрета профессионала.

ПК-3 -Владеть навыками осуществления стандартных процедур, реализации традиционных методов и технологии, направленных на оказание психологической помощи, навыками анализа и коррекции психологических проблем, возникающих на разных стадиях онтогенеза, навыками ассистирования деятельности магистра или специалиста психолога при осуществлении психологического вмешательства и воздействия.

ПК-14 -навыками реализации интерактивных методов, психологических технологии, ориентированных на личностный рост сотрудников и охрану здоровья индивидов и групп.

2. Место дисциплины (модуля) в структуре ОПОП ВО

Данная дисциплина (модуль) включена в раздел "Б1.В.ДВ.7 Дисциплины (модули)" основной профессиональной образовательной программы 37.03.01 "Психология (не предусмотрено)" и относится к дисциплинам по выбору.

Осваивается на 5 курсе в 9 семестре.

3. Объем дисциплины (модуля) в зачетных единицах с указанием количества часов, выделенных на контактную работу обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий) и на самостоятельную работу обучающихся

Общая трудоемкость дисциплины составляет 6 зачетных(ые) единиц(ы) на 216 часа(ов).

Контактная работа - 26 часа(ов), в том числе лекции - 6 часа(ов), практические занятия - 20 часа(ов), лабораторные работы - 0 часа(ов), контроль самостоятельной работы - 0 часа(ов).

Самостоятельная работа - 181 часа(ов).

Контроль (зачёт / экзамен) - 0 часа(ов).

Форма промежуточного контроля дисциплины: экзамен в 9 семестре.

4. Содержание дисциплины (модуля), структурированное по темам (разделам) с указанием отведенного на них количества академических часов и видов учебных занятий

4.1 Структура и тематический план контактной и самостоятельной работы по дисциплине (модулю)

N	Разделы дисциплины / модуля	Семестр	Виды и часы контактной работы, их трудоемкость (в часах)			Самостоятельная работа
			Лекции	Практические занятия	Лабораторные работы	
1.	Тема 1. Понятие ассертивности и уверенного поведения	9	2	0	0	22
2.	Тема 2. Поведенческая психотерапия, как основа тренинга ассертивности Уверенное поведение в межличностном взаимодействии	9	2	0	0	22
3.	Тема 3. Методические вопросы поведенческого тренинга уверенности	9	2	0	0	22
4.	Тема 4. Различие уверенного, неуверенного и агрессивного поведения	9	0	4	0	23
5.	Тема 5. Психологический анализ личности.	9	0	4	0	23
6.	Тема 6. Прояснение уверенного поведения и развитие коммуникативных навыков общения.	9	0	4	0	23
7.	Тема 7. Практика тренинга ассертивности	9	0	4	0	23
8.	Тема 8. Формирование уверенности в себе и позитивного образа будущего	9	0	4	0	23
	Итого		6	20	0	181

4.2 Содержание дисциплины (модуля)

Тема 1. Понятие ассертивности и уверенного поведения

Понятие ассертивности. История возникновения термина и основные методы изучения явления. Основные черты и особенности ассертивного поведения. Определение активного стиля поведения. Основные виды активного поведения: агрессивное, манипулятивное и ассертивное поведение. Ассертивность как свойство личности, его характеристика. Соотношение мотивации, задач и целей личности с ассертивным стилем поведения.

Определение уровня навыков ассертивного поведения. Преимущества, навыков ассертивного поведения.

Разумный компромисс, заигранная пластинка, негативные расспросы и др. навыки. Ассертивное воздействие или отстаивание собственных интересов. Противостояние давлению, критике, манипулированию.

Самопрезентация, навыки самораскрытия и предоставления свободной информации. Уверенное поведение в межличностном взаимодействии. Межличностные отношения. Признаки межличностной ситуации. Источники неуверенности в межличностных отношениях. 1) Социальный страх. 2) Заниженная самооценка. 3) Нерациональные убеждения. 4) Излишнее стремление "соблюдать приличия". 5) Отсутствие навыков выражения чувств.

Характеристики уверенной в себе личности: 1. Эмоциональность речи. 2. Экспрессивность и конгруэнтность поведения и речи. 3. Умение противостоять и атаковать. 4. Использование местоимения "я". 5. Принятие похвалы. 6. Импровизация как спонтанное выражение чувств и потребностей.

Тема 2. Поведенческая психотерапия, как основа тренинга асертивности Уверенное поведение в межличностном взаимодействии

Определение поведенческой психотерапии, ее цели и задачи. Основные принципы поведенческой психотерапии. Подход к тренингу как к экспериментальному методу. Групповые эффекты в поведенческом тренинге. Основные понятия поведенческого. Причины оформления поведенческой психотерапии в самостоятельное направление. Введение термина "поведенческая психотерапия" Г. Айзенком, А. Лазарусом. Школы (центры исследования) поведенческой психотерапии, существовавшие в 50-60 гг. 20 века. Формирование когнитивно-поведенческого направления (70-е годы 20 века). Развитие условно-рефлекторной терапии в России. Теория классического обуславливания И. П. Павлова. Возможные группы методов поведенческого направления. Теория условного рефлекса И. П. Павлова. Применение теории классического обуславливания для объяснения возникновения страхов (Дж. Уотсон). Условно-рефлекторная терапия В. М. Бехтерева и А. Сальтера. Понятие и механизмы возникновения социальных страхов (Дж. Вольпе). Методы, основанные на классическом обуславливании: систематическая десенсибилизация и ее виды (десенсибилизация in vivo, групповая десенсибилизация, записанная на кассете процедура, контактная десенсибилизация, эмотивное воображение, фединг, иммерсия), положительное и отрицательное подкрепление, методика контроля стимула, аверсивные техники, процедуры релаксации.

Тема 3. Методические вопросы поведенческого тренинга уверенности

Общее представление о психологическом тренинге. Понятие психологического тренинга. Многообразие подходов к определению понятия "психологический тренинг". Критерии отличия тренинга от других видов деятельности практического психолога (психотерапии, психологической коррекции, а также от обучения). Специфические черты психологического тренинга. Критерии классификации тренинговых групп. Тренинговые программы для развития асертивности, их виды, цели. Оценка эффективности тренинговых программ. Поведенческий тренинг: теория и практика. Классификация программ тренинга поведения. Тренинг уверенности в себе и самоутверждения. Тренинг социальной компетентности. Тренинг медиаторов: педагогический тренинг. Принципы тренировки новых навыков.

Тема 4. Различие уверенного, неуверенного и агрессивного поведения

Стили поведения. Основные модели человеческого поведения. Области их применения. Эффективность различных моделей поведения, сравнение и оценка. Стили поведения: пассивный, агрессивный, пассивно-агрессивный и асертивный, их сильные и слабые стороны. Эффективность использования различных стилей поведения в различных ситуациях.

Виды пассивного поведения. Определение пассивного поведения. Пассивный стиль поведения и его связь уровнем рабочей мотивации, стилем руководства. Преимущества и недостатки пассивного стиля поведения. Инициатива, ответственность и творчество в условиях пассивного поведения. Основные виды пассивного поведения: избегание, сверхадаптация, ажитация и др.

Проявления уверенного, неуверенного и агрессивного поведения. Характеристики уверенной в себе личности по Сальтеру: 1. Эмоциональность речи. 2. Экспрессивность и конгруэнтность поведения и речи. 3. Умение противостоять и атаковать. 4. Использование местоимения "я". 5. Принятие похвалы. 6. Импровизация как спонтанное выражение чувств.

Треугольник уверенного поведения (цель, самооценка, ресурс)

Тема 5. Психологический анализ личности.

Цели занятия: 1) создание благоприятных условий для работы тренинговой группы: ознакомление участников с основными принципами проводимого тренинга, принятие правил работы группы; 2) определение качеств личности для позитивного межличностного общения; 3) освоение активного стиля общения и способов передачи и приема обратной связи.

Тема 6. Прояснение уверенного поведения и развитие коммуникативных навыков общения.

Прояснение уверенного поведения и развитие коммуникативных навыков общения.

Цели занятия: 1) закрепление умений самоанализа; 2) освоение и развитие навыков вербального и невербального общения, навыков эффективного слушания; 3) введение общегрупповых игровых процедур, помогающих формированию уверенного поведения.

Тема 7. Практика тренинга асертивности

Понятие поведенческого анализа. Современные методы и приемы анализа поведения. Поведенческий диагноз. Типы и классификация программ поведенческого тренинга как метода формирования асертивного поведения. Стандартизированные, полустандартизированные и нестандартные программы. Индивидуальный тренинг. Этапы работы над программой тренинга. Понятие асертивности. Манипулирование и уверенное поведение. Умение отказать, выразить просьбу об одолжении, как реагировать на критику - справедливую и несправедливую. Построение взаимоотношений с опорой на положительные качества партнера. Личность психолога в тренинге асертивности. Поведение тренера как модель. Качества психолога, работающего в русле поведенческого направления: внутренняя свобода, эмпатия и чувство юмора, самоконтроль, вера в успех. Стиль коммуникаций.

Тема 8. Формирование уверенности в себе и позитивного образа будущего

Цели 1 занятия: 1) закрепление навыков вербального и невербального общения; 2) преодоление психологических барьеров, мешающих полноценному самовыражению; 3) преодоление конфликтов в межличностных отношениях.

Методы преодоления психологических барьеров и развитие уверенности в конфликтных ситуациях. Цели 2 занятия: 1) закрепление навыков уверенного поведения; 2) завершение работы тренинговой группы: прояснение всех вопросов, оказание необходимой психологической поддержки; 3) формирование позитивного образа будущего.

5. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю)

Самостоятельная работа обучающихся выполняется по заданию и при методическом руководстве преподавателя, но без его непосредственного участия. Самостоятельная работа подразделяется на самостоятельную работу на аудиторных занятиях и на внеаудиторную самостоятельную работу. Самостоятельная работа обучающихся включает как полностью самостоятельное освоение отдельных тем (разделов) дисциплины, так и проработку тем (разделов), осваиваемых во время аудиторной работы. Во время самостоятельной работы обучающиеся читают и конспектируют учебную, научную и справочную литературу, выполняют задания, направленные на закрепление знаний и отработку умений и навыков, готовятся к текущему и промежуточному контролю по дисциплине.

Организация самостоятельной работы обучающихся регламентируется нормативными документами, учебно-методической литературой и электронными образовательными ресурсами, включая:

Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по образовательным программам высшего образования - программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры (утвержден приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 5 апреля 2017 года №301)

Письмо Министерства образования Российской Федерации №14-55-996ин/15 от 27 ноября 2002 г. "Об активизации самостоятельной работы студентов высших учебных заведений"

Устав федерального государственного автономного образовательного учреждения "Казанский (Приволжский) федеральный университет"

Правила внутреннего распорядка федерального государственного автономного образовательного учреждения высшего профессионального образования "Казанский (Приволжский) федеральный университет"

Локальные нормативные акты Казанского (Приволжского) федерального университета

6. Фонд оценочных средств по дисциплине (модулю)

6.1 Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы и форм контроля их освоения

Этап	Форма контроля	Оцениваемые компетенции	Темы (разделы) дисциплины
Семестр 9			
	Текущий контроль		
1	Устный опрос	ПК-3 , ПК-1	1. Понятие асертивности и уверенного поведения 2. Поведенческая психотерапия, как основа тренинга асертивности Уверенное поведение в межличностном взаимодействии 3. Методические вопросы поведенческого тренинга уверенности 4. Различие уверенного, неуверенного и агрессивного поведения 5. Психологический анализ личности.

Этап	Форма контроля	Оцениваемые компетенции	Темы (разделы) дисциплины
2	Тестирование	ПК-3 , ПК-14 , ПК-1	1. Понятие ассертивности и уверенного поведения 2. Поведенческая психотерапия, как основа тренинга ассертивности Уверенное поведение в межличностном взаимодействии 3. Методические вопросы поведенческого тренинга уверенности 4. Различие уверенного, неуверенного и агрессивного поведения 5. Психологический анализ личности. 6. Прояснение уверенного поведения и развитие коммуникативных навыков общения. 7. Практика тренинга ассертивности 8. Формирование уверенности в себе и позитивного образа будущего
3	Реферат	ПК-3 , ПК-14 , ПК-1	1. Понятие ассертивности и уверенного поведения 2. Поведенческая психотерапия, как основа тренинга ассертивности Уверенное поведение в межличностном взаимодействии 3. Методические вопросы поведенческого тренинга уверенности 4. Различие уверенного, неуверенного и агрессивного поведения 5. Психологический анализ личности. 6. Прояснение уверенного поведения и развитие коммуникативных навыков общения. 8. Формирование уверенности в себе и позитивного образа будущего
	Экзамен	ПК-1, ПК-14, ПК-3	

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

Форма контроля	Критерии оценивания				Этап
	Отлично	Хорошо	Удовл.	Неуд.	
Семестр 9					
Текущий контроль					
Устный опрос	В ответе качественно раскрыто содержание темы. Ответ хорошо структурирован. Прекрасно освоен понятийный аппарат. Продемонстрирован высокий уровень понимания материала. Превосходное умение формулировать свои мысли, обсуждать дискуссионные положения.	Основные вопросы темы раскрыты. Структура ответа в целом адекватна теме. Хорошо освоен понятийный аппарат. Продемонстрирован хороший уровень понимания материала. Хорошее умение формулировать свои мысли, обсуждать дискуссионные положения.	Тема частично раскрыта. Ответ слабо структурирован. Понятийный аппарат освоен частично. Понимание отдельных положений из материала по теме. Удовлетворительное умение формулировать свои мысли, обсуждать дискуссионные положения.	Тема не раскрыта. Понятийный аппарат освоен неудовлетворительно. Понимание материала фрагментарное или отсутствует. Неумение формулировать свои мысли, обсуждать дискуссионные положения.	1
Тестирование	86% правильных ответов и более.	От 71% до 85 % правильных ответов.	От 56% до 70% правильных ответов.	55% правильных ответов и менее.	2

Форма контроля	Критерии оценивания				Этап
	Отлично	Хорошо	Удовл.	Неуд.	
Реферат	Тема раскрыта полностью. Продемонстрировано превосходное владение материалом. Используются надлежащие источники в нужном количестве. Структура работы соответствует поставленным задачам. Степень самостоятельности работы высокая.	Тема в основном раскрыта. Продемонстрировано хорошее владение материалом. Используются надлежащие источники. Структура работы в основном соответствует поставленным задачам. Степень самостоятельности работы средняя.	Тема раскрыта слабо. Продемонстрировано удовлетворительное владение материалом. Используются источники и структура работы частично соответствуют поставленным задачам. Степень самостоятельности работы низкая.	Тема не раскрыта. Продемонстрировано неудовлетворительное владение материалом. Используются источники недостаточны. Структура работы не соответствует поставленным задачам. Работа несамостоятельна.	3
Экзамен	Обучающийся обнаружил всестороннее, систематическое и глубокое знание учебно-программного материала, умение свободно выполнять задания, предусмотренные программой, усвоил основную литературу и знаком с дополнительной литературой, рекомендованной программой дисциплины, усвоил взаимосвязь основных понятий дисциплины в их значении для приобретаемой профессии, проявил творческие способности в понимании, изложении и использовании учебно-программного материала.	Обучающийся обнаружил полное знание учебно-программного материала, успешно выполнил предусмотренные программой задания, усвоил основную литературу, рекомендованную программой дисциплины, показал систематический характер знаний по дисциплине и способен к их самостоятельному пополнению и обновлению в ходе дальнейшей учебной работы и профессиональной деятельности.	Обучающийся обнаружил знание основного учебно-программного материала в объеме, необходимом для дальнейшей учебы и предстоящей работы по профессии, справился с выполнением заданий, предусмотренных программой, знаком с основной литературой, рекомендованной программой дисциплины, допустил погрешности в ответе на экзамене и при выполнении экзаменационных заданий, но обладает необходимыми знаниями для их устранения под руководством преподавателя.	Обучающийся обнаружил значительные пробелы в знаниях основного учебно-программного материала, допустил принципиальные ошибки в выполнении предусмотренных программой заданий и не способен продолжить обучение или приступить по окончании университета к профессиональной деятельности без дополнительных занятий по соответствующей дисциплине.	

6.3 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

Семестр 9

Текущий контроль

1. Устный опрос

Темы 1, 2, 3, 4, 5

1. Истоки и причины возникновения манипулятивного общения
2. Понятие об ассертивности, ассертивном поведении.
3. Транзактный анализ Э.Берна и ассертивность.
4. Гуманистическая психология А.Адлера и ассертивность.
5. Права ассертивной личности М. Дж. Смита.
6. Ассертивность как спонтанность. Ассертивность как настойчивость. Ассертивность как адекватность.
7. Характеристики ассертивности по А. Солтеру
8. Принципы ассертивности.
9. Понятие о межличностных отношениях. Источники неуверенности в межличностных отношениях. Формирование неуверенности в межличностных отношениях.

10. Тренинг асертивности. Процедуры тренинга асертивности.
11. Асертивное поведение в педагогическом процессе.
12. Гуманистическое общение и его основные механизмы
13. Способы саморегуляции и релаксации собственного состояния психолога
14. Классификация чувств. Правила открытого выражения чувств.
15. Понятие "уверенности". Основные составляющие программ развития уверенности в себе.
16. Личные права человека и их учет в коммуникации.
17. Характеристика отличительных особенностей неуверенного, уверенного и агрессивного поведения.
18. Модель асертивного принятия критики
19. Техника "Я"- высказываний, "Ты" - сообщений. Области применения в коммуникации.
20. Методы формирования асертивного поведения. Поведенческая терапия.
21. Ролевые игры. Коррекция иррациональных представлений.
22. Специфические черты психологического тренинга.
23. Критерии классификации тренинговых групп.
24. Выделение критериев классификации тренинговых групп, специфические черты тренинга.
25. Групповые эффекты в поведенческом тренинге. Основные понятия поведенческого тренинга: поведение, подкрепление, научение и т. д.
26. Критерии отличия тренинга от других видов деятельности практического психолога (психотерапии, психологической коррекции, а также от обучения).
27. Теория условного рефлекса И. П. Павлова. Применение теории классического обуславливания для объяснения возникновения страхов (Дж. Уотсон).
28. Условно-рефлекторная терапия В. М. Бехтерева и А. Сальтера. Понятие и механизмы возникновения социальных страхов (Дж. Вольпе).
29. Методы, основанные на классическом обуславливании: систематическая десенсибилизация и ее виды.
30. Понятие поведенческого анализа. Современные методы и приемы анализа поведения. Поведенческий диагноз.
31. Типы и классификация программ поведенческого тренинга как метода формирования асертивного поведения.
32. Понятие асертивности. Манипулирование и уверенное поведение.
33. Выделение критериев классификации тренинговых групп, специфические черты тренинга.
34. Групповые эффекты в поведенческом тренинге. Основные понятия поведенческого тренинга: поведение, подкрепление, научение и т. д.
35. Теория условного рефлекса И. П. Павлова. Применение теории классического обуславливания для объяснения возникновения страхов (Дж. Уотсон).
36. Условно-рефлекторная терапия В. М. Бехтерева и А. Сальтера. Понятие и механизмы возникновения социальных страхов (Дж. Вольпе).
37. Методы, основанные на классическом обуславливании: систематическая десенсибилизация и ее виды.

2. Тестирование

Темы 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8

Вариант теста ♦ 1.

1. Асертивность - термин, заимствованный из английского языка, где он выступает производным от глагола *assert*, означающий: А. Настаивать на своем, отстаивать свои права. В. Уверенность С. Настойчивость D. Спонтанность
2. Автор концепции асертивности: А. А. Солтер В. А. Маслоу С. М. Эриксон D. Э. Берн
3. Принцип "Я существую не для того, чтобы соответствовать твоим ожиданиям; ты существуешь не для того, чтобы соответствовать моим ожиданиям" соответствует направлению практической психологии: А. Бихевиоризм В. Рационально-эмотивная терапия С. Гештальттерапия D. Транзактный анализ
4. Исключите лишний элемент характеристики уверенности в себе по модели М. Розенберга: А. устойчивость В. уверенность в себе С. самоуважение D. самодостаточность
5. Установите соответствие между характеристиками уверенности в себе по модели М. Розенберга и их описанием:
А. устойчивость В. уверенность в себе С. самоуважение D. кристаллизация
I. стабильность или изменчивость представления индивида о себе и своих свойствах
II. ощущение возможности достичь поставленных перед собой целей
III. принятие себя как личности, признание своей социальной и человеческой ценности
IV. лёгкость или трудность изменения индивидом представления о себе
6. Автор понятия "комплекс неполноценности": А. Адлер З. Фрейд Ф. Перлз Г. Лейтц
7. По определению Ренни Фричи (Fritchie, 1990) асертивный человек:

- А. тот, кто отвечает за собственное поведение, демонстрирует самоуважение и уважение к другим, позитивен, слушает, понимает и пытается достичь рабочего компромисса;
- В. тот, кто отказывается от опоры на чужие мнения и оценки, культивирует спонтанное поведение в соответствии со своими собственными настроениями, побуждениями и интересами;
- С. тот, кто автономен, независим от внешних влияний и оценок, способен самостоятельно регулировать собственное поведение
8. Философия личной ответственности предполагает, что
- А. мы ответственны за свое собственное поведение и не имеем права винить других людей за нашу реакцию на их поведение;
- В. мы ответственны за поведение других людей, от нас зависит их реакции.
9. Исключите лишнее характеристики уверенного поведения А. Солтера:
- А. Эмоциональность речи
- В. Экспрессивность речи
- С. Использование местоимения "Я"
- Д. Импровизация
- Е. Самопринятие
10. Характеристики ассертивного поведения по А. А. Лазарусу, исключите лишнее:
- А. способность сказать "нет";
- В. способность влиять на поведение других людей;
- С. способность устанавливать контакты, начинать и оканчивать беседу;
- Д. способность открыто выражать позитивные и негативные чувства.
11. Соотнесите эго-состояния и их характеристики:
- А. Состояние "Родитель"
- В. Состояние "Ребёнок"
- С. Состояние "Взрослый"
- I. человек рассуждает так же, как обычно рассуждал авторитет, реагирует так, как прореагировал бы он. Поведение описывается формулой "Так надо", "Знаю, как надо".
- II. человек самостоятельно и объективно оценивает ситуацию, в непредвзятой манере излагает ход размышлений, формулирует свои проблемы и выводы, к которым пришёл. Формула действия: "Я выбираю", "Я предпочитаю".
- III. человек не всегда задумывается о последствиях своих действий для себя и для других людей и руководствуется формулой "Я хочу".
12. Способ действий, при котором человек активно и последовательно отстаивает свои интересы, открыто заявляет о своих целях и намерениях, уважая при этом интересы окружающих
- А. Ассертивное поведение
- В. Ассертивная личность
- С. Принцип ассертивности
- Д. Ассертивность
13. Сопоставьте принципы ассертивности и их описание:
- А. Принятие на себя ответственности за собственное поведение
- В. Эффективное общение
- С. Умение внимательно слушать и понимать.
- I. умения сказать то, вы думаете или чувствуете относительно какого-либо вопроса, не расстраивая при этом своего партнера по общению.
- II. мы ответственны за свое собственное поведение и не имеем права винить других людей за нашу реакцию на их поведение
- III. стремления понять точку зрения другого человека.
14. Исключите лишнее в перечне прав человека по Смиту:
- каждый человек имеет право:
- А. сам судить о своем поведении, мыслях и эмоциях и нести ответственность за последствия;
- В. открыто выражать свои чувства;
- С. поступать нелогично;
- Д. сказать "меня это не волнует".
15. Соотнесите тип поведения и убеждение:
- А. у меня прав меньше, чем у окружающих
- В. у меня прав больше, чем у окружающих
- С. у меня нет прав, у окружающих нет прав
- Д. и у меня и у другого равные права
- I. пассивное
- II. ассертивное
- III. агрессивное
- IV. смерть личности

Вариант теста 2

1. Открытость как личностное качество психолога, предполагает:

- а) искренность в восприятии собственных чувств
- б) откровенность перед другими людьми

2. Аутентичность включает в себя:

- А. полное осознание настоящего момента;
- Б. выбор способа жизни в данный момент;
- В. принятие ответственности за свой выбор.
- Г. все ответы верны

3. Составьте правильную последовательность стратегии выражения негативных чувств:

- А. Скажите, каким конкретно поступком вызваны ваши чувства.
- В. Объективно опишите ситуацию - так как ее можно было бы увидеть через окошко видеокамеры.
- С. Назовите чувство (чувства) "по имени" как можно точнее - не преувеличивая и не преуменьшая.
- Д. Постарайтесь подкрепить слова делом - действиями, мимикой, позой, интонациями.
- Е. Выслушайте партнера и скажите, что вы его понимаете.
- Ф. Используйте местоимение "я" ("мне", "меня").
- Г. Расскажите, чего вы хотите в связи с этим (о своих желаниях).
- Н. Не откладывайте "на потом". Начинайте сразу же, как только партнер сделал что-то неприятное.

4. Соотнесите представления об асертивности и авторов, придерживающихся этих представлений:

- А. асертивность заключается в спонтанности поведения. Человек легко, не регламентируя, выражает свои чувства и желания.
 - В. асертивность как адекватность. В зависимости от возникшей ситуации, асертивный человек реагирует на те или иные возникающие перед ним трудности гибко, варьируя свое поведение в рамках принятых стандартов.
 - С. асертивность как настойчивость, абсолютизируется значимость упорства в достижении своих целей
- I. В. Капони, Т. Новак
 - II. А. А. Лазарус, А. Вайнер
 - III. А. Солтер, М. Розенберг, М. Дж. Смит, Рении Фричи

5. Социальная ориентированность, как характеристика уверенного человека предполагает:

- направленность на конструктивные отношения с окружающими
- подчинение социальным нормам и правилам;
- уступчивость, мягкость адекватность реакций на быстро меняющуюся обстановку

6. Тренинг асертивности включает в себя:

- А. отработка новых реакций в ролевой игре, репетиция поведения
- С. критический анализ иррациональных представлений, препятствующих асертивности
- Д. обратная связь, критические комментарии и указания
- Е. все варианты верны

7. Шерринг - это

- А. Открытое выражение своих чувств;
- В. Самоанализ;
- С. Сочувствие другому;
- Д. Формулировка выводов и рекомендаций.

8. Соотнести неэффективные стратегии самомотивации и их характеристику:

- А. Негативный мотиватор
 - В. Диктаторский стиль мотивации
 - С. Процессуальный стиль
 - Д. Всеохватывающий стиль мотивации
- I. Представляет те несчастья, которые могут случиться, если не выполнит то, что следует
 - II. Мотивирует себя с помощью приказов, с использованием слов "должен", "обязан", "вынужден" и т.п.
 - III. Представляет не результат своего труда, а процесс его выполнения
 - IV. Представление всей задачи в виде одной большой, бесформенной массы работы

9. Соотнести позиции восприятия и их характеристику

- А. 1-я позиция
 - В. 2-я позиция
 - С. 3-я позиция
- I. точка зрения постороннего наблюдателя.
 - II. своя точка зрения;
 - III. точка зрения другого;

10. Последовательность стратегии реагирования на критику:

- А. Принять решение о реакции на критику
- В. Сбор конкретной информации о критике

- C. Мысленная репетиция
 - D. Увидеть своего двойника на расстоянии
 - E. Соединится со своим двойником
 - F. Определить свое мнение по поводу обоснованности критики
11. Исключите лишний критерий качества обратной связи
- A. Начать с того, что уже хорошо получается
 - B. Говорить о том, что следует добавить, чтобы получилось еще лучше
 - C. Говорить максимально конкретно и только о том, что можно увидеть, услышать, почувствовать
 - D. Рассказывать о действиях и избегать любых оценок
 - E. Используйте в речи прошедшее время, говорить о том, что было
 - F. Сказать о том, что в поведении партнера по вашему мнению следует исправить
12. Исключите лишний из списка факторов, которые способствуют возникновению и развитию конфликта:
- B. Подчеркивание разницы между собой и партнером
 - C. Избегание пространственной близости и контакта глаз с партнером.
 - D. Высказывание негативных оценок партнера, его слов, поступков.
 - E. Выяснение целей, интересов поведения партнера
13. Соотнести комплимент и его вид:
- A. Прямые комплименты
 - B. Вплетая в ткань речи, или Естественная пресуппозиция
 - C. Комплименты от противного
- I. Хм. Дорогая, ты сегодня, возможно случайно, поджарила мясо довольно удачно.
- II. Детям: Странно. Вещи даже в основном лежат на месте. Может, вы еще будете утверждать, что уже и уроки сделали?
- III. Поскольку ты здесь знаешь больше всех, подскажи мне, пожалуйста! - и далее просьба.
- IV. Прекрасно выглядите!
14. Соотнести барьер межличностного общения и его описание
- A. Негативные оценки и ярлыки (оскорбления)
 - B. Ирония, язвительность
 - C. Вопросы (на которые не нужно или невозможно отвечать)
 - D. Приказы
 - E. Обобщения, глобальные выводы из единичных случаев
 - F. Ложные аргументации
- I. Ты только о том и думаешь, как бы меня посильнее задеть!
- II. Ничего хорошего в жизни я от тебя не видела!
- III. Где тебя носило до двух ночи?
- IV. Ты несешь абсолютную чушь!
- V. Ну ты у меня и герой!
- VI. Замолчи сейчас же! Иди в свою комнату!
15. Исключите лишнее в списке эффективных приемов преодоления барьеров общения:
- A. Соглашаться с тем, с чем мы можем согласиться.
 - B. Игнорирование возникающего барьера
 - C. Использовать "Я-высказывания"
 - D. "Надавить" на партнера, просто запретить ему разговаривать с нами в таком тоне.
 - E. Отражение чувств партнера

3. Реферат

Темы 1, 2, 3, 4, 5, 6, 8

- 1 Специфические черты психологического тренинга.
 2. Критерии классификации тренинговых групп.
 3. Манипулирование и уверенное поведение.
 4. Критерии отличия тренинга от других видов деятельности практического психолога (психотерапии, психологической коррекции, а также от обучения).
 5. Типы и классификация программ поведенческого тренинга как метода формирования ассертивного поведения.
-
6. Групповые эффекты в поведенческом тренинге. Основные понятия поведенческого тренинга: поведение, подкрепление, научение и т. д.
 7. Теория условного рефлекса И. П. Павлова.
 8. Применение теории классического обуславливания для объяснения возникновения страхов (Дж. Уотсон).
 9. Условно-рефлекторная терапия В. М. Бехтерева и А. Сальтера.
 10. Понятие и механизмы возникновения социальных страхов (Дж. Вольпе).
 11. Методы, основанные на классическом обуславливании: систематическая десенсибилизация и ее виды.
 12. Понятие поведенческого анализа.

13. Современные методы и приемы анализа поведения.

Экзамен

Вопросы к экзамену:

1. Что такое ассертивность?
2. История возникновения термина и основные методы изучения явления.
3. Назовите основные черты и особенности ассертивного поведения.
4. Основные модели поведения личности?
5. Что такое межличностные отношения?
6. Перечислите источники неуверенности в межличностных отношениях
7. Как становятся неуверенными и как делают неуверенными других?
8. В чем и как проявляется неуверенность в себе в межличностных отношениях
9. в чем суть преодоления депрессии развитием межличностных отношений по Андре Сальтеру?
10. Что такое уверенное поведение в межличностных отношениях?
11. Опишите основные виды активного поведения: агрессивное, манипулятивное и ассертивное поведение.
12. Дайте определение ассертивности как свойства личности и его характеристику.
13. Соотнесите мотивацию, задачи и цели личности с ассертивным стилем поведения.
14. Какова характеристика взаимоотношений и общения ассертивной личности?
15. Раскройте роль ассертивного поведения в принятии решений, в конфликтных ситуациях.
16. Каково значение ассертивного поведения в консультативной практике?
17. Дайте определение агрессивному поведению и манипуляции и их соотношению.
18. Перечислите основные черты манипулятивного поведения.
19. Что такое пассивное поведение и назовите его виды?
20. Дайте определение уровня навыков ассертивного поведения.
21. Перечислите основные способы развития навыков ассертивного поведения.
22. В чем преимущества навыков ассертивного поведения?
23. Раскройте суть техник: разумный компромисс, заигранная пластинка, негативные расспросы и др.
24. Что такое ассертивное воздействие и как отстаивать собственные интересы?
25. Как противостоять давлению, что делать с критикой, манипулированием?
26. Дайте определение самопрезентации.
27. Назовите этапы формирования навыков самораскрытия и предоставления свободной информации.
28. Перечислите техники ассертивного поведения.
29. Назовите правила ассертивного поведения.
30. Расскажите о технике "Я-высказывание" как способе разрешения конфликта
31. Перечислите возможные цели межличностного взаимодействия.
32. Дайте характеристику пространственным составляющим межличностного взаимодействия.
33. Какие процедуры обеспечивают взаимопонимание, координацию и согласование в межличностном взаимодействии?
34. Каковы особенности эмоциональных проявлений на социально-ролевом, деловом и интимно-личностном уровнях межличностного взаимодействия?
35. В чем проявляется зависимость человека от влияний социума и других индивидов?
36. В чем наблюдаются различия между влиянием и убеждением, между целенаправленным и побочным (непреднамеренным) влиянием?
37. Опишите особенности влияния в структуре межличностного взаимодействия (общая характеристика).
38. Раскройте контексты межличностного взаимодействия (социально-ролевой уровень, деловой уровень, интимно-личностный уровень).
39. Дайте определение пространству межличностного взаимодействия.
40. В чем суть реакции на сознательное влияние: по Э. Аронсону (подчинение, идентификация и интернализация) и по Ф. Зимбардо (сопротивление и подчинение влиянию)?
41. Опишите замечания и тактику нейтрализации замечаний по Предрагу Мицичу.
42. Какие вы знаете тренинговые программы для развития ассертивности, их виды, цели?
43. Что такое поведенческий тренинг: теория и практика?
44. Перечислите классификации программ тренинга поведения и раскройте их суть.
45. Опишите тренинг уверенности в себе и самоутверждения.
46. Опишите тренинг социальной компетентности
47. Опишите тренинг медиаторов: педагогический тренинг
48. Какие вы знаете принципы тренировки новых навыков уверенного поведения?
49. В чем специфика и особенности начала тренинговой работы: процедура знакомства, работа с ожиданиями, формулировка правил?
50. Какие критерии оценки эффективности тренинговых программ?

51. В чем проявляется особенность подбора упражнений к тренингу уверенного поведения?
52. Назовите упражнения на первоначальное знакомство участников тренинга друг с другом.
53. Перечислите принципы составления каталога упражнений для тренинга асертивности.
54. Опишите упражнения на развитие коммуникабельности.
55. Опишите упражнения на развитие уверенного поведения.
56. Опишите упражнения на установление контакта.
57. Опишите упражнения на взаимодействие.
58. Опишите деловые, ролевые, имитационные игры: возможности использования, процедура проведения, обсуждения результатов.
59. Специфические черты психологического тренинга.
60. Критерии классификации тренинговых групп.
61. Проанализировать существующие понятия тренинга. Выделить ключевые моменты определений, объединив их в группы.
62. Критерии отличия тренинга от других видов деятельности практического психолога (психотерапии, психологической коррекции, а также от обучения).
63. Критерии отличия тренинга от других видов деятельности практического психолога (психотерапии, психологической коррекции, а также от обучения).
65. Выделение критериев классификации тренинговых групп, специфические черты тренинга.
66. Групповые эффекты в поведенческом тренинге. Основные понятия поведенческого тренинга: поведение, подкрепление, научение и т. д.
67. Теория условного рефлекса И. П. Павлова.
68. Применение теории классического обуславливания для объяснения возникновения страхов (Дж. Уотсон).
69. Условно-рефлекторная терапия В. М. Бехтерева и А. Сальтера.
70. Понятие и механизмы возникновения социальных страхов (Дж. Вольпе).
71. Методы, основанные на классическом обуславливании: систематическая десенсибилизация и ее виды.
72. Понятие поведенческого анализа.
73. Современные методы и приемы анализа поведения.
74. Поведенческий диагноз.
75. Типы и классификация программ поведенческого тренинга как метода формирования асертивного поведения.
76. Понятие асертивности.
77. Манипулирование и уверенное поведение.

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

В КФУ действует балльно-рейтинговая система оценки знаний обучающихся. Суммарно по дисциплине (модулю) можно получить максимум 100 баллов за семестр, из них текущая работа оценивается в 50 баллов, итоговая форма контроля - в 50 баллов.

Для зачёта:

56 баллов и более - "зачтено".

55 баллов и менее - "не зачтено".

Для экзамена:

86 баллов и более - "отлично".

71-85 баллов - "хорошо".

56-70 баллов - "удовлетворительно".

55 баллов и менее - "неудовлетворительно".

Форма контроля	Процедура оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций	Этап	Количество баллов
Семестр 9			
Текущий контроль			
Устный опрос	Устный опрос проводится на практических занятиях. Обучающиеся выступают с докладами, сообщениями, дополнениями, участвуют в дискуссии, отвечают на вопросы преподавателя. Оценивается уровень домашней подготовки по теме, способность системно и логично излагать материал, анализировать, формулировать собственную позицию, отвечать на дополнительные вопросы.	1	10

Форма контроля	Процедура оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций	Этап	Количество баллов
Тестирование	Тестирование проходит в письменной форме или с использованием компьютерных средств. Обучающийся получает определённое количество тестовых заданий. На выполнение выделяется фиксированное время в зависимости от количества заданий. Оценка выставляется в зависимости от процента правильно выполненных заданий.	2	20
Реферат	Обучающиеся самостоятельно пишут работу на заданную тему и сдают преподавателю в письменном виде. В работе производится обзор материала в определённой тематической области либо предлагается собственное решение определённой теоретической или практической проблемы. Оцениваются проработка источников, изложение материала, формулировка выводов, соблюдение требований к структуре и оформлению работы, своевременность выполнения. В случае публичной защиты реферата оцениваются также ораторские способности.	3	20
Экзамен	Экзамен нацелен на комплексную проверку освоения дисциплины. Экзамен проводится в устной или письменной форме по билетам, в которых содержатся вопросы (задания) по всем темам курса. Обучающемуся даётся время на подготовку. Оценивается владение материалом, его системное освоение, способность применять нужные знания, навыки и умения при анализе проблемных ситуаций и решении практических заданий.		50

7. Перечень литературы, необходимой для освоения дисциплины (модуля)

Освоение дисциплины (модуля) предполагает изучение основной и дополнительной учебной литературы. Литература может быть доступна обучающимся в одном из двух вариантов (либо в обоих из них):

- в электронном виде - через электронные библиотечные системы на основании заключенных КФУ договоров с правообладателями и предоставленных доступов НЧИ КФУ;

- в печатном виде - в фонде библиотеки Набережночелнинского института (филиала) КФУ. Обучающиеся получают учебную литературу на абонементе по читательским билетам в соответствии с правилами пользования библиотекой.

Электронные издания доступны дистанционно из любой точки при введении обучающимся своего логина и пароля от личного кабинета в системе "Электронный университет". При использовании печатных изданий библиотечный фонд должен быть укомплектован ими из расчета не менее 0,5 экземпляра (для обучающихся по ФГОС 3++ - не менее 0,25 экземпляра) каждого из изданий основной литературы и не менее 0,25 экземпляра дополнительной литературы на каждого обучающегося из числа лиц, одновременно осваивающих данную дисциплину.

Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины (модуля), находится в Приложении 2 к рабочей программе дисциплины. Он подлежит обновлению при изменении условий договоров КФУ с правообладателями электронных изданий и при изменении комплектования фондов библиотеки Набережночелнинского института (филиала) КФУ.

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

Национальная психологическая энциклопедия. - <http://www.vocabulary.ru/>

Российская Национальная библиотека - <http://www.nlr.ru:8101/>

ЭБС ЭЧЗ "Библиотех" - <https://isu.bibliotech.ru/>

9. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (модуля)

Вид работ	Методические рекомендации
лекции	В ходе лекционных занятий необходимо вести конспектирование учебного материала. Обращать внимание на категории, формулировки, раскрывающие содержание тех или иных явлений и процессов, научные выводы и практические рекомендации, положительный опыт в ораторском искусстве. Желательно оставить в рабочих конспектах поля, на которых делать пометки из рекомендованной литературы, дополняющие материал прослушанной лекции, а также подчеркивающие особую важность тех или иных теоретических положений. Задавать преподавателю уточняющие вопросы с целью уяснения теоретических положений, разрешения спорных ситуаций. В случае применения в образовательном процессе дистанционных образовательных техно-логий обучающиеся выполняют задания на следующих платформах и ресурсах: в команде "MicrosoftTeams".

Вид работ	Методические рекомендации
практические занятия	<p>Овладение знаниями обеспечивается сочетанием таких различных форм и методов обучения, как лекции, практические занятия, самостоятельная работа, индивидуальные консультации. Работа на практических занятиях предполагает активное участие студентов. Для подготовки к занятиям рекомендуется выделять в материале проблемные вопросы, затрагиваемые преподавателем в лекции, и группировать информацию вокруг них. Желательно выделять в используемой литературе постановки вопросов, на которые разными авторами могут быть даны различные ответы. На основании постановки таких вопросов следует собирать аргументы в пользу различных вариантов решения поставленных проблем. В текстах авторов, таким образом, следует выделять следующие компоненты: - постановка проблемы; - варианты решения; - аргументы в пользу тех или иных вариантов решения. На основе выделения этих элементов проще составлять собственную аргументированную позицию по рассматриваемому вопросу. При подготовке к практическим занятиям студенту может понадобиться материал, изучавшийся в рамках иных курсов, поэтому стоит обращаться к соответствующим источникам (учебникам, монографиям, статьям). Учебный и учебно-методический материал выкладывается в Виртуальной аудитории или в MS "Microsoft Teams" Практические занятия могут проводиться на платформе MS "Microsoft Teams" и других платформах.</p>
самостоятельная работа	<p>Самостоятельная работа является одним из видов учебной деятельности обучающихся, способствует развитию самостоятельности, ответственности и организованности, творческого подхода к решению проблем учебного и профессионального уровня. Самостоятельная работа проводится с целью:</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> систематизации и закрепления полученных теоретических знаний и практических умений обучающихся; <input type="checkbox"/> углубления и расширения теоретических знаний; <input type="checkbox"/> формирования умений использовать специальную литературу; <input type="checkbox"/> развития познавательных способностей и активности обучающихся: творческой инициативы, ответственности и организованности; <input type="checkbox"/> формирования самостоятельности мышления, способностей к саморазвитию, самосовершенствованию и самореализации; <input type="checkbox"/> развития исследовательских умений. <p>Аудиторная самостоятельная работа по учебной дисциплине на учебных занятиях под непосредственным руководством преподавателя и по его заданию. Внеаудиторная самостоятельная работа выполняется по заданию преподавателя без его непосредственного участия.</p> <p>Виды заданий для внеаудиторной самостоятельной работы, их содержание и характер могут иметь вариативный и дифференцированный характер, учитывать специфику изучаемой учебной дисциплины, индивидуальные особенности обучающегося. Контроль самостоятельной работы и оценка ее результатов организуется как единство двух форм:</p> <ul style="list-style-type: none"> - самоконтроль и самооценка обучающегося; - контроль и оценка со стороны преподавателя. В случае применения в образовательном процессе дистанционных образовательных техно-логий обучающиеся выполняют задания на следующих платформах и ресурсах: в команде "Microsoft Teams".
устный опрос	<p>Подготовка к опросу проводится в ходе самостоятельной работы студентов и включает в себя повторение пройденного материала по вопросам предстоящего опроса. Помимо основного материала студент должен изучить дополнительную рекомендованную литературу и информацию по теме, в том числе с использованием Интернет-ресурсов. В среднем, подготовка к устному опросу по одному семинарскому занятию занимает от 2 до 3 часов в зависимости от сложности темы и особенностей организации студентом своей самостоятельной работы. Опрос предполагает устный ответ студента на один основной и несколько дополнительных вопросов преподавателя. Ответ студента должен представлять собой развернутое, связанное, логически выстроенное сообщение. При выставлении оценки преподаватель учитывает правильность ответа по содержанию, его последовательность, самостоятельность суждений и выводов, умение связывать теоретические положения с практикой, в том числе и с будущей профессиональной деятельностью.</p> <p>На основании постановки вопросов следует собирать аргументы в пользу различных вариантов решения поставленных проблем.</p> <p>В ответах авторов, таким образом, следует выделять следующие компоненты:</p> <ul style="list-style-type: none"> - постановка проблемы; - варианты решения; - аргументы в пользу тех или иных вариантов решения. <p>На основе выделения этих элементов проще составлять собственную аргументированную позицию по рассматриваемому вопросу.</p>

Вид работ	Методические рекомендации
тестирование	В тестовых заданиях в каждом вопросе из представленных вариантов ответа правильный только один. Если Вам кажется, что правильных ответов больше, выбирайте тот, который, на Ваш взгляд, наиболее правильный. При самостоятельной подготовке к тестированию студенту необходимо: а) готовясь к тестированию, проработайте информационный материал по дисциплине. Проконсультируйтесь с преподавателем по вопросу выбора учебной литературы; б) четко выясните все условия тестирования заранее. Вы должны знать, сколько тестов Вам будет предложено, сколько времени отводится на тестирование, какова система оценки результатов и т.д. в) приступая к работе с тестами, внимательно и до конца прочтите вопрос и предлагаемые варианты ответов. Выберите правильные (их может быть несколько). На отдельном листке ответов выпишите цифру вопроса и буквы, соответствующие правильным ответам; г) в процессе решения желательно применять несколько подходов в решении задания. Это позволяет максимально гибко оперировать методами решения, находя каждый раз оптимальный вариант. д) если Вы встретили чрезвычайно трудный для Вас вопрос, не тратьте много времени на него. Переходите к другим тестам. Вернитесь к трудному вопросу в конце. е) обязательно оставьте время для проверки ответов, чтобы избежать механических ошибок. Могут проводиться на платформе MS "Microsoft Teams" и других платформах. теоретических положений, разрешения спорных ситуаций.
реферат	Под рефератом подразумевается творческая исследовательская работа, основанная, прежде всего, на изучении значительного количества научной и иной литературы по теме исследования. Реферат, как правило, должен содержать следующие структурные элементы: 1. титульный лист; 2. содержание; 3. введение; 4. основная часть; 5. заключение; 6. список использованных источников; 7. приложения (при необходимости). В содержании приводятся наименования структурных частей реферата, глав и параграфов его основной части с указанием номера страницы, с которой начинается соответствующая часть, глава, параграф. Во введении необходимо обозначить обоснование выбора темы, ее актуальность, объект и предмет, цель и задачи исследования, описываются объект и предмет исследования, информационная база исследования. В основной части излагается сущность проблемы и объективные научные сведения по теме реферата, дается критический обзор источников, собственные версии, сведения, оценки. Содержание основной части должно точно соответствовать теме проекта и полностью её раскрывать. Главы и параграфы реферата должны раскрывать описание решения поставленных во введении задач. Поэтому заголовки глав и параграфов, как правило, должны соответствовать по своей сути формулировкам задач реферата. Заголовка основная часть- в содержании реферата быть не должно. Проводится через команду, созданную на платформе MS "Microsoft Teams" и других платформах.
экзамен	При подготовке к экзамену параллельно прорабатывать соответствующие теоретические и практические разделы дисциплины, фиксируя неясные моменты для их обсуждения на плановой консультации. Готовиться к экзамену необходимо последовательно, с учетом контрольных вопросов, разработанных ведущим преподавателем кафедры. Сначала следует определить место каждого контрольного вопроса в соответствующем разделе темы учебной программы, а затем внимательно прочитать и осмыслить рекомендованные научные работы, соответствующие разделы рекомендованных учебников. При этом полезно делать хотя бы самые краткие выписки и заметки. Работу над темой можно считать завершённой, если вы сможете ответить на все контрольные вопросы и дать определение понятий по изучаемой теме. Для обеспечения полноты ответа на контрольные вопросы и лучшего запоминания теоретического материала рекомендуется составлять план ответа на контрольный вопрос. Это позволит сэкономить время для подготовки непосредственно перед экзаменом за счет обращения не к литературе, а к своим записям. В случае применения в образовательном процессе дистанционных образовательных технологий обучающиеся выполняют задания на следующих платформах и ресурсах: в команде "Microsoft Teams".

10. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем (при необходимости)

Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем, представлен в Приложении 3 к рабочей программе дисциплины (модуля).

11. Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине (модулю)

Материально-техническое обеспечение образовательного процесса по дисциплине (модулю) включает в себя следующие компоненты:

Помещения для самостоятельной работы обучающихся, укомплектованные специализированной мебелью (столы и стулья) и оснащенные компьютерной техникой с возможностью подключения к сети "Интернет" и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду КФУ.

Учебные аудитории для контактной работы с преподавателем, укомплектованные специализированной мебелью (столы и стулья).

Компьютер и принтер для распечатки раздаточных материалов.

Мультимедийная аудитория.

12. Средства адаптации преподавания дисциплины к потребностям обучающихся инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья

При необходимости в образовательном процессе применяются следующие методы и технологии, облегчающие восприятие информации обучающимися инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья:

- создание текстовой версии любого нетекстового контента для его возможного преобразования в альтернативные формы, удобные для различных пользователей;
- создание контента, который можно представить в различных видах без потери данных или структуры, предусмотреть возможность масштабирования текста и изображений без потери качества, предусмотреть доступность управления контентом с клавиатуры;
- создание возможностей для обучающихся воспринимать одну и ту же информацию из разных источников - например, так, чтобы лица с нарушениями слуха получали информацию визуально, с нарушениями зрения - аудиально;
- применение программных средств, обеспечивающих возможность освоения навыков и умений, формируемых дисциплиной, за счёт альтернативных способов, в том числе виртуальных лабораторий и симуляционных технологий;
- применение дистанционных образовательных технологий для передачи информации, организации различных форм интерактивной контактной работы обучающегося с преподавателем, в том числе вебинаров, которые могут быть использованы для проведения виртуальных лекций с возможностью взаимодействия всех участников дистанционного обучения, проведения семинаров, выступления с докладами и защиты выполненных работ, проведения тренингов, организации коллективной работы;
- применение дистанционных образовательных технологий для организации форм текущего и промежуточного контроля;
- увеличение продолжительности сдачи обучающимся инвалидом или лицом с ограниченными возможностями здоровья форм промежуточной аттестации по отношению к установленной продолжительности их сдачи:
- продолжительности сдачи зачёта или экзамена, проводимого в письменной форме, - не более чем на 90 минут;
- продолжительности подготовки обучающегося к ответу на зачёте или экзамене, проводимом в устной форме, - не более чем на 20 минут;
- продолжительности выступления обучающегося при защите курсовой работы - не более чем на 15 минут.

Программа составлена в соответствии с требованиями ФГОС ВО и учебным планом по направлению 37.03.01 "Психология" и профилю подготовки "не предусмотрено".

*Приложение 2
к рабочей программе дисциплины (модуля)
Б1.В.ДВ.7 Технология тренинга уверенного поведения*

Перечень литературы, необходимой для освоения дисциплины (модуля)

Направление подготовки: 37.03.01 - Психология

Профиль подготовки: не предусмотрено

Квалификация выпускника: бакалавр

Форма обучения: заочное

Язык обучения: русский

Год начала обучения по образовательной программе: 2016

Основная литература:

1. Невеев, А.Б. Тренинг в организации: учеб. пособие / А.Б. Невеев. - М.: НИЦ Инфра-М, 2012. - 256 с. - (Высшее образование: Бакалавриат). - Режим доступа: HYPERLINK 'http://znanium.com/http HYPERLINK 'http://znanium.com/:// HYPERLINK 'http://znanium.com/znanium HYPERLINK 'http://znanium.com/'. HYPERLINK 'http://znanium.com/'com
2. Рамендик, Д.М. Тренинг личностного роста: учеб. пособие / Д.М. Рамендик. - 2-е изд., испр. и доп. - М.: ФОРУМ, 2010. - 184с.

Дополнительная литература:

1. Психология воспитания стрессовослаждающего поведения: Учебное пособие/Н.П.Фетискин - М.: Форум, НИЦ ИНФРА-М, 2015. - 240 с.: 60x90 1/16. - (Высшее образование: Бакалавриат) (Обложка)ISBN 978-5-00091-078-8
2. Прикладная психология: Учебное пособие / Н.П. Рапохин. - М.: Форум: ИНФРА-М, 2013. - 432 с.: 60x90 1/16. - (Высшее образование). (переплет)ISBN 978-5-91134-153-4
3. Профессиональная этика и психология делового общения: Учебное пособие / И.П. Кошечкина, А.А. Канке. - М.: ИД ФОРУМ: НИЦ Инфра-М, 2013. - 304 с.: 60x90 1/16. - (Профессиональное образование). (переплет)ISBN 978-5-8199-0374-2
4. Психология лидерства: от поведенческой модели к культурно-ценностной парадигме. / Занковский А. Н. - М.: Институт психологии РАН, 2011. -[Электронный ресурс]. URL: <http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785927002153.html>

Приложение 3
к рабочей программе дисциплины (модуля)
Б1.В.ДВ.7 Технология тренинга уверенного поведения

Перечень информационных технологий, используемых для освоения дисциплины (модуля), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем

Направление подготовки: 37.03.01 - Психология

Профиль подготовки: не предусмотрено

Квалификация выпускника: бакалавр

Форма обучения: заочное

Язык обучения: русский

Год начала обучения по образовательной программе: 2016

Освоение дисциплины (модуля) предполагает использование следующего программного обеспечения и информационно-справочных систем:

Операционная система Microsoft Windows 7 Профессиональная или Windows XP (Volume License)

Пакет офисного программного обеспечения Microsoft Office 365 или Microsoft Office Professional plus 2010

Браузер Mozilla Firefox

Браузер Google Chrome

Adobe Reader XI или Adobe Acrobat Reader DC

Kaspersky Endpoint Security для Windows

Учебно-методическая литература для данной дисциплины имеется в наличии в электронно-библиотечной системе "ZNANIUM.COM", доступ к которой предоставлен обучающимся. ЭБС "ZNANIUM.COM" содержит произведения крупнейших российских учёных, руководителей государственных органов, преподавателей ведущих вузов страны, высококвалифицированных специалистов в различных сферах бизнеса. Фонд библиотеки сформирован с учетом всех изменений образовательных стандартов и включает учебники, учебные пособия, учебно-методические комплексы, монографии, авторефераты, диссертации, энциклопедии, словари и справочники, законодательно-нормативные документы, специальные периодические издания и издания, выпускаемые издательствами вузов. В настоящее время ЭБС ZNANIUM.COM соответствует всем требованиям федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования (ФГОС ВО) нового поколения.

Учебно-методическая литература для данной дисциплины имеется в наличии в электронно-библиотечной системе Издательства "Лань", доступ к которой предоставлен обучающимся. ЭБС Издательства "Лань" включает в себя электронные версии книг издательства "Лань" и других ведущих издательств учебной литературы, а также электронные версии периодических изданий по естественным, техническим и гуманитарным наукам. ЭБС Издательства "Лань" обеспечивает доступ к научной, учебной литературе и научным периодическим изданиям по максимальному количеству профильных направлений с соблюдением всех авторских и смежных прав.

Учебно-методическая литература для данной дисциплины имеется в наличии в электронно-библиотечной системе "Консультант студента", доступ к которой предоставлен обучающимся. Многопрофильный образовательный ресурс "Консультант студента" является электронной библиотечной системой (ЭБС), предоставляющей доступ через сеть Интернет к учебной литературе и дополнительным материалам, приобретенным на основании прямых договоров с правообладателями. Полностью соответствует требованиям федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования к комплектованию библиотек, в том числе электронных, в части формирования фондов основной и дополнительной литературы.