

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования

«Кемеровский государственный университет»  
Кузбасский гуманитарно-педагогический институт

*(Наименование филиала, где реализуется данная дисциплина)*

Факультет психологии и педагогики

УТВЕРЖДАЮ

Декан ФПП

\_\_\_\_\_ Л. Я. Лозован

«29» марта 2024 г.

### **Рабочая программа дисциплины**

**Б1.В.ДВ.04.01 Тренинг личностного роста**

*Код, название дисциплины*

Направление подготовки

**37.03.01 Психология**

Направленность (профиль) подготовки

**«Практическая психология»**

Программа прикладного бакалавриата

Квалификация выпускника

**Бакалавр**

Форма обучения

**Очно-заочная**

Год набора 2021

Новокузнецк, 2024

**Лист внесения изменений**

**В РПД Б1.В.ДВ.04.01 Тренинг личностного роста**

*(код по учебному плану, название дисциплины)*

**Сведения об утверждении:**

утверждена Ученым советом факультета психологии и педагогики  
(протокол Ученого совета факультета № 8 от 29.03.2024 г.)

для ОПОП 2021 года набора на 2024 / 2025 учебный год  
по направлению подготовки 37.03.01 Психология

направленность (профиль) подготовки / «Практическая психология»

Одобрена на заседании методической комиссии факультета психологии и педагогики  
протокол методической комиссии факультета № 5 от 20.03.2024 г.)

Одобрена на заседании обеспечивающей кафедры психологии и общей педагогики  
протокол № 7 от 14.03.2024 г.

Алонцева А.И. /  
*(Ф. И.О. зав. кафедрой)*

*(Подпись)*

## Оглавление

1. Цель дисциплины .....	4
1.1 Формируемые компетенции .....	4
1.2 Индикаторы достижения компетенций .....	4
1.3 Знания, умения, навыки (ЗУВ) по дисциплине .....	5
2. Объём и трудоёмкость дисциплины по видам учебных занятий. Формы промежуточной аттестации .....	6
3. Учебно-тематический план и содержание дисциплины .....	6
3.1 Учебно-тематический план .....	6
3.2. Содержание занятий по видам учебной работы .....	8
4 Порядок оценивания успеваемости и сформированности компетенций обучающегося в текущей и промежуточной аттестации.....	9
5 Материально-техническое, программное и учебно-методическое обеспечение дисциплины.....	10
5.1 Учебная литература.....	10
5.2 Материально-техническое и программное обеспечение дисциплины.....	11
5.3 Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы.....	12
6 Иные сведения и (или) материалы.....	12
6.1.Примерные темы письменных учебных работ .....	12
6.2. Примерные вопросы и задания / задачи для промежуточной аттестации .....	18

## 1. Цель дисциплины

В результате освоения данной дисциплины у обучающегося должны быть сформированы компетенции основной профессиональной образовательной программы специалитета (далее – ОПОП):

ПК-2 - Способен проводить коррекционную и развивающую работу для решения профессиональных задач в социальной сфере  
Содержание компетенций как планируемых результатов обучения по дисциплине см. таблицы 1 и 2.

### 1.1 Формируемые компетенции

Таблица 1 – Формируемые дисциплиной компетенции

Наименование вида компетенции	Наименование категории (группы) компетенций	Код и название компетенции
Профессиональная	Психологическое вмешательство (развитие, коррекция, реабилитация)	ПК-2 Способен проводить коррекционную и развивающую работу для решения профессиональных задач в социальной сфере

### 1.2 Индикаторы достижения компетенций

Таблица 2 – Индикаторы достижения компетенций по ОПОП

Код и название компетенции	Индикаторы достижения компетенции по ОПОП	Дисциплины и практики, формирующие компетенцию ОПОП
ПК-2 Способен проводить коррекционную и развивающую работу для решения профессиональных задач в социальной сфере	ПК-2.1 Разрабатывает коррекционно-развивающие программы для решения профессиональных задач в социальной сфере ПК-2.2 Проводит коррекционно-развивающую работу для решения профессиональных задач в социальной сфере ПК-2.3 Оценивает результативность коррекционно-развивающих программ, направленных на решение профессиональных задач в социальной сфере ПК-2.4 Разрабатывает и реализует программы профилактической и психокоррекционной работы, направленных на улучшение состояния и динамики психологического здоровья населения ПК-2.5 Оценивает результативность программ профилактической и психокоррекционной работы, направленных на улучшение состояния и динамики психологического здоровья населения	Б1.В.04 Психофизиология 1, 2 сем., 8 з.е. Б1.В.05 Нейропсихология 1 сем., 5 з.е. Б1.В.06 Психогенетика 7 сем., 4 з.е. Б1.В.07 Психология общения 9 сем., 4 з.е. Б1.В.08 Психология стресса и стрессоустойчивого поведения 4 сем., 3 з.е. Б1.В.09 Психология конфликта 5 сем., 4 з.е. Б1.В.ДВ.01.01 Психология социальной работы 8 сем., 5 з.е. Б1.В.ДВ.01.02 Социально-психологическое обеспечение безопасности труда 8 сем., 5 з.е. Б1.В.ДВ.02.01 Методы профилактики профессиональной деформации 6 сем., 5 з.е. Б1.В.ДВ.02.02 Организация и содержание психологической помощи 6 сем., 5 з.е. Б1.В.ДВ.04.01 Тренинг личностного роста 8 сем., 5 з.е. Б1.В.ДВ.04.02 Тренинг профессионального самопознания 8 сем., 5 з.е. Б2.О.02(П) Производственная практика. Производственная практика в профильных организациях 8 сем., 7 з.е. Б2.О.03(П) Производственная практика. Преддипломная практика 9 сем., 9 з.е. Б3.02(Д) Подготовка к процедуре защиты и защита выпускной квалификационной работы 9 сем., 6 з.е.

### 1.3 Знания, умения, навыки (ЗУВ) по дисциплине

Таблица 3 – Знания, умения, навыки, формируемые дисциплиной

Код и название компетенции	Индикаторы достижения компетенции, закрепленные за дисциплиной	Знания, умения, навыки (ЗУВ), формируемые дисциплиной
<p>ПК-2 Способен проводить коррекционную и развивающую работу для решения профессиональных задач в социальной сфере</p>	<p>ПК-2.1 Разрабатывает коррекционно-развивающие программы для решения профессиональных задач в социальной сфере ПК-2.2 Проводит коррекционно-развивающую работу для решения профессиональных задач в социальной сфере</p>	<p><b>Знать:</b> - основные способы разработки коррекционно-развивающих программ - основные способы проведения коррекционно-развивающей работы для решения профессиональных задач в социальной сфере в социальной сфере <b>Уметь:</b> - правильно разрабатывать коррекционно-развивающие программы для решения профессиональных задач в социальной сфере - правильно проводить коррекционно-развивающую работу для решения профессиональных задач в социальной сфере <b>Владеть</b> - навыками разработки коррекционно-развивающих программ для решения профессиональных задач в социальной сфере - навыками проведения коррекционно-развивающей работы для решения профессиональных задач в социальной сфере</p>

## 2. Объём и трудоёмкость дисциплины по видам учебных занятий. Формы промежуточной аттестации

Таблица 4 – Объем и трудоемкость дисциплины по видам учебных занятий

Объем дисциплины	Всего часов
	ОЗФО
Общая трудоемкость дисциплины	180
Контактная работа обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий) (всего)	86
Аудиторная работа (всего):	86
в т. числе:	
Лекции	
Семинары, практические занятия	86
Лабораторные работы	
В том числе в интерактивной форме	
Внеаудиторная работа	
Курсовое проектирование	
Самостоятельная работа обучающихся (всего)	58
Вид промежуточной аттестации обучающихся (экзамен, 9 семестр)	36

## 3. Учебно-тематический план и содержание дисциплины.

### 3.1 Учебно-тематический план

Таблица 5 - Учебно-тематический план очно-заочной формы обучения

№ п/п	Разделы и темы дисциплины по занятиям	Общая трудоёмкость (часов)	Виды учебных занятий, включая самостоятельную работу обучающихся и трудоемкость (в часах)			Формы текущего контроля и промежуточной аттестации и успеваемости	
			всего	аудиторные занятия			самостоятельная работа обучающихся
				лекции	практические занятия		
<b>Семестр 8</b>							
1	Раздел 1 Общая характеристика методов активного обучения и теоретические ориентации тренинговых групп. Прогнозирование изменений, комплексное воздействие на уровень развития и функционирования познавательной и мотивационно-волевой сферы					УО – устный опрос	
1.1	Психологический тренинг как метод активного обучения. Механизмы групповой динамики. Прогнозирование изменений, комплексное воздействие на уровень развития и функционирования познавательной и мотивационно-волевой сферы	30		20	10		

№ п/п	Разделы и темы дисциплины по занятиям	Общая трудоемкость (часов)	Виды учебных занятий, включая самостоятельную работу обучающихся и трудоемкость (в часах)			Формы текущего контроля и промежут очной аттестаци и успеваем ости
			аудиторные занятия		самостоят ельная работа обучающ ихся	
		всего	лекции	практическ ие занятия		
<b>Семестр 8</b>						
1.2	Психодинамическое направление в групповой форме работы.	30		20	10	
2	Раздел 2 «Тренинг личностного роста. Реализация психологических методик и технологий, ориентированных на личностный рост					ТС-3 - комплексные ситуационные задачи
2.1	Формирование адекватного уровня притязаний и повышение самооценки. Реализация психологических методик и технологий, ориентированных на личностный рост	40		20	20	
2.2	Формирование мотивации достижения успеха. Программы, направленные на психологическое сопровождение в социальной сфере	44		26	18	
	Промежуточная аттестация – экзамен	36				УО-4 - экзамен
	<b>Всего:</b>	<b>180</b>	<b>0</b>	<b>86</b>	<b>58</b>	

### 3.2. Содержание занятий по видам учебной работы

Таблица 6 – Содержание дисциплины

№ п/п	Наименование раздела, темы дисциплины	Содержание занятия
<b>Семестр 8 - ОЗФО.</b>		
<i>Содержание практических / семинарских занятий</i>		
<b>Раздел 1. Общая характеристика методов активного обучения и теоретические ориентации тренинговых групп. Прогнозирование изменений, комплексное воздействие на уровень развития и функционирования познавательной и мотивационно-волевой сферы</b>		
1	Тема 1.1 . Психологический тренинг как метод активного обучения. Механизмы групповой динамики. Прогнозирование изменений, комплексное воздействие на уровень развития и функционирования познавательной и мотивационно-волевой сферы	<p>Социально-психологический тренинг как метод активного обучения. Формирование адекватного самосознания и повышение компетентности в межличностных отношениях как основные цели психологического тренинга. Основные задачи социально-психологического тренинга. Соотношение понятий «тренинг», «научение», «обучение», «развитие». Классификация тренинговых групп</p> <p>Понятие «групповая динамика». Законы гештальтпсихологии в объяснении принципов групповой динамики. Цели и задачи группы. Групповые нормы. Гласные и негласные правила. Функциональные и дисфункциональные правила. Необходимость самораскрытия как общее правило для большинства групп. Групповые роли. Проблемы лидерства и групп.</p> <p>Формальный и неформальный лидер. Групповая компетентность. Сплочённость как межличностная аттракция. Сплочённость как результат мотивации группового членства.</p> <p>Сплочённость как ценностно-ориентационное единство участников группы. Факторы, способствующие групповой сплочённости. Двухфакторная модель развития группы (Б.Талкмен). Эмоциональная динамика группообразования. Нормативно-ролевая система. Потребности и квазипотребности. Психологическое поле. «Феномен пресыщения». Целевая структура и целевые уровни индивида. Реальные и идеальные цели. Невротические конфликты. Цели Т-групп. Прогнозирование изменений, комплексное воздействие на уровень развития и функционирования познавательной и мотивационно-волевой сферы</p>
2	Тема 1.2. Психодинамическое направление в групповой форме работы.	Аналитическая групповая психотерапия. Структура и процесс в аналитической группе. Специфика диагностического и терапевтического общения с группой. Установки восприятия и техники



№ п/п	Наименование раздела, темы дисциплины	Содержание занятия
		воздействия. Специфика образа действий психотерапевта при использовании психоаналитической интерактивной групповой психотерапии. Патогенетическая концепция неврозов. Методики патогенетической психотерапии.
	<b>Раздел 2. Тренинг личностного роста. Реализация психологических методик и технологий, ориентированных на личностный рост, охрану здоровья индивидов и групп</b>	
3	2.1 Формирование адекватного уровня притязаний и повышение самооценки. Реализация психологических методик и технологий, ориентированных на личностный рост	Принципы тренинга: мотивирующая сила, образность, баланс комфорта и дискомфорта, направленность на применение результатов в учебной деятельности. 1. Формирование адекватного уровня притязаний и повышение самооценки. 2. Тренинг на формирование адекватного уровня притязаний и повышение самооценки 3. Реализация психологических методик и технологий, ориентированных на личностный рост
4	2.2 Формирование мотивации достижения успеха. Программы, направленные на психологическое сопровождение в социальной сфере	1. Обсуждение домашнего задания «Алгоритм самоисполняющихся предсказаний». 2. Мини-лекция о мотивации достижения и мотивации избегания. 3. Упражнения на освоение способов решения психологических проблем 4. Тренинг на формирование мотивации достижения успеха 5. Программы, направленные на психологическое сопровождение в социальной сфере
	Промежуточная аттестация – экзамен	

#### **4 Порядок оценивания успеваемости и сформированности компетенций обучающегося в текущей и промежуточной аттестации.**

Для получения зачета по результатам освоения дисциплины обучающемуся необходимо выполнить все установленные виды учебной работы. Оценка результатов работы обучающегося в баллах (по видам) приведена в таблице 7.

Таблица 7 – Балльно-рейтинговая оценка результатов учебной работы обучающихся по видам (БРС)

Учебная работа (виды)	Сумма баллов	Виды и результаты учебной работы	Оценка в аттестации	Баллы (17 недель)
Текущая учебная работа в семестре (Посещение)	<b>60</b>	Лекционные занятия (конспект) (18 занятий)	<b>0,5 балла</b> посещение 1 лекционного занятия	9 - 17

Учебная работа (виды)	Сумма баллов	Виды и результаты учебной работы	Оценка в аттестации	Баллы (17 недель)
занятий по расписанию и выполнение заданий)		Лабораторные работы (отчет о выполнении лабораторной работы) (18 работ).	<b>1 балл</b> - посещение 1 практического занятия и выполнение работы на 51-65% <b>2 балла</b> – посещение 1 занятия и существенный вклад на занятии в работу всей группы, самостоятельность и выполнение работы на 85,1-100%	18 - 36
		Контрольные работы (отчет о выполнении контрольной работы) (4 работы)	<b>За одну КР от 4 до:</b> <b>5 баллов</b> (выполнено 51 - 65% заданий) <b>7 балла</b> (выполнено 66 - 85% заданий) <b>8 балла</b> (выполнено 86 - 100% заданий)	20 - 32
		Реферат (по разделу 4 или 5 на выбор)	<b>4 балла</b> (пороговое значение) <b>10 баллов</b> (максимальное значение)	4 - 15
<b>Итого по текущей работе в семестре</b>				51 - 100
Промежуточная аттестация (экзамен)	40 (100% /баллов приведенной шкалы)	Тест.	<b>3 балла</b> (пороговое значение) <b>10 баллов</b> (максимальное значение)	6 - 10
		Решение задачи 1.	<b>3 балла</b> (пороговое значение) <b>5 баллов</b> (максимальное значение)	6 - 12
		Решение задачи 2.	<b>3 балла</b> (пороговое значение) <b>5 баллов</b> (максимальное значение)	6 - 12
		Решение задачи 3.	<b>3 баллов</b> (пороговое значение) <b>5 баллов</b> (максимальное значение)	6 - 12
		Решение задачи 4.	<b>3 балла</b> (пороговое значение) <b>5 баллов</b> (максимальное значение)	6 - 12
		Решение задачи 5.	<b>3 балла</b> (пороговое значение) <b>5 баллов</b> (максимальное значение)	6 - 16
		Решение задачи 6.	<b>3 балла</b> (пороговое значение) <b>5 баллов</b> (максимальное значение)	9 - 26
<b>Итого по промежуточной аттестации (экзамену)</b>				(51 – 100% по приведенной шкале) 20 – 40 б.
<b>Суммарная оценка по дисциплине:</b> Сумма баллов текущей и промежуточной аттестации				51 – 100 б.

Для обучающихся очно-заочной формы обучения в текущей учебной работе в семестре (по графику – в период ТО) планируется выполнение контрольной работы, за которую(-ые) назначаются баллы, включаемые в общий объем баллов за текущую работу в семестре (см. таблицу 7).

## 5 Материально-техническое, программное и учебно-методическое обеспечение дисциплины

### 5.1 Учебная литература

#### Основная учебная литература

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

- URL: <https://urait.ru/bcode/476440> (дата обращения: 11.09.2021).
2. Маралов, В. Г. Психология саморазвития : учебник и практикум для вузов / В. Г. Маралов, Н. А. Низовских, М. А. Щукина. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2021. — 320 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-9916-9979-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/471912> (дата обращения: 11.09.2021).
  3. Рамендик, Д. М. Тренинг личностного роста : учебник и практикум для вузов / Д. М. Рамендик. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2021. — 136 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07294-5. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/470461> (дата обращения: 11.09.2021).

### Дополнительная учебная литература

1. Диянова, З. В. Психология личности. Закономерности и механизмы развития личности : учебное пособие для вузов / З. В. Диянова, Т. М. Щеголева. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2021. — 173 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-08187-9. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/472951> (дата обращения: 11.09.2021).
2. Елисеев, О. П. Практикум по психологии личности : учебник для вузов / О. П. Елисеев. — 4-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2021. — 390 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-10962-7. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/471972> (дата обращения: 11.09.2021).
3. Зобков, В. А. Методология личностного развития : учебное пособие для вузов / В. А. Зобков. — Москва : Издательство Юрайт, 2021. — 172 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-13731-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/477209> (дата обращения: 11.09.2021).
4. Штроо, В. А. Методы активного социально-психологического обучения : учебник и практикум для вузов / В. А. Штроо. — Москва : Издательство Юрайт, 2021. — 277 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-02451-7. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/469275> (дата обращения: 11.09.2021).

## 5.2 Материально-техническое и программное обеспечение дисциплины

Учебные занятия по дисциплине проводятся в учебных аудиториях НФИ КемГУ:

<p>222 Учебная аудитория для проведения:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- занятий семинарского (практического) типа;</li> <li>- групповых и индивидуальных консультаций;</li> <li>- текущего контроля и промежуточной аттестации.</li> </ul> <p>Специализированная (учебная) мебель: доска маркерно-меловая, столы, стулья.</p> <p>Оборудование для презентации учебного материала: переносное - ноутбук, проектор, экран.</p> <p>Используемое программное обеспечение: MSWindows (Microsoft Imagine Premium 3 year по лицензионному договору № 1212/KMP от 12.12.2018 г. до 12.12.2021 г.), LibreOffice (свободно распространяемое ПО), антивирусное ПО ESET Endpoint Security, лицензия №EAV-0267348511 до 30.12.2022 г.; Mozilla Firefox (свободно распространяемое ПО), Google Chrome (свободно распространяемое ПО), Opera (свободно распространяемое ПО), Foxit Reader (свободно распространяемое ПО), WinDjView (свободно распространяемое ПО), Яндекс.Браузер (отечественное свободно распространяемое</p>	<p>654027, Кемеровская область - Кузбасс, г. Новокузнецк, пр-кт Пионерский, д.13, пом.1</p>
--	---

ПО). Интернет с обеспечением доступа в ЭИОС.	
401а Зал для тренингов Учебная аудитория для проведения: - занятий практического типа; - тренингов; - групповых и индивидуальных консультаций; - текущего контроля. Оборудование: стационарное - стулья раскладные, зеркала, ковровое покрытие, музыкальный центр; переносное - Web-камера, колонки, микрофон.	654027, Кемеровская область - Кузбасс, г. Новокузнецк, пр-кт Пионерский, д.13, пом. 2

### 5.3 Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы

#### Перечень СПБД и ИСС по дисциплине

База профессиональных данных «Мир психологии» – Режим доступа: <http://psychology.net.ru/>

Единое окно доступа к образовательным ресурсам – свободный доступ к интегральному каталогу образовательных интернет-ресурсов и к электронной библиотеке учебно-методических материалов для общего и профессионального образования (Психология). Режим доступа: [http://window.edu.ru/catalog/?p\\_rubr=2.2.77.2](http://window.edu.ru/catalog/?p_rubr=2.2.77.2)

Soc.Lib.ru. – материалы по социологии, психологии и управлению. Сайт предназначен исключительно для научно-исследовательских целей, информирования общественности о научных разработках специалистов и прогрессивного развития мировой гуманитарной науки. Режим доступа <http://soc.lib.ru/>

### 6 Иные сведения и (или) материалы

#### 6.1.Примерные темы письменных учебных работ

##### Примерные темы контрольных заданий

Вариант 1.

1. Относительно устойчивая совокупность людей, связанная системой отношений, регулируемых общими ценностями и нормами - это:

- |              |             |
|--------------|-------------|
| А) коллектив | Б) социум   |
| В) группа    | Г) общество |

2. В структуру общения не входит:

- А) невербальный компонент
- Б) коммуникативный компонент
- В) перцептивный компонент
- Г) интерактивный компонент

3. Эффект межличностного восприятия, характеризующийся склонностью людей доверять информации, представленной им в научном, магическом или ритуальном контексте - это:

- |                   |                     |
|-------------------|---------------------|
| А) эффект ореола  | Б) эффект установки |
| В) эффект Барнума | Г) эффект проекции  |

4. Тип взаимодействия, характеризующийся достижением индивидуальных или

групповых целей и интересов в условиях противоборства между людьми - это:

- А) кооперация
- Б) конкуренция
- В) скрытое
- Г) пересекающееся

5. Функцией невербальных средств общения не является:

- А) усиление или ослабление вербального воздействия
- Б) восприятие целостного образа партнера по общению
- В) нарушение правил взаимодействия в процессе выполнения конкретной задачи
- Г) выявление истинных намерений говорящего

6. Компонент общения, состоящий в обмене знаниями, идеями, взаимными побуждениями и действиями - это:

- А) коммуникативный компонент
- Б) интерактивный компонент
- В) перцептивный компонент
- Г) мотивационно-целевой компонент

7. Механизм познания другого человека, основанный на формировании устойчивого положительного отношения к нему - это:

- А) эмпатия
- Б) рефлексия
- В) аттракция
- Г) стереотипия

8. Эффект внутригруппового восприятия, характеризующийся склонностью давать положительную оценку поведению других людей - это:

- А) эффект снисходительности
- Б) эффект первого впечатления
- В) эффект Барнума
- Г) эффект проекции

9. Состояние готовности индивида или группы определенным образом реагировать на те или иные явления социальной действительности, основанное на прошлом опыте, который направляет, искажает или иным образом воздействует на поведение людей - это:

- А) социальные установки
- Б) социальные нормы
- В) религиозная установка
- Г) политическая установка

10. Социально-психологическое воздействие на поведение и процесс формирования мировоззрения других людей через неосознаваемое спонтанное включение личности в определенное эмоциональное состояние- это:

- А) убеждение
- Б) заражение
- В) подражание
- Г) мода

11. Группа, цели, мнения и ценности которой разделяет человек, на которую он ориентируется при оценке себя и других - это:

- А) референтная группа
- Б) реальная группа
- В) первичная группа
- Г) формальная группа

12. Эффект межгруппового восприятия, заключающийся в отрицательной оценке членов чужой группы и их результатов деятельности – это:

- А) эффект последовательности                      Б) эффект фаворитизма  
В) эффект дискриминации                          Г) эффект гомогенности аутгруппы

13. Стиль межличностного общения, целью которого является подкрепление связи с собственной группой, своих установок и ценностей, повышение самооценки и самоуважения - это:

- А) ритуальный стиль                                  Б) конформистский стиль  
В) альтруистический стиль                          Г) манипулятивный стиль

14. Некритическое принятие человеком чужого мнения, податливость реальному или воображаемому давлению со стороны группы или лидера- это:

- А) инфантилизм    Б) дезадаптация  
В) интеграция групповая                              Г) конформизм

15. Выберите неправильное определение общения:

- А) сложный многоплановый процесс установления и развития контактов и связей между людьми, порождаемый потребностями совместной деятельности и включающий обмен информацией и выработку единой стратегии взаимодействия  
Б) обмен информацией между людьми, их взаимодействие  
В) осуществляемое знаковыми средствами взаимодействие субъектов, вызванное потребностями совместной деятельности и направленное на значимое изменение в совместной деятельности, поведении и личностно-смысловых образованиях партнера  
Г) активность, направленная на удовлетворение потребностей и преобразование окружающего мира

16. Стратегия взаимодействия в конфликте, для которой характерно ведение переговоров участниками конфликта и стремление идти на взаимные уступки - это:

- А) приспособление                                      Б) конкуренция  
В) компромисс    Г) сотрудничество

17. К невербальным средствам общения не относится:

- А) устная и письменная речь                      Б) визуальные средства  
В) аудиальные средства                                Г) тактильные средства

18. К механизмам социальной перцепции не относится:

- А) заражение    Б) идентификация  
В) аттракция    Г) каузальная атрибуция

19. Компонент общения, представляющий собой деятельность наблюдателя по оценке внешнего облика, психологических особенностей, действий и поступков наблюдаемого лица или объекта, в результате которого у человека складывается конкретное отношение к наблюдаемому и формируются определенные представления о возможном поведении

конкретных людей и групп - это:

- А) коммуникативный компонент
- Б) интерактивный компонент
- В) перцептивный компонент
- Г) мотивационно-целевой компонент

20. Механизм социальной перцепции, состоящий в интерпретации поступков и чувств другого человека (группы) через приписывание причин, лежащих в основе этих чувств и поступков - это:

- А) каузальная атрибуция
- Б) идентификация
- В) эмпатия
- Г) рефлексия

21. Объективность межгруппового конфликта означает:

- А) люди могут оценивать конфликт объективно
- Б) в любом конфликте есть объект конфликта
- В) любой конфликт имеет собственную логику возникновения и развития
- Г) люди сознательно контролируют межгрупповые конфликты

22. Способ социально-психологического воздействия (словесного или образного), предполагающий наличие у человека психологической готовности к принятию данного воздействия, вызывающий не критическое восприятие и (или) усвоение какой-либо информации - это:

- А) убеждение
- Б) заражение
- В) подражание
- Г) внушение

23. Не является способом коммуникативного влияния:

- А) убеждение
- Б) заражение
- В) идентификация
- Г) внушение

24. В какой из групп наиболее ярко проявляется такой вид конформизма как коллективистское самоопределение:

- А) референтная
- Б) диффузная
- В) высокоразвитая
- Г) коллектив

25. К способам принятия группового решения не относится:

- А) групповое интервью
- Б) «мозговой штурм»
- В) групповая дискуссия
- Г) огрупление мышления

Вариант 2.

1. Эффект межличностного восприятия, характеризующийся склонностью людей доверять информации, представленной им в научном, магическом или ритуальном контексте – это:

- А) эффект ореола
- Б) эффект установки
- В) эффект Барнума
- Г) эффект проекции

2. Тип взаимодействия, характеризующийся достижением индивидуальных или групповых целей и интересов в условиях противоборства между людьми – это:

- А) кооперация
- Б) конкуренция
- В) скрытое
- Г) пересекающееся

3. К механизмам социальной перцепции не относится:

- А) заражение
- Б) идентификация
- В) аттракция
- Г) атрибуция

4. Один из механизмов социальной перцепции, с помощью которого осуществляется познание личностью или группой других людей через сравнение или сопоставление внутренних состояний или положений партнера по общению со своими психическими или другими характеристиками или через осознанное или бессознательное уподобление себя другому человеку или его себе – это:

- А) атрибуция
- Б) идентификация
- В) эмпатия
- Г) рефлексия

5. Механизм познания другого человека, основанный на формировании устойчивого положительного отношения к нему – это:

- А) эмпатия
- Б) рефлексия
- В) аттракция
- Г) стереотипия

6. Социально-психологическое воздействие на поведение и процесс формирования мировоззрения других людей через неосознаваемое спонтанное включение личности в определенное эмоциональное состояние – это:

- А) убеждение
- Б) заражение
- В) подражание
- Г) мода

7. Способ социально-психологического воздействия (словесного или образного), предполагающий наличие у человека психологической готовности к принятию данного воздействия, вызывающий некритическое восприятие и (или) усвоение какой-либо информации – это:

- А) убеждение
- Б) заражение
- В) подражание
- Г) внушение

8. Эффект межгруппового восприятия, заключающийся в отрицательной оценке членов чужой группы и их результатов деятельности – это:

- А) эффект последовательности
- Б) эффект фаворитизма
- В) эффект дискриминации
- Г) эффект гомогенности аутогруппы

9. К коммуникативным барьерам непонимания других людей или групп не относится:

- А) логический барьер
- Б) фонетический барьер
- В) семантический барьер
- Г) недоверие к другим

10) Стиль межличностного общения, целью которого является подкрепление связи с собственной группой, своих установок и ценностей, повышение самооценки и самоуважения – это:





А) групповая дискуссия

Б) ролевая игра

В) мозговой штурм

Г) все ответы верны

## 6.2. Примерные вопросы и задания / задачи для промежуточной аттестации

*Семестр 8 – ОЗФО.*

Таблица 9 - Примерные теоретические вопросы и практические задания / задачи к экзамену

Разделы и темы	Примерные теоретические вопросы	Примерные практические задания / задачи
<b>Раздел 1. Общая характеристика методов активного обучения и теоретические ориентации тренинговых групп. Прогнозирование изменений, комплексное воздействие на уровень развития и функционирования познавательной и мотивационно-волевой сферы</b>		
Тема 1.1 . Психологический тренинг как метод активного обучения. Механизмы групповой динамики. Прогнозирование изменений, комплексное воздействие на уровень развития и функционирования познавательной и мотивационно-волевой сферы	Социально-психологический тренинг как метод активного обучения Основные задачи социально-психологического тренинга. Соотношение понятий «тренинг», «научение», «обучение», «развитие». Классификация тренинговых групп Понятие «групповая динамика». Цели и задачи группы. Групповые нормы. Необходимость самораскрытия как общее правило для большинства групп. Групповые роли. Проблемы лидерства и групп. Формальный и неформальный лидер. Групповая компетентность. Сплочённость как межличностная аттракция. Сплочённость как результат мотивации группового членства. Сплочённость как ценностно-ориентационное единство участников группы. Факторы, способствующие	- Сопоставить сплочённость как межличностную аттракцию и сплочённость как результат мотивации группового членства  - Доказать, что необходимость самораскрытия это общее правило для большинства групп.  - Обосновать прогнозирование изменений, комплексное воздействие на уровень развития и функционирования познавательной и мотивационно-волевой сферы

	<p>групповой сплочённости.</p> <p>Двухфакторная модель развития группы (Б.Талкмен).</p> <p>Эмоциональная динамика группообразования.</p> <p>Нормативно-ролевая система.</p> <p>Прогнозирование изменений, комплексное воздействие на уровень развития и функционирования познавательной и мотивационно-волевой сферы</p>	
<p>Тема 1.2.</p> <p>Психодинамическое направление в групповой форме работы.</p>	<p>Аналитическая групповая психотерапия.</p> <p>Структура и процесс в аналитической группе.</p> <p>Специфика диагностического и терапевтического общения с группой.</p> <p>Установки восприятия и техники воздействия.</p> <p>Специфика образа действий психотерапевта при использовании психоаналитической интерактивной групповой психотерапии.</p> <p>Патогенетическая концепция неврозов.</p> <p>Методики патогенетической психотерапии.</p>	<p>- Провести сравнительный анализ диагностического и терапевтического общения с группой</p> <p>- Охарактеризовать установки восприятия и техники воздействия по описанию</p>
<p><b>Раздел 2. Тренинг личностного роста. Реализация психологических методик и технологий, ориентированных на личностный рост, охрану здоровья индивидов и групп</b></p>		
<p>Тема 2.1.</p> <p>Формирование адекватного уровня притязаний и повышение самооценки.</p> <p>Реализация психологических методик и технологий, ориентированных на</p>	<p>Принципы тренинга: мотивирующая сила, образность, баланс комфорта и дискомфорта, направленность на применение результатов в учебной деятельности.</p> <p>Формирование в тренинге адекватного уровня притязаний и повышение самооценки.</p> <p>Методические основы тренинга на формирование адекватного</p>	<p>– Написать сценарий проведения тренинга на формирование адекватного уровня притязаний</p> <p>– Написать сценарий проведения тренинга на повышение самооценки.</p> <p>- Обосновать реализацию психологических методик и технологий, ориентированных</p>

личностный рост	уровня притязаний и повышение самооценки. Реализация психологических методик и технологий, ориентированных на личностный рост	на личностный рост
Тема 2.2. Формирование мотивации достижения успеха. Программы, направленные на психологическое сопровождение в социальной сфере	Методические основы мотивационного тренинга Программы, направленные на психологическое сопровождение в социальной сфере	- Написать сценарий проведения мотивационного тренинга - Написать сценарий проведения тренинга на повышение мотивации достижения - Разработать программу, направленную на предупреждение нарушений и отклонений в социальном и личностном статусе, психическом развитии сотрудников, военнослужащих и иных лиц, рисков асоциального поведения, профессиональных рисков, профессиональной деформации

Составитель: Дворцова Е.В., канд .психол. наук, доцент