

**Федеральное государственное бюджетное образовательное  
учреждение высшего образования  
«РОССИЙСКАЯ АКАДЕМИЯ НАРОДНОГО ХОЗЯЙСТВА  
И ГОСУДАРСТВЕННОЙ СЛУЖБЫ  
ПРИ ПРЕЗИДЕНТЕ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ»**

Волгоградский институт управления - филиал  
Факультет государственного и муниципального управления  
Кафедра социологии, общей и юридической психологии

УТВЕРЖДЕНА  
учёным советом  
Волгоградского института управления –  
филиала РАНХиГС  
Протокол №2 от 23.09.2021 г.

**АДАптированная программа бакалавриата**

**Психологическое консультирование**

---

*(наименование образовательной программы)*

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ,  
реализуемой без применения электронного (онлайн) курса  
для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья и  
обучающихся инвалидов**

**Б1.В.03 Социально-психологический тренинг**

*(индекс и наименование дисциплины, в соответствии с учебным планом)  
по направлению подготовки*

**37.03.01 «Психология»**

---

**Очная**

---

*форма(ы) обучения*

Год набора – 2022 г.

Волгоград, 2021 г.

**Автор(ы)-составитель(и):**

Преподаватель кафедры социологии, общей и юридической психологии  
социологии, общей и юридической психологии С.Н. Савченко

Ассистент кафедры социологии, общей и юридической психологии М.Д. Фисенко

Заведующий кафедрой социологии, общей и юридической психологии,  
доктор социологических наук, доцент А.Л. Кузеванова

РПД Б1.В.03 «Социально-психологический тренинг» одобрена на заседании кафедры  
социологии, общей и юридической психологии. Протокол от 31 августа 2021 года № 1

## СОДЕРЖАНИЕ

<b>1. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы.....</b>	<b>4</b>
1.1. Осваиваемые компетенции.....	4
1.2. Результаты обучения .....	4
<b>2. Объем и место дисциплины в структуре ОП ВО.....</b>	<b>5</b>
<b>3. Содержание и структура дисциплины.....</b>	<b>5</b>
3.1. Структура дисциплины .....	5
3.2. Содержание дисциплины.....	6
<b>4. Материалы текущего контроля успеваемости обучающихся .....</b>	<b>10</b>
4.1. Формы и методы текущего контроля успеваемости обучающихся и промежуточной аттестации.....	10
4.2. Типовые материалы текущего контроля успеваемости обучающихся .....	11
<b>5. Оценочные материалы промежуточной аттестации по дисциплине.....</b>	<b>19</b>
5.1. Методы проведения экзамена.....	19
5.2. Оценочные материалы промежуточной аттестации .....	20
<b>6. Методические указания по освоению дисциплины.....</b>	<b>22</b>
<b>7. Учебная литература и ресурсы информационно-телекоммуникационной сети Интернет .....</b>	<b>24</b>
7.1. Основная литература.....	24
7.2. Дополнительная литература.....	25
7.3. Нормативные правовые документы и иная правовая информация .....	25
7.4. Интернет-ресурсы, справочные системы .....	25
7.5. Иные источники.....	25
<b>8. Материально-техническая база, информационные технологии, программное обеспечение и информационные справочные системы.....</b>	<b>25</b>

## 1. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения программы

### 1.1. Осваиваемые компетенции

Дисциплина Б1.В.03 «Социально-психологический тренинг» обеспечивает овладение следующими компетенциями:

Код компетенции	Наименование компетенции	Код этапа освоения компетенции	Наименование этапа освоения компетенции
ПКс-3	Способность к осуществлению стандартных базовых процедур оказания индивиду, группе, организации психологической помощи с использованием традиционных методов и технологий.	ПКс-3.3	Способность адаптировать и применять опыт работы по оказанию психологической помощи индивиду, группе, организации. Разрабатывать и реализовывать совместно с другими специалистами программы, направленные на улучшение состояния и динамики психологического здоровья населения.

1.2. В результате освоения дисциплины у студентов должны быть сформированы:

ОТФ/ТФ	Код этапа освоения компетенции	Результаты обучения
<p>Организация и предоставление психологических услуг лицам разных возрастов и социальных групп. Профессиональный стандарт психолога в социальной сфере (результаты форсайт-сессии от 01.03.2016, утв. протоколом кафедры психологии №11 от 04.03.2016 г.).</p> <p>Профессиональное действие: Организация мониторинга психологической безопасности и комфортности среды проживания населения.</p>	ПКс-3.3	на уровне знаний:
		<ul style="list-style-type: none"> <li>– анализирует содержательные аспекты тренинга.</li> </ul>
		на уровне умений:
		<ul style="list-style-type: none"> <li>– разрабатывает программу социально-психологического тренинга в зависимости от запроса клиента\организации.</li> <li>– проводит тренинг командообразования и (или) групповой сплоченности, в рамках которого соблюдены все основные принципы, правила и стадии работы в тренинговой группе.</li> </ul>
		на уровне навыков:

		– реализует программу социально-психологического тренинга по формированию и развитию качеств, необходимых для самостоятельной жизни и социализации клиентов
--	--	---

## 2. Объем и место дисциплины в структуре ОП ВО

Данная дисциплина входит в часть, формируемую участниками образовательных отношений.

Основывается на дисциплинах «Основы психодрамы», «Основы психотерапии», «Психология семьи и семейное консультирование». По очной форме обучения дисциплина осваивается в 7 семестре, общая трудоемкость дисциплины в зачетных единицах составляет 4 ЗЕ (144 часа).

По очной форме обучения количество академических часов, выделенных на контактную работу с преподавателем (по видам учебных занятий) – 82 часов и на самостоятельную работу обучающихся – 26 часов. Контроль – 36.

Форма промежуточной аттестации – экзамен (7 семестр).

На практическую подготовку обучающихся выделено 48 часа по очной форме обучения.

## 3. Содержание и структура дисциплины

### 3.1. Структура дисциплины

№ п/п	Наименование тем (разделов)	Объем дисциплины (модуля), час.				СР	Форма текущего контроля успеваемости <sup>4</sup> , промежуточной аттестации	
		Всего	Контактная работа обучающихся с преподавателем по видам учебных занятий					
			Л, ДОТ	ЛР/ ДОТ	ПЗ/ ДОТ			КС Р
<i>Очная форма обучения</i>								
Тема 1	Цели, основные понятия и процедуры психологического тренинга	10	4		4	2	Опрос. Проект. Контрольная работа.	
Тема 2	Социально-психологический тренинг (СПТ) как метод активного обучения и развития	10	4		4	2	Опрос. Проект. Контрольная работа..	
Тема 3	Основные принципы, правила и стадии работы в группе СПТ	8	2		4	2	Опрос. Контрольная работа.	
Тема 4	Общие тренинговые методы	10	4		4	2	Опрос. Тест.	
Тема 5	Деятельность ведущего в процессе тренинга	10	2		6	2	Опрос. Проект. Контрольная работа..	
Тема 6	Содержательные аспекты тренинга	10	2		6	2	Опрос. Реферат.	
Тема 7	Основные виды тренинга	10	2		6	2	Опрос. Проект. Контрольная	

№ п/п	Наименование тем (разделов)	Объем дисциплины (модуля), час.					СР	Форма текущего контроля успеваемости <sup>4</sup> , промежуточной аттестации
		Всего	Контактная работа обучающихся с преподавателем по видам учебных занятий					
			Л, ДОТ	ЛР/ ДОТ	ПЗ/ ДОТ	КС Р		
<b>Очная форма обучения</b>								
								работа.
Тема 8	Тренинговые техники установления понимающих отношений	12	2		6		4	Опрос. Проект. Контрольная работа.
Тема 9	Тренинг взаимодействия	12	4		4		4	Опрос. Проект. Контрольная работа.
Тема 10	Психолог как организатор групповой работы	12	4		4		4	Опрос. Тест.
Промежуточная аттестация		36						Экзамен.
<b>Всего:</b>		<b>144</b>	<b>32</b>		<b>48</b>		<b>26</b>	<b>43Е</b>

*Примечание:*

\* формы текущего контроля успеваемости: опрос (О), тестирование (Т), диспут (Д), отчет (От).

\*\* формы промежуточной аттестации: экзамен (Экз)

### 3.2 Содержание дисциплины (модуля)

#### **Тема 1. Цели, основные понятия и процедуры психологического тренинга.**

Коммуникативная компетентность специалиста и средства ее развития. Основные группы базовых умений. Функции, уровни общения. Коммуникативная ситуация. Субъект-субъектные отношения. Формы активного социально-психологического обучения. Социально-психологический тренинг (СПТ) - определение понятия. Соотношение понятий "групповая психотерапия", "групповая психокоррекция" и "групповой тренинг". Психологический тренинг и современная психологическая практика: виды и цели тренинга в современной психологии.

#### **Тема 2. Социально- психологический тренинг (СПТ) как метод активного обучения и развития.**

Области применения психологического тренинга. Методологические проблемы применения психологического тренинга. Психодинамический подход. Поведенческий подход. Гуманистический подход. Эффекты тренинга. Психологический тренинг как инструментальное действие. Методические приемы, используемые в СПТ (групповая дискуссия, письменные и устные упражнения, ролевые игры, психогимнастика), их краткая характеристика. Задачи, которые могут быть реализованы в программах СПТ: развитие психоперцептивных способностей; формирование знаний, умений, навыков общения; коррекция системы отношений личности.

#### **Тема 3. Основные принципы, правила и стадии работы в группе СПТ.**

Психологические особенности тренинговой группы. Классификация и основные виды тренинговых групп. Группа тренинга: проблема состава и границ. Гомогенность и

гетерогенность тренинговых групп. Качественный состав тренинговых групп. Количественный состав тренинговых групп. Принципы работы тренинговой группы: откровенности, закрытости группы, активности. Анализ ожиданий участников от работы в группе СПТ. Ролевые позиции в группе. Понятие о групповой сплоченности. Обсуждение регламента работы. Построение пространства групповой работы. Особенности проведения процедуры знакомства. Обсуждение и принятие групповых норм. «Разогрев» (психогимнастика), его виды. Основные элементы групповой динамики. Цели группы. Нормы группы. Структура группы и проблема лидерства. Сплоченность группы. Стадии развития группы: знакомства, агрессии (фрустрации, напряжения), устойчивой работы, распада группы. Процесс тренинга и личностная динамика участников группы тренинга. Первая стадия динамики – подготовка. Кризис в развитии тренинговой группы. Вторая стадия – осознание. Третья стадия – переоценка. Проведение рефлексии переживаний, смыслов работы.

#### **Тема 4. Общие тренинговые методы. Критерии классификации тренинговых групп.**

Гештальт-подход. Групп-аналитический подход. Трансакционный анализ в группе. Психодраматический подход. Телесно-ориентированный подход. Методы групповой работы в нейролингвистическом программировании (НЛП). Сценарии тренинговых занятий. Алгоритмы и тренинговая работа. Разогревающие игры и психотехники. Игровой элемент в психологическом тренинге. Игра: ее атрибуты и значение. Игровые процедуры на тренинговых занятиях. Игры, ориентированные на получение обратной связи. Игры социально-перцептивной направленности. Коммуникативные игры. Ритуалы. Ритуалы и бессознательные механизмы психики. Примеры ритуалов. Медитативные техники. Общее представление о медитации. Медитации-визуализации как метод психологического тренинга. Общие правила применения медитативных техник. Медитации-визуализации. Психотехники, направленные на помощь в решении проблем. Метафора проблемы. Психологические и методические аспекты применения видеосъемки в тренинге. Этические проблемы видеосъемки в тренинге. Методические аспекты видеосъемки. Видеосъемка на тренинге и развитие самосознания.

#### **Тема 5. Деятельность ведущего в процессе тренинга. Основные роли ведущего группы.**

Ключевая роль ведущего психологического тренинга в формировании зоны ближайшего развития участников и обеспечении успешности тренинга. Стили руководства группой. Характеристика личности группового тренера. Условия развития профессионального самосознания в тренинге. Переход самосознания на более высокий уровень как условие профессионального развития. Развитие самосознания как цель тренинга. Организационные аспекты комплектования групп и проведения занятий. Содержательные аспекты тренинговой программы развития профессионального самосознания. Подготовка ведущих тренинговых групп.

**Тема 6. Содержательные аспекты тренинга.** Тренинг приема и передачи информации. Структура общения. Общение как обмен информацией. Коммуникативные барьеры. Вербальная и невербальная коммуникация. Авторитарный и диалогический типы коммуникации. Характеристика процессов говорения и слушания в деловом общении. Проведение ролевой игры: "Умение слушать партнера". Введение тренером "ориентировочных основ" по теме «Умение слушать»: основные приемы активного слушания; способы ведения беседы, которые снижают эмоциональное напряжение у партнера и способствуют налаживанию взаимопонимания; правила активного, внимательного слушания. Обсуждение и анализ основных трудностей при использовании различных приемов слушания. Специфика коммуникации в различными категориями клиентов в работе психолога: с госслужащими, с бизнесменами, с детьми, имеющими затруднения в обучении, с подвергавшимися сексуальному насилию, с детьми алкоголиков и наркоманов, с больными тяжелыми соматическим болезнями и их семьями, с преступниками, беженцами, безработными и т. п. Тренинг выступления перед аудиторией. Построение публичного образа и его закономерности. Содержательная структура публичного образа. Психологическая структура публичного образа: компоненты «Дело», «Ты», «Я». Рефлексия переживаний, смыслов работы.

### **Тема 7. Основные виды тренинга.**

Тренинг развития этнической толерантности.  
Тренинг противостояния влиянию  
Тренинг креативности  
Тренинг ведения телефонных переговоров.  
Тренинг антивиктимного поведения молодежи.  
Гендерный тренинг.  
Тренинг профессионального самоопределения молодежи.  
Тренинг развития лидерских качеств.  
Тренинг повышения компетентности в семейных отношениях.  
Стресс-менеджмент  
Тренинг развития лидерских качеств  
Тренинг личностного самоопределения  
Тренинг наслаждения  
Тренинг «Управление временем»

### **Тема 8. Тренинговые техники установления понимающих отношений.**

Понятие "партнерское общение". Характерные черты "партнерского общения": ориентация на личность другого, признание ее ценностей, признание ценности личности в целом, равенство психологических позиций участников взаимодействия. Вербализация чувств. Базовые установки тренера в отношении к участникам группы: принятие клиента безусловно, т. е. без намерения его изменить и оценить; понимание клиента, его взгляда на события и демонстрирующее это клиенту в понятной и приемлемой для него форме; искренность и открытость. Проведение ролевой игры (с видеозаписью) в целях отработки основных техник установления понимающих отношений: пауза, молчание; поощрение самораскрытия клиента; эмпатическое слушание, отражение смысла, чувств; парафразирование; суммирующий вопрос.

**Тема 9. Тренинг взаимодействия. Общение как взаимодействие, его этапы.** Установление контакта. Роль невербального компонента общения на этапе установления контакта. Самопредъявление в профессиональном общении. Проведение ролевой игры «Установление контакта в общении психолога». Этапы проведения ролевой игры: изучение инструкции игроками и наблюдателями; проигрывание ситуации с записью на видеомagneтофон; обсуждение в группе до просмотра видеозаписи: впечатления



участников ролевой игры; анализ их позиций во время беседы в ролевой игре; впечатления наблюдателей; обсуждение ролевой игры при просмотре видеозаписи. Подведение итогов обсуждения эффективности различных способов установления контакта. Проведение ролевой игры "Деловая беседа ": знакомство с инструкцией для игроков и наблюдателей; проигрывание ситуации ролевой игры с видеозаписью; обсуждение до просмотра записи (проводится с целью выяснения впечатлений участников ролевой игры и наблюдателей). Обсуждение ролевой игры при просмотре записи. Подведение итогов обсуждения эффективности различных способов ведения деловой беседы. Совместный анализ проблемы. В процессе просмотра и группового обсуждения проведенной ролевой игры участники отмечают эффективные способы преодоления разногласий в дискуссии, обсуждают социальные роли, принятые в групповой работе. Основные ролевые позиции. Индивидуальные роли. Инициатива в общении. Теория взаимодействия Э. Берна. Понятие транзакции. Виды транзакций. Понятие "обратная связь", ее виды и роль в СПТ. Конфликтное взаимодействие, его этапы. Структурно-динамический анализ ситуации конфликтного взаимодействия. Особенности конфликтных ситуаций в практике психолога. Основные элементы субъективного восприятия ситуации участниками конфликтного взаимодействия: цели и интересы; опасения; отношения; чувства, средства воздействия. Основные стратегии поведения в конфликте: соперничество, приспособление, избегание, компромисс, сотрудничество.

Посредническая деятельность психолога по разрешению конфликтов. Стратегии эффективного поведения в конфликтной ситуации. Условия конструктивной конфронтации в конфликте: признание наличия конфликта; учет установки и эмоционального состояния партнера; использование техник понимающего общения; выделение приоритетов; стремление исследования конфликта; готовность к принятию согласия. Проведение ролевой игры, с видеозаписью и последующим анализом, направленной на развитие у психолога умений конструктивного поведения в конфликтной ситуации.

**Тема 10. Психолог как организатор групповой работы.** Виды групп, организованных для активной психологической работы: рабочие группы, обучающие группы, консультационные группы, психотерапевтические группы. Этические принципы работы психолога как группового консультанта. Организация групповой работы: оценка потребностей клиентов, подготовка проекта групповой работы, процедура подбора участников, выбор методов оценки работы группы. Проблемная ситуация как точка роста группы. Ведение группы: правила работы в группе, постановка целей, задания и упражнения для групповой работы, работа в подгруппах, высказывания по кругу, техника присоединения, обсуждение (шеринг). Моделирование и само моделирование желаемого поведения в групповом обучении. Балинтовские группы как метод психологической поддержки специалистов.

На самостоятельную работу студентов по дисциплине Б1.В.03«Социально-психологический тренинг» выносятся следующие темы:

№ п/п	Тема	Вопросы, выносимые на СРС	Очная форма
1	2	4	6
Тема 1	Цели, основные понятия и процедуры психологического тренинга	Определение тренинга в различных подходах зарубежной и отечественной психологической практике	Опрос. Проект.
Тема 2	Социально-психологический тренинг (СПТ) как метод активного обучения и развития	Принципиальные отличия тренинга от других видов обучения	Опрос. Проект.

Тема 3	Основные принципы, правила и стадии работы в группе СПТ	Техники разогрева, основной работы и завершения	Опрос. Проект.
Тема 4	Общие тренинговые методы	Метод дискуссии и модерации	Опрос. Проект.
Тема 5	Деятельность ведущего в процессе тренинга	Ведущий как наблюдатель и модератор	Опрос. Проект.
Тема 6	Содержательные аспекты тренинга	Фазы тренинговой работы	Опрос. Тест.
Тема 7	Основные виды тренинга	Тренинг как тренировка, как обучение, как подготовка	Опрос. Проект.
Тема 8	Тренинговые техники установления понимающих отношений	Понятие «понимающие отношения» Техники установления понимающих отношений	Опрос. Проект.
Тема 9	Тренинг взаимодействия	Групповая динамика Специфика проведения тренинга взаимодействия Методы, используемые в тренинге	Опрос. Проект.
Тема 10	Психолог как организатор групповой работы	Позиция психолога в тренинге особенности организации групповой работы роли ведущего в тренинге	Опрос. Тест.

#### 4. Материалы текущего контроля успеваемости обучающихся

##### 4.1. Формы и методы текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации.

4.1.1. В ходе реализации дисциплины Б1.В.11 *Социально-психологический тренинг* используются следующие формы и методы текущего контроля успеваемости обучающихся:

№ п/п	Наименование тем (разделов)	Форма текущего контроля успеваемости <sup>4</sup> , промежуточной аттестации
1	Цели, основные понятия и процедуры психологического тренинга.	Устный опрос. Проект. Контрольная работа
2	Социально- психологический тренинг (СПТ) как метод активного обучения и развития.	Устный опрос. Проект. Контрольная работа
3	Основные принципы, правила и стадии работы в группе СПТ.	Устный опрос. Контрольная работа
4	Общие тренинговые методы. Критерии классификации тренинговых групп.	Устный опрос. Тестирование.
5	Деятельность ведущего в процессе тренинга. Основные роли ведущего группы.	Устный опрос. Проект. Контрольная работа
6	Содержательные аспекты тренинга. Тренинг приема и передачи информации.	Устный опрос. Реферат.
7	Основные виды тренинга.	Устный опрос. Проект.

№ п/п	Наименование тем (разделов)	Форма текущего контроля успеваемости <sup>4</sup> , промежуточной аттестации
		Контрольная работа
8	Тренинговые техники установления понимающих отношений.	Устный опрос. Проект. Контрольная работа
9	Тренинг взаимодействия. Общение как взаимодействие, его этапы.	Устный опрос. Проект. Контрольная работа
10	Психолог как организатор групповой работы.	Устный опрос. Тестирование.

4.1.2. Промежуточная аттестация проводится в форме экзамена.

Экзамен в 7 семестре проводится с применением следующих методов: проверки проекта (подготовки и проведение программ социально-психологического тренинга), устного опроса.

#### 4.2. Материалы текущего контроля успеваемости обучающихся

**Типовые оценочные средства по теме 1. Цели, основные понятия и процедуры психологического тренинга.**

##### *Вопросы для устного ответа*

1. Социально-психологический тренинг (СПТ) - определение понятия. Соотношение понятий "групповая психотерапия", "групповая психокоррекция" и "групповой тренинг".
2. Психологический тренинг и современная психологическая практика: виды и цели тренинга в современной психологии.
3. Коммуникативная компетентность специалиста и средства ее развития. Основные группы базовых умений.
4. Функции, уровни общения. Коммуникативная ситуация. Субъект-субъектные отношения.
5. Формы активного социально-психологического обучения.

##### *Контрольная работа*

Заполните таблицу:

Параметры	Традиционное обучение	Активное обучение
Объект		
содержание		
обучающиеся		
учебный процесс		
стиль обучения		
цели обучения		
форма проведения		
ответственность за проведение		
стабильность программы		
концепция обучения		
участие в подготовке учебных программ		

направленность		
активность участников		

### **Задание 2**

Дайте определение тренинга:

Как метод активного обучения

Как форму обучения

Как метод подготовки

Как тренировку

### **Проект.**

Составить (письменно) программу социально-психологического тренинга командообразования и (или) групповой сплоченности (рекомендуемая длительность 8 часов). В соответствии с разработанным тренингом провести занятие (2 академических часа) в студенческой группе ВИУ РАНХиГС. Выбранная тема занятия согласовывается с преподавателем.

Проведение тренингового занятия осуществляется под наблюдением преподавателя, процесс и результаты проведения обсуждаются с целью коррекции профессионального поведения ведущего тренинга, структуры и содержания программы.

**Структура программы:** во введении указываются цель, задачи тренинга, целевая аудитория, необходимые ресурсы, основные понятия и категории, ожидаемый результат. В основной части сначала в табличной форме указываются порядок проведения упражнений, их содержание (название, цель и задачи каждого упражнения, материалы, время проведения). Затем подробно описывается каждый приведенный пункт: название, цель и задачи каждого упражнения, инструкция для ведущего и участников, необходимые материалы, время, необходимое на проведение упражнения, особенности проведения. В случае использования мини-лекций, диагностических процедур, их содержание приводится полностью. К программе прилагается список использованной литературы. Проводится анализ разработанной программы и особенностей проведения в конкретной группе.

### **Типовые оценочные средства по теме 2. Социально- психологический тренинг (СПТ) как метод активного обучения и развития.**

#### ***Вопросы для устного ответа***

1. Области применения психологического тренинга.
2. Основные подходы метода (психодинамический подход, поведенческий подход, гуманистический подход).
3. Психологический тренинг как инструментальное действие.
4. Методические приемы, используемые в СПТ (групповая дискуссия, письменные и устные упражнения, ролевые игры, психогимнастика), их краткая характеристика.
5. Задачи, которые могут быть реализованы в программах СПТ: развитие психических способностей; формирование знаний, умений, навыков общения; коррекция системы отношений личности.

#### ***Контрольная работа***

##### **Задание 1**

Найдите (и предоставьте) или разработайте анкету по оценке эффективности тренинга для подростков «Развитие лидерских качеств»

##### **Задание 2**

**Опишите возможные критерии оценки эффективности тренинга по разрешению конфликтов по уровням:**

Уровень	Критерии					
когнитивный						
эмоциональный						
личностный						
деятельностный						

### Задание 3

Заполните таблицу И.Вачкова для тренинга «Эффективное публичное выступление»

Задачи			
Познавательная			
Аксеологическая			
Практическая			

### Задание 4

Опишите содержание требования к постановке задач тренинга:

- 1) реалистичность
- 2) уместность
- 3) ориентированность на участников тренинга
- 4) позитивность
- 5) определенность.
- 6) оправданность

### Задание 5

Для чего в тренинге может использоваться данная шкала?

___ + 5
___ + 4
___ + 3
___ + 2
___ + 1
___ 0
___ - 2
___ - 3
___ - 4
___ - 5

### Проект.

Составить (письменно) программу социально-психологического тренинга командообразования и (или) групповой сплоченности (рекомендуемая длительность 8 часов). В соответствии с разработанным тренингом провести занятие (2 академических часа) в студенческой группе ВИУ РАНХиГС. Выбранная тема занятия согласовывается с преподавателем.

Проведение тренингового занятия осуществляется под наблюдением преподавателя, процесс и результаты проведения обсуждаются с целью коррекции профессионального поведения ведущего тренинга, структуры и содержания программы.

**Структура программы:** во введении указываются цель, задачи тренинга, целевая аудитория, необходимые ресурсы, основные понятия и категории, ожидаемый результат. В основной части сначала в табличной форме указываются порядок проведения упражнений, их содержание (название, цель и задачи каждого упражнения, материалы,

время проведения). Затем подробно описывается каждый приведенный пункт: название, цель и задачи каждого упражнения, инструкция для ведущего и участников, необходимые материалы, время, необходимое на проведение упражнения, особенности проведения. В случае использования мини-лекций, диагностических процедур, их содержание приводится полностью. К программе прилагается список использованной литературы. Проводится анализ разработанной программы и особенностей проведения в конкретной группе.

### **Типовые оценочные средства по теме 3. Основные принципы, правила и стадии работы в группе СПТ.**

#### ***Вопросы для устного ответа***

1. Психологические особенности тренинговой группы. Классификация и основные виды тренинговых групп.
2. Принципы работы тренинговой группы.
3. Ролевые позиции в группе.
4. Понятие о групповой сплоченности. Структура группы и проблема лидерства.
5. Стадии развития группы: знакомства, агрессии (фрустрации, напряжения), устойчивой работы, распада группы.

### **Типовые оценочные средства по теме 4. Общие тренинговые методы. Критерии классификации тренинговых групп.**

#### ***Вопросы для устного ответа***

1. Опишите основные теоретические подходы к проведению тренинга: гештальт-подход, групп-аналитический подход, транзакционный анализ в группе, психодраматический подход, телесно-ориентированный подход.
2. Опишите методы групповой работы в нейролингвистическом программировании (НЛП).
3. Опишите алгоритм составления сценария тренинговых занятий. Возможности игровых элементов в психологическом тренинге.
4. Значение игровых процедур на тренинговых занятиях. Виды игр.
5. Опишите медитативные техники. Медитации-визуализации как метод психологического тренинга. Общие правила применения медитативных техник.

#### ***Типовые материалы тестирования:***

1. Преимущество активных методов обучения перед традиционными состоит в том что:
  - а. они ориентируют человека на применение знаний по определенным правилам, инструкциям или предписаниям;
  - б. обстановка учебного процесса приближена к реальным условиям возникновения потребности в знаниях и их практическом применении;
  - в. обеспечивают переход от организации и регуляции учебной деятельности обучаемых преподавателем к самоорганизации и саморегуляции деятельности обучаемыми;
- г. б) и в)
2. Значимые особенности взрослых, которые учитываются при построении программы активного обучения это:
  - а. потребность взрослого в самостоятельности (в принятии решений, стремление нести за них ответственность);
  - б. жизненный опыт взрослого как опора для изложения материала;
  - в. ориентация на реальные задачи в реальном контексте;
- г. б) и в)

3. Любой способ планируемой активизации коммуникативных процессов в учебной или целевой группе, независимо от содержания поставленных учебно-познавательных, творческих или психокоррекционных задач это:

- а. тренинг коммуникативных умений;
- б. метод активного обучения;
- в. социально-психологический тренинг;
- г. ролевая игра

### **Типовые оценочные средства по теме 5. Деятельность ведущего в процессе тренинга. Основные роли ведущего группы.**

#### ***Вопросы для устного ответа***

1. Опишите роль ведущего психологического тренинга в формировании зоны ближайшего развития участников и обеспечении успешности тренинга.
2. Охарактеризуйте стили руководства группой.
3. Дайте характеристику личности группового тренера, опишите необходимую подготовку ведущих тренинговых групп.
4. Опишите условия развития профессионального самосознания в тренинге.
5. Содержательные аспекты тренинговой программы развития профессионального самосознания..

#### ***Контрольная работа***

##### **Задание 1**

Пронаблюдайте работу ведущего тренинга на занятии и отметьте ошибки: организационные, поведенческие, при ведении группового процесса.

**Задание 2.** Пропишите основные правила поведения ведущего в группе.

##### **Проект.**

Составить (письменно) программу социально-психологического тренинга командообразования и (или) групповой сплоченности (рекомендуемая длительность 8 часов). В соответствии с разработанным тренингом провести занятие (2 академических часа) в студенческой группе ВИУ РАНХиГС. Выбранная тема занятия согласовывается с преподавателем.

Проведение тренингового занятия осуществляется под наблюдением преподавателя, процесс и результаты проведения обсуждаются с целью коррекции профессионального поведения ведущего тренинга, структуры и содержания программы.

**Структура программы:** во введении указываются цель, задачи тренинга, целевая аудитория, необходимые ресурсы, основные понятия и категории, ожидаемый результат. В основной части сначала в табличной форме указываются порядок проведения упражнений, их содержание (название, цель и задачи каждого упражнения, материалы, время проведения). Затем подробно описывается каждый приведенный пункт: название, цель и задачи каждого упражнения, инструкция для ведущего и участников, необходимые материалы, время, необходимое на проведение упражнения, особенности проведения. В случае использования мини-лекций, диагностических процедур, их содержание приводится полностью. К программе прилагается список использованной литературы. Проводится анализ разработанной программы и особенностей проведения в конкретной группе.

### **Типовые оценочные средства по теме 6. Содержательные аспекты тренинга.**

#### ***Вопросы для устного ответа***

1. Тренинг приема и передачи информации. Структура общения. Общение как обмен информацией. Коммуникативные барьеры.
2. Вербальная и невербальная коммуникация в тренинге. Авторитарный и диалогический типы коммуникации.
3. Характеристика процессов говорения и слушания в деловом общении. Использование ролевых игр в коммуникативных тренингах.
4. Специфика коммуникации в различными категориями клиентов в работе психолога: с госслужащими, с бизнесменами, с детьми, имеющими затруднения в обучении, с подвергавшимися сексуальному насилию, с детьми алкоголиков и наркоманов, с больными тяжелыми соматическим болезнями и их семьями, с преступниками, беженцами, безработными и т. п.
5. Построение публичного образа и его закономерности. Содержательная структура публичного образа. Психологическая структура публичного образа.

### **Проект.**

Составить (письменно) программу социально-психологического тренинга командообразования и (или) групповой сплоченности (рекомендуемая длительность 8 часов). В соответствии с разработанным тренингом провести занятие (2 академических часа) в студенческой группе ВИУ РАНХиГС. Выбранная тема занятия согласовывается с преподавателем.

Проведение тренингового занятия осуществляется под наблюдением преподавателя, процесс и результаты проведения обсуждаются с целью коррекции профессионального поведения ведущего тренинга, структуры и содержания программы.

**Структура программы:** во введении указываются цель, задачи тренинга, целевая аудитория, необходимые ресурсы, основные понятия и категории, ожидаемый результат. В основной части сначала в табличной форме указываются порядок проведения упражнений, их содержание (название, цель и задачи каждого упражнения, материалы, время проведения). Затем подробно описывается каждый приведенный пункт: название, цель и задачи каждого упражнения, инструкция для ведущего и участников, необходимые материалы, время, необходимое на проведение упражнения, особенности проведения. В случае использования мини-лекций, диагностических процедур, их содержание приводится полностью. К программе прилагается список использованной литературы. Проводится анализ разработанной программы и особенностей проведения в конкретной группе.

### **Типовые оценочные средства по теме 7. Основные виды тренинга.**

#### ***Вопросы для устного ответа***

1. Опишите основные содержательные составляющие (цели, задачи, содержание) тренингов развития толерантности.
2. Опишите основные содержательные составляющие (цели, задачи, содержание) гендерных тренингов.
3. Опишите основные содержательные составляющие (цели, задачи, содержание) тренингов по профессиональному самоопределению молодежи.
4. Опишите основные содержательные составляющие (цели, задачи, содержание) тренингов повышения компетентности в семейных отношениях.
5. Опишите основные содержательные составляющие (цели, задачи, содержание) тренингов по стресс-менеджменту.
6. Опишите основные содержательные составляющие (цели, задачи, содержание) тренингов развития лидерских качеств

### **Проект.**



Составить (письменно) программу социально-психологического тренинга командообразования и (или) групповой сплоченности (рекомендуемая длительность 8 часов). В соответствии с разработанным тренингом провести занятие (2 академических часа) в студенческой группе ВИУ РАНХиГС. Выбранная тема занятия согласовывается с преподавателем.

Проведение тренингового занятия осуществляется под наблюдением преподавателя, процесс и результаты проведения обсуждаются с целью коррекции профессионального поведения ведущего тренинга, структуры и содержания программы.

**Структура программы:** во введении указываются цель, задачи тренинга, целевая аудитория, необходимые ресурсы, основные понятия и категории, ожидаемый результат. В основной части сначала в табличной форме указываются порядок проведения упражнений, их содержание (название, цель и задачи каждого упражнения, материалы, время проведения). Затем подробно описывается каждый приведенный пункт: название, цель и задачи каждого упражнения, инструкция для ведущего и участников, необходимые материалы, время, необходимое на проведение упражнения, особенности проведения. В случае использования мини-лекций, диагностических процедур, их содержание приводится полностью. К программе прилагается список использованной литературы. Проводится анализ разработанной программы и особенностей проведения в конкретной группе.

#### **Типовые оценочные средства по теме 8. Тренинговые техники установления понимающих отношений.**

##### ***Вопросы для устного ответа***

1. Опишите понятие "партнерское общение". Характерные черты "партнерского общения".
2. Вербализация чувств как необходимое условие партнерского общения.
3. Базовые установки тренера в отношении к участникам группы.
4. Опишите сценарий ролевой игры (с видеозаписью) в целях отработки основных техник установления понимающих отношений.
5. Опишите сценарий ролевой игры (с видеозаписью) в целях отработки основных коммуникативных техник.

##### ***Контрольная работа:***

###### **Задание 1**

Опишите несколько процедур для подготовки, разогрева, знакомства участников для работы в группе (содержание, инструкция участникам, необходимые материалы, особенности проведения): для детей и подростков (5 на знакомство, 5 на разогрев), для взрослых (5 на знакомство, 5 на разогрев). Проведите не менее 2 процедур в учебной группе.

###### **Задание 2**

Найдите (и предоставьте) или разработайте анкету по оценке эффективности тренинга (не менее 10 вопросов).

##### **Проект.**

Составить (письменно) программу социально-психологического тренинга командообразования и (или) групповой сплоченности (рекомендуемая длительность 8 часов). В соответствии с разработанным тренингом провести занятие (2 академических часа) в студенческой группе ВИУ РАНХиГС. Выбранная тема занятия согласовывается с преподавателем.

Проведение тренингового занятия осуществляется под наблюдением преподавателя, процесс и результаты проведения обсуждаются с целью коррекции профессионального поведения ведущего тренинга, структуры и содержания программы.

**Структура программы:** во введении указываются цель, задачи тренинга, целевая аудитория, необходимые ресурсы, основные понятия и категории, ожидаемый результат. В основной части сначала в табличной форме указываются порядок проведения упражнений, их содержание (название, цель и задачи каждого упражнения, материалы, время проведения). Затем подробно описывается каждый приведенный пункт: название, цель и задачи каждого упражнения, инструкция для ведущего и участников, необходимые материалы, время, необходимое на проведение упражнения, особенности проведения. В случае использования мини-лекций, диагностических процедур, их содержание приводится полностью. К программе прилагается список использованной литературы. Проводится анализ разработанной программы и особенностей проведения в конкретной группе.

**Типовые оценочные средства по теме 9. Тренинг взаимодействия. Общение как взаимодействие, его этапы.**

***Вопросы для устного ответа***

1. Установление контакта. Роль невербального компонента общения на этапе установления контакта. Самопредъявление в профессиональном общении.
2. Опишите сценарий проведения ролевой игры "Деловая беседа".
3. Опишите основные ролевые позиции. Понятие трансакции. Виды трансакций. Понятие "обратная связь", ее виды и роль в СПТ.
4. Конфликтное взаимодействие, его этапы. Структурно-динамический анализ ситуации конфликтного взаимодействия. Особенности конфликтных ситуаций в практике психолога.
5. Основные стратегии поведения в конфликте: соперничество, приспособление, избегание, компромисс, сотрудничество. Посредническая деятельность психолога по разрешению конфликтов.

***Контрольная работа***

**Задание 1.**

Описать основные методические приемы, используемые в СПТ (групповая дискуссия, письменные и устные упражнения, ролевые, деловые, интерактивные игры, психогимнастика, метафорическая деловая игра), анализ их возможностей, ограничений, возможностей модификации под задачи тренинга.

**Задание 2.**

Найдите в литературе опишите и проведите в группе ролевую игру, деловую игру, метод анализ конкретных ситуаций, психогимнастическое упражнение (можно в парах, ссылки на литературу обязательны)!

***Тематика рефератов***

1. «Метод анализа конкретных ситуаций в тренинговой работе
2. Метафорическая деловая игра в тренинговой работе
3. Ролевая игра в тренинговой работе
4. Психогимнастика в тренинговой работе
5. Групповая дискуссия в тренинговой работе

**Проект:**

Составить (письменно) программу социально-психологического тренинга командообразования и (или) групповой сплоченности (рекомендуемая длительность 8 часов). В соответствии с разработанным тренингом провести занятие (2 академических часа) в студенческой группе ВИУ РАНХиГС. Выбранная тема занятия согласовывается с преподавателем.

Проведение тренингового занятия осуществляется под наблюдением преподавателя, процесс и результаты проведения обсуждаются с целью коррекции профессионального поведения ведущего тренинга, структуры и содержания программы.

**Структура программы:** во введении указываются цель, задачи тренинга, целевая аудитория, необходимые ресурсы, основные понятия и категории, ожидаемый результат. В основной части сначала в табличной форме указываются порядок проведения упражнений, их содержание (название, цель и задачи каждого упражнения, материалы, время проведения). Затем подробно описывается каждый приведенный пункт: название, цель и задачи каждого упражнения, инструкция для ведущего и участников, необходимые материалы, время, необходимое на проведение упражнения, особенности проведения. В случае использования мини-лекций, диагностических процедур, их содержание приводится полностью. К программе прилагается список использованной литературы. Проводится анализ разработанной программы и особенностей проведения в конкретной группе.

### **Типовые оценочные средства по теме 10. Психолог как организатор групповой работы.**

#### ***Вопросы для устного ответа***

1. Виды групп, организованных для активной психологической работы: рабочие группы, обучающие группы, консультационные группы, психотерапевтические группы.
2. Этические принципы работы психолога как группового консультанта.
3. Организация групповой работы: оценка потребностей клиентов, подготовка проекта групповой работы, процедура подбора участников, выбор методов оценки работы группы.
4. Ведение группы: правила работы в группе, постановка целей, задания и упражнения для групповой работы, работа в подгруппах, высказывания по кругу, техника присоединения, обсуждение (шеринг).
5. Моделирование и само моделирование желаемого поведения в групповом обучении. Балинтовские группы как метод психологической поддержки специалистов.

#### **Типовые материалы тестирования:**

1. Доминирующую роль в социально-психологическом тренинге играет социальная обратная связь типа:
  - а. «индивид-индивид»;
  - б. «группа-группа»;
  - в. «индивид-объект»;
  - г. «индивид-группа»
2. Из перечисленного: 1) обратная связь; 2) безоценочные отношения; 3) материальная поддержка; 4) эмоциональная поддержка; 5) активное "проживание" ситуации общения; 6) пассивное переживание общения, - обязательными элементами психологического механизма СПТ выступают:
  - а. 2, 3, 4, 5;
  - б. 1, 2, 3, 4;
  - в. 3, 4, 5, 6;
  - г. 1, 2, 4, 5.
3. Интерактивная сторона общения - это процесс систематической смены:
  - а. коммуникативных ролей и взаимного воздействия партнеров по общению;
  - б. средств общения - кинесических, просодических, экстралингвистических и проксемических;
  - в. установок по отношению к партнеру по общению;
  - г. дистанции в общении и социальной позиции в системе связей и отношений.

## 5. Оценочные материалы промежуточной аттестации по дисциплине

### 5.1. Методы проведения экзамена

Зачет проводится в три этапа: 1 этап – представление отчетов, 2 этап – тестирование (на последнем занятии), 3 этап – устный опрос по вопросам из перечня примерных вопросов из п.5.2.

При необходимости предусматривается увеличение времени на подготовку к промежуточной аттестации. Процедура проведения промежуточной аттестации для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья и обучающихся инвалидов устанавливается с учётом индивидуальных психофизических особенностей. Промежуточная аттестация может проводиться в несколько этапов.

### 5.2. Оценочные материалы промежуточной аттестации

Компонент компетенции	Промежуточный / ключевой индикатор оценивания	Критерий оценивания
ПК-3.3 Способность адаптировать и применять опыт работы по оказанию психологической помощи индивиду, группе, организации. Разрабатывать и реализовывать совместно с другими специалистами программы, направленные на улучшение состояния и динамики психологического здоровья населения.	Знает стандартные базовые процедуры оказания психологической помощи. Проводит социально-психологическое исследование Использует психологические методы на практике	Произведено участие в групповой работе на основе знания процессов групповой динамики и принципов формирования команды. Предупреждены конфликты и (или) было проведено эффективное управление ими. Установлен контакт с клиентом. Проанализированы и сопоставлены различные методы и формы психотерапии Проанализирован психотерапевтический метод в соответствии с проблемой пациента. Подобран комплекс социально-психологических методик, спланировано и проведено исследование. Обобщены его результаты и оценены профессиональные риски в различных видах деятельности.

### Типовые оценочные средства промежуточной аттестации

Промежуточная аттестация – экзамен (7 семестр).

1 этап. Проектная работа. Разработка программы социально-психологического тренинга

2 этап. Типовые материалы тестирования (проводится на последнем занятии):

1. Вы – тренер. После проведенного упражнения вы видите, что один участник чувствует себя некомфортно, выглядит напряженным, но на обсуждении повторяет за участниками о сделанных «интересных открытиях и потрясающих инсайтах». Какой принцип групповой работы он нарушает?

- а. конфиденциальность;
- б. активность;
- в. открытость;
- г. «я-высказывания».

2. Вы самостоятельно ведете тренинг в группе из 15 человек. Некоторые из них работают вместе в одном отделе. На тренинге они вместе сидят, в упражнениях стараются оказаться только своей командой, на перерывах чаще всего общаются только друг с другом. Возможны следствия данной ситуации для групповой работы, кроме?

- а. снижение групповой сплоченности, распад группы;
- б. с помощью усилий тренера сплочение остальных участников вокруг такого «ядра»;
- в. рост внутриличностного напряжения остальных участников;
- г. снижение в глазах участников авторитета тренера.

3. В социально-психологическом тренинге тренер может все, кроме:

- а. раскрываться как личность, проявлять какие-либо свои личностные качества;
- б. занимать отстраненную позицию наблюдателя;
- в. показывать группе свою неуверенность;
- г. менять заранее придуманный сценарий тренинга.

### **Промежуточная аттестация – экзамен (8 семестр).**

1 этап. Проект. Проведение программы социально-психологического тренинга.

2 этап. Примерные вопросы для устного опроса.

Предполагается два теоретических вопроса и вопрос по рефлексии практического опыта.

#### **1й теоретический вопрос из списка:**

1. Формы и методы активного социально-психологического обучения. Психологические закономерности методов активного обучения (К. Фопель, Ю.Н. Емельянов, Л.А. Петровская и др.).
2. Социально- психологический тренинг (СПТ) как метод активного обучения и развития. Понятие, цели, задачи, основные процедуры. Планирование задач обучения и развития.
3. Основные методические приемы, используемые в СПТ: групповая дискуссия. Краткая характеристика, цели, задачи, особенности проведения. Пример.
4. Основные методические приемы, используемые в СПТ: ролевая игра. Характеристика, виды, этапы проведения, цели, задачи. Отличие от разыгрывания ролей. Примеры.
5. Основные методические приемы, используемые в СПТ: деловые и оргдеятельностные игры. Характеристика, виды, этапы проведения, цели, задачи. Примеры.
6. Основные методические приемы, используемые в СПТ: письменные и устные упражнения. Краткая характеристика, цели, задачи, особенности проведения. Примеры.
7. Основные методические приемы, используемые в СПТ: психогимнастика. Понятие, краткая характеристика, цели, задачи, особенности проведения. Примеры.
8. Динамика групповой работы. Этапы развития группы. Кризисы групповой работы.
9. Основные правила и принципы работы тренинговой группы. Нормы группы. Обсуждение и принятие групповых норм участниками.

10. Факторы, определяющие эффективность групповой работы. Состав и количество участников. Особенности работы ведущего в различных по составу группах.
11. Структура группы и проблема лидерства. Сплоченность группы. Установки участников, влияющие на эффективность групповой работы.
12. Начало тренинга. Построение пространства групповой работы. Особенности установления контакта с участниками.
13. Проведение процедуры знакомства: цели, этапы, возможные техники. Обсуждение регламента работы.
14. Диагностические процедуры в тренинге. Анализ ожиданий участников от работы в группе СПТ: процедуры, техники, цели.
15. «Разогрев» участников, его виды и результаты. Выбор разогрева в зависимости от целей работы. Использование психогимнастики и психотерапевтических техник для «разогрева».
16. Действия ведущего при деструктивном поведении участников. Причины деструктивного поведения и особенности проявления.
17. Организация обсуждения. Проведение рефлексии переживаний, смыслов работы, анализ групповой работы.
18. Стил и позиция ведущего на различных этапах развития тренинговой группы. Основные ошибки ведущего в проведении тренинга
19. Построение образа ведущего. Уверенное поведение ведущего: правила, основные приемы.
20. Разработка программы тренинга: подходы, правила и процедуры.
21. Оценка результатов (эффективности) тренинга: правила, основные методы.

#### **2й теоретический вопрос**

22. Опишите содержание тренинга (из перечня проведенных в учебной группе, на выбор преподавателя): цель, задачи, особенности проведения, основные техники, возможные результаты.

#### **Практический вопрос**

23. Вопрос по рефлексии собственного опыта ведущего и наблюдений работы других учащихся в роли ведущих тренинга.

#### **Шкала оценивания**

100% - 90% (отлично)	Этапы компетенции, предусмотренные образовательной программой, сформированы на высоком уровне. Свободное владение материалом, выявление межпредметных связей. Уверенное владение понятийным аппаратом дисциплины. Практические навыки профессиональной деятельности сформированы на высоком уровне. Способность к самостоятельному нестандартному решению практических задач
89% - 75% (хорошо)	Этапы компетенции, предусмотренные образовательной программой, сформированы достаточно. Детальное воспроизведение учебного материала. Практические навыки профессиональной деятельности в значительной мере сформированы. Присутствуют навыки самостоятельного решения практических задач с отдельными элементами творчества.
74% - 60% (удовлетворительно)	Этапы компетенции, предусмотренные образовательной программой, сформированы на минимальном уровне. Наличие минимально допустимого уровня в усвоении учебного материала, в т.ч. в самостоятельном решении практических задач. Практические навыки профессиональной деятельности сформированы не в полной мере.
менее 60% (неудовлетворительно)	Этапы компетенции, предусмотренные образовательной программой, не сформированы. Недостаточный уровень усвоения понятийного аппарата и наличие фрагментарных знаний по дисциплине. Отсутствие минимально допустимого уровня в самостоятельном решении практических задач. Практические навыки профессиональной деятельности не сформированы.

Фонды оценочных средств промежуточной аттестации по дисциплине представлены в приложении 1.

## **6. Методические материалы по освоению дисциплины**

«Процедура оценивания результатов обучения, характеризующих этапы формирования компетенций, осуществляются в соответствии с Положением о текущем контроле успеваемости и промежуточной аттестации студентов в ФГБОУ ВО РАНХиГС и Регламентом о балльно-рейтинговой системе в Волгоградском институте управления - филиале РАНХиГС».

Максимально значимым элементом в работе является разработка программы социально-психологического тренинга и эффективное взаимодействие с членами учебной группы, самостоятельная работа над проектом. Рекомендуется при организации самостоятельной работы и работы над проектом работать с пособиями:

Фопель К. Технология ведения тренинга [Электронный ресурс]: теория и практика/ Фопель К.— Электрон. текстовые данные.— М.: Генезис, 2013.— 272 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/19363>.— ЭБС «IPRbooks», по паролю.

Вачков И.В. Основы технологии группового тренинга. Психотехники.- 2-е изд., перераб. и доп.- М.: Издательство «Ось-89», 2011.

### **Рекомендации по планированию и организации времени, необходимого на изучение дисциплины**

#### **Структура времени, необходимого на изучение дисциплины**

Форма изучения дисциплины	Время, затрачиваемое на изучение дисциплины, %
Изучение литературы, рекомендованной в учебной программе	40
Решение задач, практических упражнений и ситуационных примеров	40
Изучение тем, выносимых на самостоятельное рассмотрение	20
Итого	100

## 7. Учебная литература и ресурсы информационно-телекоммуникационной сети Интернет

### 7.1. Основная литература.

1. Василенко, М. А. Основы социально-психологического тренинга [Электронный ресурс] / М. А. Василенко. — Электрон. текстовые данные. — Ростов-на-Дону : Феникс, 2014. — 126 с. — 978-5-222-22832-6. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/59408>. — ЭБС «IPRbooks», по паролю.
2. Старшенбаум Г.В. Психотерапия в группе [Электронный ресурс]/ Старшенбаум Г.В.— Электрон. текстовые данные.— Саратов: Вузовское образование, 2015.— 202 с. Вузовское образование. 2015. Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/31710>.— ЭБС «IPRbooks», по паролю.
3. Кипнис М. Ш. Большая книга лучших игр и упражнений для любого тренинга. - М.. АСТ. 2016.
4. Фопель К. Технология ведения тренинга [Электронный ресурс]: теория и практика/ Фопель К.— Электрон. текстовые данные.— М.: Генезис, 2013.— 272 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/19363>.— ЭБС «IPRbooks», по паролю.

### 7.2. Дополнительная литература

1. Григорьев, Н. Б. Психотехнологии группового тренинга [Электронный ресурс] : учебное пособие / Н. Б. Григорьев. — Электрон. текстовые данные. — СПб. : Санкт-Петербургский государственный институт психологии и социальной работы, 2008. — 176 с. — 978-5-98238-012-8. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/22993>. — ЭБС «IPRbooks», по паролю.
2. Григорьев, Д. А. Бизнес-тренинг [Электронный ресурс] : как это делается / Д. А. Григорьев. — Электрон. текстовые данные. — М. : Манн, Иванов и Фербер, 2014. — 276 с. — 978-5-00057-079-1. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/39146>. — ЭБС «IPRbooks», по паролю.
3. Менеджмент: кейсы, тренинги, деловые игры [Электронный ресурс] : практикум / Т. Ю. Анопченко, А. М. Григан, А. А. Лысоченко [и др.]. — 4-е изд. — Электрон. текстовые данные. — М. : Дашков и К, 2019. — 282 с. — 978-5-394-03361-2. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/85392>. — ЭБС «IPRbooks», по паролю.
4. Соснова, М. Л. Тренинг коммуникативного мастерства [Электронный ресурс] : учебно-практическое пособие / М. Л. Соснова. — Электрон. текстовые данные. — М. : Академический Проект, 2017. — 266 с. — 978-5-8291-2545-5. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/36610>. — ЭБС «IPRbooks», по паролю.
5. Старшенбаум, Г. В. Тренинг навыков практического психолога [Электронный ресурс] : интерактивный учебник. Игры, тесты, упражнения / Г. В. Старшенбаум. — Электрон. текстовые данные. — Саратов : Вузовское образование, 2015. — 281 с. — 2227-8397. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/31712>. — ЭБС «IPRbooks», по паролю.
6. Управление персоналом на предприятии. Социально-психологические проблемы [Электронный ресурс] : тренинг персонала. Учебное пособие / М. К. Беляев, О. В. Максимчук, Б. А. Навроцкий [и др.]. — Электрон. текстовые данные. — Волгоград : Волгоградский государственный архитектурно-строительный университет, 2014. — 212 с. — 978-5-98276-643-4. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/26239>. — ЭБС «IPRbooks», по паролю.
7. Фопель К. Технология ведения тренинга [Электронный ресурс]: теория и практика/ Фопель К.— Электрон. текстовые данные.— М.: Генезис, 2013.— 272 с. Генезис. 2013



### **7.3. Нормативные правовые документы и иная правовая информация**

Федеральный закон от 27 июля 2010 г. N 210-ФЗ «Об организации предоставления государственных и муниципальных услуг»

Правила организации деятельности многофункциональных центров предоставления государственных и муниципальных услуг, утвержденные Постановлением Правительства РФ от 22.12.2012 N 1376

Методические рекомендации об особенностях обеспечения информационной доступности в сфере теле-, радиовещания, электронных и информационно-коммуникационных технологий, утвержденные Приказом Минкомсвязи России от 25.04.2014 N 108

ISO 9001:2008 Системы менеджмента качества. Требования. URL: <http://www.internet-law.ru/gosts/gost/47856/> (Открытый доступ).

### **7.4. Интернет-ресурсы, справочные системы**

1. ЭБС Лань <http://lib.ranepa.ru/base/abs-izdatelstva--lan-.html#>
2. ЭБСIPRbooks <http://lib.ranepa.ru/base/abs-iprbooks.html>
3. ЭБС Юрайт <http://www.biblio-online.ru>
4. Справочно-поисковая система «Гарант» <http://base.garant.ru/>
5. Справочно-поисковая система «Консультант Плюс» <http://www.consultant.ru/>
6. Сайт Российского психологического общества <http://www.psyurus.ru/> (открытый доступ)
7. Психологическая газета – регулярное электронное издание <http://psy.su/> (открытый доступ)
8. Российская психология – информационно-аналитический портал <http://rospsy.ru> (открытый доступ)
9. Портал психологических изданий <http://psyjournals.ru/> (открытый доступ)
10. Научная электронная библиотека <http://elibrary.ru/> (открытый доступ)
11. Сайт «Экзистенциальная и гуманистическая психология» <http://hpsy.ru> (открытый доступ)
12. Официальный сайт Президента РФ <http://www.kremlin.ru/>

### **7.5. Иные источники**

Иные источники отсутствуют.

## **8. Материально-техническая база, информационные технологии, программное обеспечение и информационные справочные системы**

Материально-техническое обеспечение дисциплины включает в себя:

- лекционные аудитории, оборудованные видеопроекторным оборудованием для презентаций, экраном;
- помещения для проведения семинарских и практических занятий, оборудованные учебной мебелью.

Дисциплина поддержана соответствующими лицензионными программными продуктами: Microsoft Windows, Microsoft Office 2010, статистический пакет IBMSPSS (любой версии).

Вуз обеспечивает каждого обучающегося рабочим местом в компьютерном классе в соответствии с объемом изучаемых дисциплин, обеспечивает выход в сеть Интернет.

Помещения для самостоятельной работы обучающихся включают следующую оснащенность: столы аудиторные, стулья, доски аудиторные, компьютеры с подключением к локальной сети института.

Для изучения учебной дисциплины используются автоматизированная библиотечная информационная система и электронные библиотечные системы: «Университетская библиотека ONLINE», «Электронно-библиотечная система

издательства ЛАНЬ», «Электронно-библиотечная система издательства «Юрайт», «Электронно-библиотечная система IPRbooks», «Научная электронная библиотека eLIBRARY» и др.

Обеспечивается возможность беспрепятственного доступа обучающихся инвалидов в аудитории, туалетные и другие помещения, а также их пребывания в указанных помещениях (наличие пандусов, поручней, расширенных дверных проемов, лифтов, при отсутствии лифтов аудитория располагается на первом этаже, наличие специальных кресел и других приспособлений).

Учебные аудитории для всех видов контактной и самостоятельной работы, научная библиотека и иные помещения для обучения оснащены специальным оборудованием и учебными местами с техническими средствами обучения для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья и обучающихся инвалидов с разными видами ограничений здоровья:

- с нарушениями зрения:

Принтер Брайля braille embosser everest-dv4

Электронный ручной видеувелечитель САНЭД

- с нарушениями слуха:

средства беспроводной передачи звука (FM-системы);

акустический усилитель и колонки;

тифлофлешплееры, радиоклассы.

- с нарушениями опорно-двигательного аппарата:

передвижные, регулируемые эргономические парты с источником питания для индивидуальных технических средств;

компьютерная техника со специальным программным обеспечением;

альтернативные устройства ввода информации;

других технических средств приема-передачи учебной информации в доступных формах для студентов с нарушениями опорно-двигательного аппарата.

Доступ к информационным и библиографическим ресурсам в сети Интернет для каждого обучающегося инвалида или обучающегося с ограниченными возможностями здоровья обеспечен предоставлением ему не менее чем одного учебного, методического печатного и/или электронного издания по адаптационной дисциплине (включая электронные базы периодических изданий), в формах, адаптированных к ограничениям их здоровья и восприятия информации:

Для обучающихся с нарушениями зрения:

- в печатной форме увеличенным шрифтом;
- в форме электронного документа;
- в форме аудиофайла;
- в печатной форме шрифтом Брайля.

Для обучающихся с нарушениями слуха:

- в печатной форме;
- в форме электронного документа;
- в форме аудиофайла.

Для обучающихся с нарушениями опорно-двигательного аппарата:

- в печатной форме;
- в форме электронного документа;
- в форме аудиофайла.

Содержание адаптационной дисциплины размещено на сайте информационно-коммуникационной сети Интернет: Ссылка: [http://vlgr.ranepa.ru/sveden/education/ ...](http://vlgr.ranepa.ru/sveden/education/)

Информационные средства обучения, адаптированные к ограничениям здоровья обучающихся:

электронные учебники, учебные фильмы по тематике дисциплины, презентации, интерактивные учебные и наглядные пособия, технические средства предъявления информации (мультимедийный комплекс) и контроля знаний (тестовые системы).

ЭБС «Айбукс», Информационно-правовые базы данных («Консультант Плюс», «Гарант»).

Мультимедийный комплекс в лекционной аудитории.

**Федеральное государственное бюджетное образовательное  
учреждение высшего образования  
«РОССИЙСКАЯ АКАДЕМИЯ НАРОДНОГО ХОЗЯЙСТВА  
И ГОСУДАРСТВЕННОЙ СЛУЖБЫ  
ПРИ ПРЕЗИДЕНТЕ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ»**

Волгоградский институт управления - филиал  
Факультет государственного и муниципального управления  
Кафедра социологии, общей и юридической психологии

УТВЕРЖДЕНА  
учёным советом  
Волгоградского института управления –  
филиала РАНХиГС  
Протокол №2 от 23.09.2021 г.

**АДАптированная программа бакалавриата**

**Психологическое консультирование**

---

*(наименование образовательной программы)*

**ФОНДЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ПО  
ДИСЦИПЛИНЕ**

для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья и  
обучающихся инвалидов

**Б1.В.03 Социально-психологический тренинг**

*(индекс и наименование дисциплины, в соответствии с учебным планом)*  
по направлению подготовки

**37.03.01 «Психология»**

---

**Очная**

---

*форма(ы) обучения*

Год набора – 2022 г.

Волгоград, 2021 г.

## **1. Вопросы к зачету (экзамену)**

1. Формы и методы активного социально-психологического обучения. Психологические закономерности методов активного обучения (К. Фопель, Ю.Н. Емельянов, Л.А. Петровская и др.).
2. Социально- психологический тренинг (СПТ) как метод активного обучения и развития. Понятие, цели, задачи, основные процедуры. Планирование задач обучения и развития.
3. Основные методические приемы, используемые в СПТ: групповая дискуссия. Краткая характеристика, цели, задачи, особенности проведения. Пример.
4. Основные методические приемы, используемые в СПТ: ролевая игра. Характеристика, виды, этапы проведения, цели, задачи. Отличие от разыгрывания ролей. Примеры.
5. Основные методические приемы, используемые в СПТ: деловые и оргдеятельностные игры. Характеристика, виды, этапы проведения, цели, задачи. Примеры.
6. Основные методические приемы, используемые в СПТ: письменные и устные упражнения. Краткая характеристика, цели, задачи, особенности проведения. Примеры.
7. Основные методические приемы, используемые в СПТ: психогимнастика. Понятие, краткая характеристика, цели, задачи, особенности проведения. Примеры.
8. Динамика групповой работы. Этапы развития группы. Кризисы групповой работы.
9. Основные правила и принципы работы тренинговой группы. Нормы группы. Обсуждение и принятие групповых норм участниками.
10. Факторы, определяющие эффективность групповой работы. Состав и количество участников. Особенности работы ведущего в различных по составу группах.
11. Структура группы и проблема лидерства. Сплоченность группы. Установки участников, влияющие на эффективность групповой работы.
12. Начало тренинга. Построение пространства групповой работы. Особенности установления контакта с участниками.
13. Проведение процедуры знакомства: цели, этапы, возможные техники. Обсуждение регламента работы.
14. Диагностические процедуры в тренинге. Анализ ожиданий участников от работы в группе СПТ: процедуры, техники, цели.
15. «Разогрев» участников, его виды и результаты. Выбор разогрева в зависимости от целей работы. Использование психогимнастики и психотерапевтических техник для «разогрева».
16. Действия ведущего при деструктивном поведении участников. Причины деструктивного поведения и особенности проявления.
17. Организация обсуждения. Проведение рефлексии переживаний, смыслов работы, анализ групповой работы.
18. Стиль и позиция ведущего на различных этапах развития тренинговой группы. Основные ошибки ведущего в проведении тренинга
19. Построение образа ведущего. Уверенное поведение ведущего: правила, основные приемы.
20. Разработка программы тренинга: подходы, правила и процедуры.
21. Оценка результатов (эффективности) тренинга: правила, основные методы.

### **2й теоретический вопрос**

22. Опишите содержание тренинга (из перечня проведенных в учебной группе, на выбор преподавателя): цель, задачи, особенности проведения, основные техники, возможные результаты.

### **Практический вопрос**

23. Вопрос по рефлексии собственного опыта ведущего и наблюдений работы других учащихся в роли ведущих тренинга.

## 2. Тестовые материалы

### Примеры тестовых вопросов для оценки знаний по дисциплине «Социально-психологический тренинг»

#### Промежуточный тест 1.

##### *Вопросы для тестирования*

1. Преимущество активных методов обучения перед традиционными состоит в том что:
  - д. они ориентируют человека на применение знаний по определенным правилам, инструкциям или предписаниям;
  - е. обстановка учебного процесса приближена к реальным условиям возникновения потребности в знаниях и их практическом применении;
  - ж. обеспечивают переход от организации и регуляции учебной деятельности обучаемых преподавателем к самоорганизации и саморегуляции деятельности обучаемыми;
- з. б) и в)
2. Значимые особенности взрослых, которые учитываются при построении программы активного обучения это:
  - д. потребность взрослого в самостоятельности (в принятии решений, стремление нести за них ответственность);
  - е. жизненный опыт взрослого как опора для изложения материала;
  - ж. ориентация на реальные задачи в реальном контексте;
- з. б) и в)
3. Любой способ планируемой активизации коммуникативных процессов в учебной или целевой группе, независимо от содержания поставленных учебно-познавательных, творческих или психокоррекционных задач это:
  - д. тренинг коммуникативных умений;
  - е. метод активного обучения;
  - ж. социально-психологический тренинг;
- з. ролевая игра
4. Активные групповые методы включают (по Ю.Н. Емельянову) все, кроме:
  - а. дискуссионных методов;
  - б. игровых методов;
  - в. сенситивного тренинга;
- г. без исключений
5. Общение-диалог участников, упорядоченный обмен точками зрения, высказывания, выслушивание, использование невербальных выразительных средств, направленность обсуждения на достижение целей являются обязательными признаками:
  - а. ролевой игры;
  - б. метода анализа конкретных ситуаций;
  - в. групповой дискуссии;
- г. оргдеятельностной игры
6. К основным нормам (правилам) тренинговой работы относятся все, кроме:
  - а. принцип откровенности и искренности;
  - б. принцип ответственности;
  - в. правило сдерживания негативных реакций;
- г. правило конфиденциальности

7. Кризис (конфликт) в тренинговой группе на начальном этапе ее развития возникает:
- при наличии недостаточно осознанного членами группы внутреннего протеста перед изменениями;
  - специально создается ведущим для активизации групповой динамики;
  - закономерно, как этап развития группы;
  - все перечисленное
8. Система оценивания по ходу игры отсутствует:
- в деловых играх;
  - в ролевых играх;
  - в любых учебных играх;
  - в любом тренинге
9. Ведущий на этапе подведения итогов игры решает все задачи, кроме:
- анализирует потребности участников и поясняет особенности проведения игры;
  - поощрение обмена опытом;
  - руководство процессом самоанализа, помощь в осознании особенностей своего поведения;
  - помощь в нахождении связи между полученным в игре опытом и поведением в повседневной жизни
10. Какая из ролей ведущего в тренинге наиболее эффективна:
- наблюдатель;
  - эксперт;
  - член группы;
  - эффективность роли зависит от общих и частных задач каждого конкретного тренинга
11. Какие методы могут быть использованы для получения обратной связи, развития умения глубокой рефлексии, навыков смысловой и оценочной интерпретации?
- групповая дискуссия;
  - игровые методы;
  - методы, направленные на развитие социальной перцепции;
  - методы телесно-ориентированной психотерапии.
12. Что означает «спонтанность» в психодраме?
- способность к бесконтрольному поведению, открытому проявлению эмоций;
  - проработка социальных запретов;
  - способность к выбору роли в неожиданной ситуации;
  - способность понимать и реагировать на новые ситуации
13. Вы – тренер. После проведенного упражнения вы видите, что один участник чувствует себя некомфортно, выглядит напряженным, но на обсуждении повторяет за участниками о сделанных «интересных открытиях и потрясающих инсайтах». Какой принцип групповой работы он нарушает?
- конфиденциальность;
  - активность;
  - открытость;
  - «я-высказывания».
14. Вы самостоятельно ведете тренинг в группе из 15 человек. Некоторые из них работают вместе в одном отделе. На тренинге они вместе сидят, в упражнениях стараются оказаться

только своей командой, на перерывах чаще всего общаются только друг с другом. Возможны следствия данной ситуации для групповой работы, кроме?

- а. снижение групповой сплоченности, распад группы;
- б. с помощью усилий тренера сплочение остальных участников вокруг такого «ядра»;
- в. рост внутриличностного напряжения остальных участников;
- г. снижение в глазах участников авторитета тренера.

15. В социально-психологическом тренинге тренер может все, кроме:

- а. раскрываться как личность, проявлять какие-либо свои личностные качества;
- б. занимать отстраненную позицию наблюдателя;
- в. показывать группе свою неуверенность;
- г. менять заранее придуманный сценарий тренинга.

16. В психодраме можно выделить следующие фазы:

- а. разогрев, действие и обмен чувствами;
- б. разогрев, игра, обмен чувствами, шеринг;
- в. разогрев, действие, групповая дискуссия, шеринг;
- г. разогрев, действие, групповая дискуссия, обмен чувствами

17. Преимущество арт-терапии:

- а. является преимущественно средством невербального общения;
- б. дает возможность для выражения латентных идей и состояний, социальных ролей и форм поведения, которые обычно «вытеснены»;
- в. вызывает в большинстве случаев положительные эмоции, помогает преодолеть безынициативность;
- г. все перечисленное

18. Сознание является основой метода:

- а. арт-терапии;
- б. психодрамы;
- в. гештальт-терапии;
- г. сказкотерапии;

19. Для распускания «мышечного панциря» в телесно-ориентированной терапии (по В. Райху) используют:

- а. глубокое дыхание;
- б. прямое воздействие на хронические мышечные зажимы (посредством давления, защипывания и т. п. ;
- в. поддержание сотрудничества с пациентом в открытом рассмотрении сопротивлений и эмоциональных ограничений, которые при этом выявляются;
- г. а и б

20. К основным ошибкам ведущего тренинга относятся все, кроме:

- а. ведущий не обращает внимания на то, что хотят, знают и понимают участники;
- б. ведущий дает очень много информации за короткое время, отсутствует баланс между когнитивным и эмоциональным обучением;
- в. ведущий действует четко по заранее составленной с учетом групповой динамики программе, без отступлений от нее;
- г. ведущий не использует профессиональные термины

## **Промежуточный тест 2.**

### ***Вопросы для тестирования***



1. Доминирующую роль в социально-психологическом тренинге играет социальная обратная связь типа:

- д. «индивид-индивид»;
- е. «группа-группа»;
- ж. «индивид-объект»;
- з. «индивид-группа»

2. Из перечисленного: 1) обратная связь; 2) безоценочные отношения; 3) материальная поддержка; 4) эмоциональная поддержка; 5) активное "проживание" ситуации общения; 6) пассивное переживание общения, - обязательными элементами психологического механизма СПТ выступают:

- д. 2, 3, 4, 5;
- е. 1, 2, 3, 4;
- ж. 3, 4, 5, 6;
- з. 1, 2, 4, 5.

3. Интерактивная сторона общения - это процесс систематической смены:

- д. коммуникативных ролей и взаимного воздействия партнеров по общению;
- е. средств общения - кинесических, просодических, экстралингвистических и проксеимических;
- ж. установок по отношению к партнеру по общению;
- з. дистанции в общении и социальной позиции в системе связей и отношений.

4. Мимика, движения тела, тактильное воздействие, используемые для передачи познавательной или эмоционально-оценочной информации, - это средства общения:

- а. невербальные;
- б. проксеимические;
- в. такесические;
- г. кинесические.

5. Мысленное вхождение в поле сознания и жизненную ситуацию другого человека, оценка его глазами событий и фактов, целей и прогресса общения - это социально-психологическая:

- а. идентификация;
- б. рефлексия;
- в. сензитивность;
- г. аутентичность.

6. Начало устойчивого интереса психологов к феномену дискуссии относится к 30-м гг. XX в. и связано с работами:

- а. А.С. Спиваковской;
- б. Л.С. Выготского;
- в. К. Левина;
- г. Ж. Пиаже.

7. Один из основных методов СПТ, представляющий собой обмен мнениями между членами группы, в ходе которого создаются условия для рефлексии личностью своих внутренних противоречий, являющихся причинами неэффективного общения, - это:

- а. аутотренинг;
- б. психодрама;
- в. кинезитерапия;
- г. групповая дискуссия.

8. Опорой для разработки теории и практики различных тренировочных методов Т-групп послужила:

- а. психодрама;
- б. ролевая игра;
- в. гештальтпсихотерапия;

- г. групповая дискуссия.
9. Организованное взаимодействие участников тренинговой группы, в котором поведение каждого из них структурировано конкретными социальными предписаниями, - это:
- а. ролевая игра;
  - б. сказкотерапия;
  - в. психодрама;
  - г. поведенческое научение.
10. Осознание человеком, как он в действительности воспринимается и оценивается окружающими людьми, и выяснение, как другие люди знают и понимают его личностные особенности, - это социально-психологическая:
- а. самооценка;
  - б. идентификация;
  - в. социальная перцепция;
  - г. рефлексия.
11. Отражение отношения участников занятий к словам и игровому поведению человека посредством безоценочных суждений, презентаций собственных взглядов и моделей действий в игровых ситуациях – это:
- а. эмпатия;
  - б. жестовая речь;
  - в. эффект «зеркала»;
  - г. обратная связь.
12. Погружение в повествование и личные воспоминания во время социально-психологического тренинга:
- а. не влияют на эффективность процесса;
  - б. нежелательны;
  - в. приветствуются;
  - г. запрещаются.
13. Положение людей в системе социальных связей и отношений, с которым связаны их определенные права и обязанности, не зависящие от их индивидуальных личностных свойств, - это социальная:
- а. позиция;
  - б. роль ;
  - в. перцепция;
  - г. установка.
14. Постигание эмоционального состояния, проникновение, вчувствование в переживания другого человека – это:
- а. эмпатия;
  - б. аутентичность;
  - в. социальная перцепция;
  - г. сензитивность.
15. Правило, определяющее, что обсуждению и анализу в тренинге подвергаются события, происходящие в тренинговой группе, и что обсуждение внутригрупповых событий прекращается по окончании занятия, - это принцип:
- а. конфиденциальности;
  - б. творческого обсуждения;
  - в. «здесь и теперь»;
  - г. закрытости внутригрупповой информации.
16. Принцип, гласящий, что создаваемые в процессе тренинга социальные ситуации содержат потенцию развития лишь для тех участников, которые активно эти ситуации проживают, - это принцип:
- а. «здесь и теперь»;

- б. творческого самораскрытия;
  - в. проживания ситуации через себя;
  - г. активного участия.
17. Развивающее и корректирующее воздействие на участников тренинга нейтральных факторов и самого факта участия в занятиях – это:
- а. групповой эффект;
  - б. эффект «заражения»;
  - в. плацебо-эффект;
  - г. эффект работы бессознательного.
18. Совокупность методов организации внутригруппового взаимодействия в целях развития коммуникативной компетенции личности и совершенствования групповых отношений, - это:
- а. психолого-педагогический тренинг;
  - б. социально-психологический тренинг общения;
  - в. тренинг коммуникативной компетентности;
  - г. профессиональный тренинг психолога.
19. Способность выявлять и оценивать ролевые ожидания окружающих, строить процесс взаимодействия с учетом этих ожиданий, собственных целей и самооценки, - это:
- а. социальная перцепция;
  - б. коммуникативная компетентность;
  - в. ролевые поведенческие навыки;
  - г. сензитивность.
20. Столкновение противоположно направленных, несовместимых друг с другом тенденций во взаимоотношениях индивидов, связанное с отрицательными эмоциональными переживаниями, - это:
- а. межличностный конфликт;
  - б. конкуренция;
  - в. конфликтная ситуация;
  - г. невроз.

### **Вопросы для итогового тестирования**

1. Преимущество активных методов обучения перед традиционными состоит в том что:
  - а.они ориентируют человека на применение знаний по определенным правилам, инструкциям или предписаниям;
  - б. обстановка учебного процесса приближена к реальным условиям возникновения потребности в знаниях и их практическом применении;
  - в.обеспечивают переход от организации и регуляции учебной деятельности обучаемых преподавателем к самоорганизации и саморегуляции деятельности обучаемыми;
  - г.б) и в)
  
2. Значимые особенности взрослых, которые учитываются при построении программы активного обучения это:
  - а.потребность взрослого в самостоятельности (в принятии решений, стремление нести за них ответственность);
  - б. жизненный опыт взрослого как опора для изложения материала;
  - в.ориентация на реальные задачи в реальном контексте;
  - г.б) и в)
  
3. Любой способ планируемой активизации коммуникативных процессов в учебной или целевой группе, независимо от содержания поставленных учебно-познавательных, творческих или психокоррекционных задач это:
  - а.тренинг коммуникативных умений;

- б. метод активного обучения;
  - в. социально-психологический тренинг;
  - г. ролевая игра
4. Активные групповые методы включают (по Ю.Н. Емельянову) все, кроме:
- а. дискуссионных методов;
  - б. игровых методов;
  - в. сенситивного тренинга;
  - г. без исключений
5. Общение-диалог участников, упорядоченный обмен точками зрения, высказывания, выслушивание, использование невербальных выразительных средств, направленность обсуждения на достижение целей являются обязательными признаками:
- а. ролевой игры;
  - б. метода анализа конкретных ситуаций;
  - в. групповой дискуссии;
  - г. оргдеятельностной игры
6. К основным нормам (правилам) тренинговой работы относятся все, кроме:
- а. принцип откровенности и искренности;
  - б. принцип ответственности;
  - в. правило сдерживания негативных реакций;
  - г. правило конфиденциальности
7. Кризис (конфликт) в тренинговой группе на начальном этапе ее развития возникает:
- а. при наличии недостаточно осознанного членами группы внутреннего протеста перед изменениями;
  - б. специально создается ведущим для активизации групповой динамики;
  - в. закономерно, как этап развития группы;
  - г. все перечисленное
8. Система оценивания по ходу игры отсутствует:
- а. в деловых играх;
  - б. в ролевых играх;
  - в. в любых учебных играх;
  - г. в любом тренинге
9. Ведущий на этапе подведения итогов игры решает все задачи, кроме:
- а. анализирует потребности участников и поясняет особенности проведения игры;
  - б. поощрение обмена опытом;
  - в. руководство процессом самоанализа, помощь в осознании особенностей своего поведения;
  - г. помощь в нахождении связи между полученным в игре опытом и поведением в повседневной жизни
10. Какая из ролей ведущего в тренинге наиболее эффективна:
- а. наблюдатель;
  - б. эксперт;
  - в. член группы;
  - г. эффективность роли зависит от общих и частных задач каждого конкретного тренинга

11. Какие методы могут быть использованы для получения обратной связи, развития умения глубокой рефлексии, навыков смысловой и оценочной интерпретации?
- а. групповая дискуссия;
  - б. игровые методы;
  - в. методы, направленные на развитие социальной перцепции;
  - г. методы телесно-ориентированной психотерапии.
12. Что означает «спонтанность» в психодраме?
- а. способность к бесконтрольному поведению, открытому проявлению эмоций;
  - б. проработка социальных запретов;
  - в. способность к выбору роли в неожиданной ситуации;
  - г. способность понимать и реагировать на новые ситуации
13. Вы – тренер. После проведенного упражнения вы видите, что один участник чувствует себя некомфортно, выглядит напряженным, но на обсуждении повторяет за участниками о сделанных «интересных открытиях и потрясающих инсайтах». Какой принцип групповой работы он нарушает?
- д. конфиденциальность;
  - е. активность;
  - ж. открытость;
  - з. «я-высказывания».
14. Вы самостоятельно ведете тренинг в группе из 15 человек. Некоторые из них работают вместе в одном отделе. На тренинге они вместе сидят, в упражнениях стараются оказаться только своей командой, на перерывах чаще всего общаются только друг с другом. Возможны следствия данной ситуации для групповой работы, кроме?
- д. снижение групповой сплоченности, распад группы;
  - е. с помощью усилий тренера сплочение остальных участников вокруг такого «ядра»;
  - ж. рост внутриличностного напряжения остальных участников;
  - з. снижение в глазах участников авторитета тренера.
15. В социально-психологическом тренинге тренер может все, кроме:
- д. раскрываться как личность, проявлять какие-либо свои личностные качества;
  - е. занимать отстраненную позицию наблюдателя;
  - ж. показывать группе свою неуверенность;
  - з. менять заранее придуманный сценарий тренинга.
16. В психодраме можно выделить следующие фазы:
- а. разогрев, действие и обмен чувствами;
  - б. разогрев, игра, обмен чувствами, шеринг;
  - в. разогрев, действие, групповая дискуссия, шеринг;
  - г. разогрев, действие, групповая дискуссия, обмен чувствами
17. Преимущество арт-терапии:
- а. является преимущественно средством невербального общения;
  - б. дает возможность для выражения латентных идей и состояний, социальных ролей и форм поведения, которые обычно «вытеснены»;
  - в. вызывает в большинстве случаев положительные эмоции, помогает преодолеть безынициативность;
  - г. все перечисленное
18. Сознание является основой метода:
- а. арт-терапии;

- б. психодрамы;
- в. гештальт-терапии;
- г. сказкотерапии;

19. Для распускания «мышечного панциря» в телесно-ориентированной терапии (по В. Райху) используют:

- а. глубокое дыхание;
- б. прямое воздействие на хронические мышечные зажимы (посредством давления, защипывания и т. п. ;
- в. поддержание сотрудничества с пациентом в открытом рассмотрении сопротивлений и эмоциональных ограничений, которые при этом выявляются;
- г. а и б

20. К основным ошибкам ведущего тренинга относятся все, кроме:

- а. ведущий не обращает внимания на то, что хотят, знают и понимают участники;
- б. ведущий дает очень много информации за короткое время, отсутствует баланс между когнитивным и эмоциональным обучением;
- в. ведущий действует четко по заранее составленной с учетом групповой динамики программе, без отступлений от нее;
- г. ведущий не использует профессиональные термины

21. Доминирующую роль в социально-психологическом тренинге играет социальная обратная связь типа:

- а. «индивид-индивид»;
- б. «группа-группа»;
- в. «индивид-объект»;
- г. «индивид-группа»

22. Из перечисленного: 1) обратная связь; 2) безоценочные отношения; 3) материальная поддержка; 4) эмоциональная поддержка; 5) активное "проживание" ситуации общения; 6) пассивное переживание общения, - обязательными элементами психологического механизма СПТ выступают:

- а. 2, 3, 4, 5;
- б. 1, 2, 3, 4;
- в. 3, 4, 5, 6;
- г. 1, 2, 4, 5.

23. Интерактивная сторона общения - это процесс систематической смены:

- а. коммуникативных ролей и взаимного воздействия партнеров по общению;
- б. средств общения - кинесических, просодических, экстралингвистических и проксеимических;
- в. установок по отношению к партнеру по общению;
- г. дистанции в общении и социальной позиции в системе связей и отношений.

24. Мимика, движения тела, тактильное воздействие, используемые для передачи познавательной или эмоционально-оценочной информации, - это средства общения:

- а. невербальные;
- б. проксеимические;
- в. такесические;
- г. кинесические.

25. Мысленное вхождение в поле сознания и жизненную ситуацию другого человека, оценка его глазами событий и фактов, целей и прогресса общения - это социально-психологическая:

- а. идентификация;

- б. рефлексия;
- в. сензитивность;
- г. аутентичность.

26 Начало устойчивого интереса психологов к феномену дискуссии относится к 30-м гг. XX в. и связано с работами:

- а. А.С. Спиваковской;
- б. Л.С. Выготского;
- в. К. Левина;
- г. Ж. Пиаже.

27. Один из основных методов СПТ, представляющий собой обмен мнениями между членами группы, в ходе которого создаются условия для рефлексии личностью своих внутренних противоречий, являющихся причинами неэффективного общения, - это:

- а. аутотренинг;
- б. психодрама;
- в. кинезитерапия;
- г. групповая дискуссия.

28. Опорой для разработки теории и практики различных тренировочных методов Т-групп послужила:

- а. психодрама;
- б. ролевая игра;
- в. гештальтпсихотерапия;
- г. групповая дискуссия.

29. Организованное взаимодействие участников тренинговой группы, в котором поведение каждого из них структурировано конкретными социальными предписаниями, - это:

- а. ролевая игра;
- б. сказкотерапия;
- в. психодрама;
- г. поведенческое научение.

30. Осознание человеком, как он в действительности воспринимается и оценивается окружающими людьми, и выяснение, как другие люди знают и понимают его личностные особенности, - это социально-психологическая:

- а. самооценка;
- б. идентификация;
- в. социальная перцепция;
- г. рефлексия.

31. Отражение отношения участников занятий к словам и игровому поведению человека посредством безоценочных суждений, презентаций собственных взглядов и моделей действий в игровых ситуациях – это:

- а. эмпатия;
- б. жестовая речь;
- в. эффект «зеркала»;
- г. обратная связь.

32. Погружение в повествование и личные воспоминания во время социально-психологического тренинга:

- а. не влияют на эффективность процесса;
- б. нежелательны;
- в. приветствуются;
- г. запрещаются.

33. Положение людей в системе социальных связей и отношений, с которым связаны их определенные права и обязанности, не зависящие от их индивидуальных личностных свойств, - это социальная:

- а. позиция;
  - б. роль ;
  - в. перцепция;
  - г. установка.
34. Постигание эмоционального состояния, проникновение, вчувствование в переживания другого человека – это:
- а. эмпатия;
  - б. аутентичность;
  - в. социальная перцепция;
  - г. сензитивность.
35. Правило, определяющее, что обсуждению и анализу в тренинге подвергаются события, происходящие в тренинговой группе, и что обсуждение внутригрупповых событий прекращается по окончании занятия, - это принцип:
- а. конфиденциальности;
  - б. творческого обсуждения;
  - в. «здесь и теперь»;
  - г. закрытости внутригрупповой информации.
36. Принцип, гласящий, что создаваемые в процессе тренинга социальные ситуации содержат потенцию развития лишь для тех участников, которые активно эти ситуации проживают, - это принцип:
- а. «здесь и теперь»;
  - б. творческого самораскрытия;
  - в. проживания ситуации через себя;
  - г. активного участия.
37. Развивающее и корректирующее воздействие на участников тренинга нейтральных факторов и самого факта участия в занятиях – это:
- а. групповой эффект;
  - б. эффект «заражения»;
  - в. плацебо-эффект;
  - г. эффект работы бессознательного.
38. Совокупность методов организации внутригруппового взаимодействия в целях развития коммуникативной компетенции личности и совершенствования групповых отношений, - это:
- а. психолого-педагогический тренинг;
  - б. социально-психологический тренинг общения;
  - в. тренинг коммуникативной компетентности;
  - г. профессиональный тренинг психолога.
39. Способность выявлять и оценивать ролевые ожидания окружающих, строить процесс взаимодействия с учетом этих ожиданий, собственных целей и самооценки, - это:
- а. социальная перцепция;
  - б. коммуникативная компетентность;
  - в. ролевые поведенческие навыки;
  - г. сензитивность.
40. Столкновение противоположно направленных, несовместимых друг с другом тенденций во взаимоотношениях индивидов, связанное с отрицательными эмоциональными переживаниями, - это:
- а. межличностный конфликт;
  - б. конкуренция;
  - в. конфликтная ситуация;
  - г. невроз.



### 3. Открытые задания

#### Задание 1

Укажите алгоритм выбора метода тренинга

#### Задание 2

Заполните таблицу по характеристикам игр:

Основные признаки игры	Тип учебной игры		
	Деловая игра	Оргдеятельностная игра	Ролевая игра
Характеристики времени проведения			
Форма моделирования или степень имитации			
Роль ведущего игры			
Степень заданности ролей			
Сфера моделирования (наиболее частое применение)			
Форма выработки решения участниками игры			
Система оценивания по ходу игры			

#### Задание 3

Придумайте инструкцию к данному материалу, чтобы получилось упражнение для тренинга эффективного разрешения конфликтов. Какие задачи позволяет решить данное упражнение?

«Надевая по очереди каждую шляпу, человек формирует навыки различных способов мышления.

- Белая шляпа учит человека беспристрастно работать только с фактами, цифрами, событиями. Благодаря Белой шляпе можно стать беспристрастным, освободившись от эмоций, которые, как известно, «туманят разум».

- Черная шляпа помогает человеку увидеть все негативные стороны события, явления, проблемы. Она позволяет оценить риски.

- Желтая шляпа, наоборот, помогает раскрыть ресурсы, положительные стороны ситуации; увидеть «плюсы» ситуации, явления, проблемы.

- Красная шляпа дает возможность человеку увидеть событие, явление, проблему в ярких эмоциональных красках. Тем самым создаются условия для выплеска эмоций, благодаря чему они больше не будут «мешать» работе.

- Зеленая шляпа актуализирует творческое мышление человека, позволяет осуществлять нестандартный подход к решению задачи, искать новые способы и приемы.

- Синяя шляпа помогает человеку находить смысл в том, что он делает, продуктивно управлять процессом мышления, обобщать накопленный опыт, вписывать проблему в контекст глобальных событий в экономике, политике, мироустройстве; философски осмысливать события и явления, понимая, что одна проблема есть проявление более общих механизмов и сил, действующих во Вселенной».

#### Задание 4

Определите содержание мини-лекции (пропишите основные пункты) тренинга «Управление стрессом»

### Задание 5

Для решения каких задач и в каком тренинге можно использовать данную процедуру?

«Каждый участник говорит о себе, либо записывает в тетрадь и зачитывает вслух, что ему сегодня удалось сделать. «Я сегодня успешно справился с.....». то есть связать слово «успех» со словом «Я» в единое понятие. Вспомните, какие ресурсы, качества, возможности вы тогда использовали, когда добились успеха. Запишите их в тетради»

### Задание 6

Заполните таблицу. Опишите содержание стадий групповой работы. Затем пропишите основные действия ведущего на каждой стадии.

	Стадии групповой работы	Действия ведущего
1		
2		
3		
4		

### Задание 7

Заполните таблицу: Классификация тренинговых групп (по К. Рудестаму)

Группы	Центрированные на	
	Руководителе	Участнике
Рациональные		
Аффективные		

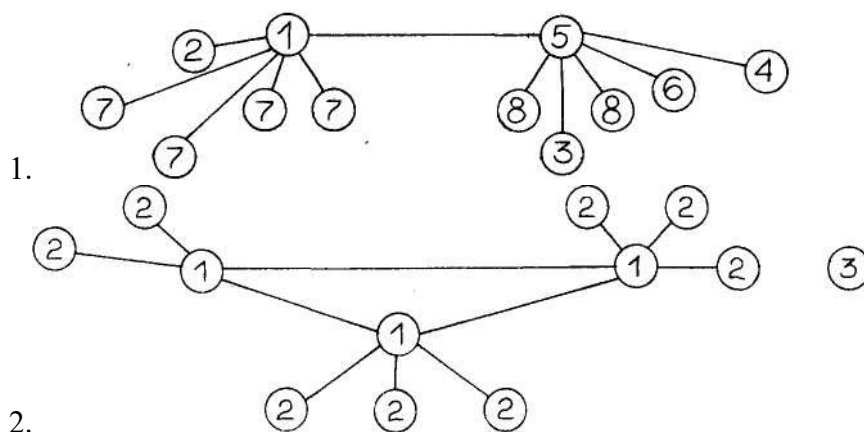
### Задание 8

Заполните таблицу: Достоинства и недостатки однородных и гетерогенных групп

	Однородные группы	Гетерогенные группы
Достоинства		
Недостатки		

### Задание 9.

Опишите и сравните данные структуры тренинговых групп. В чем их ограничения в работе?



### **Задание 10**

Для решения каких задач и в каком тренинге можно использовать данную процедуру?

«Для упражнения необходимо два склеенных по длине листа ватмана, цветные и простые карандаши, ластик. Задание: нарисовать картину группой, сначала обсудив и выбрав тему. Возможен вариант закрепления за каждым участником определённого цвета. Картина вывешивается, обсуждаются чувства участников, которые были в процессе рисования».

### **Задание 11**

Задайте инструкции для участников-сторон дискуссии с целью расширить репертуар не просто известных, но реальных, освоенных ролей, которые может принимать участник дискуссии сознательно для более продуктивного поиска выхода из ситуации спора. Тема тренинга: «Эффективная коммуникация».

## **4. Ключи (ответы) к оценочным материалам**

**Ответы на вопросы теста 1:** 1г, 2г, 3б, 4г, 5в, 6в, 7г, 8г, 9б, 10г, 11в, 12а, 13в, 14г, 15в, 16а, 17г, 18в, 19г, 20г.

**Ответы на вопросы теста 2:** 1г, 2г, 3а, 4а, 5а, 6в, 7г, 8г, 9а, 10г, 11г, 12б, 13б, 14а, 15а, 16а, 17а, 18б, 19б, 20а.

**Ответы на вопросы теста итоговое тестирование:** 1г, 2г, 3б, 4г, 5в, 6в, 7г, 8г, 9б, 10г, 11в, 12а, 13в, 14г, 15в, 16а, 17г, 18в, 19г, 20г, 21г, 22г, 23а, 24а, 25а, 26в, 27г, 28г, 29а, 30г, 31г, 32б, 33б, 34а, 35а, 36а, 37а, 38б, 39б, 40а.