

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

**федеральное государственное автономное  
образовательное учреждение высшего образования\_  
«Национальный исследовательский Нижегородский государственный университет  
им. Н.И. Лобачевского»**

Факультет социальных наук

---

УТВЕРЖДЕНО

решением президиума Ученого совета ННГУ

протокол № 1 от 16.01.2024 г.

**Рабочая программа дисциплины**

Поведенческий и рефлексивный тренинг

---

Уровень высшего образования

Магистратура

---

Направление подготовки / специальность

37.04.01 - Психология

---

Направленность образовательной программы

Организационная психология

---

Форма обучения

очная

---

г. Нижний Новгород

2024 год начала подготовки

## 1. Место дисциплины в структуре ОПОП

Дисциплина Б1.В.ДВ.01.02 Поведенческий и рефлексивный тренинг относится к части, формируемой участниками образовательных отношений образовательной программы.

## 2. Планируемые результаты обучения по дисциплине, соотнесенные с планируемыми результатами освоения образовательной программы (компетенциями и индикаторами достижения компетенций)

Формируемые компетенции (код, содержание компетенции)	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю), в соответствии с индикатором достижения компетенции		Наименование оценочного средства	
	Индикатор достижения компетенции (код, содержание индикатора)	Результаты обучения по дисциплине	Для текущего контроля успеваемости	Для промежуточной аттестации
ПК-9.2: Способен осуществлять организационно-управленческое взаимодействие с целью выполнения задач психологического обеспечения профессиональной деятельности	ИПК-9.2.1: Знает основные концепции и методы психологического обеспечения профессиональной деятельности, принципы и правила её организации. ИПК-9.2.2: Умеет осуществлять организационно-управленческое взаимодействие с целью выполнения задач психологического обеспечения профессиональной деятельности. ИПК-9.2.3: Владеет методами психологического обеспечения профессиональной деятельности.	ИПК-9.2.1: Знание основных концепций и методы психологического обеспечения профессиональной деятельности, принципы и правила её организации.  ИПК-9.2.2: Умение составлять план тренинга, подбирать методы в соответствии с задачами тренинга сформировать умения проводить анализ эффективности тренингов  ИПК-9.2.3: Владение навыками проведения психологического психологических тренингов	Задания	Зачёт: Задания
ДПК-9.3: Способен выполнять психологическую работу по развитию персонала, осуществлять консультирование по вопросам профессионализации, эффективного организационного и социального	ИДПК-9.3.1: Знает теоретические основы, принципы и методы обучения и развития персонала, психологического консультирования работников. ИДПК-9.3.2: Умеет создавать и адаптировать программы обучения и развития персонала, психологические тренинги и	ИДПК-9.3.1: Знание специфики организации психологического сопровождения сотрудников разных организаций  ИДПК-9.3.2: Умение создавать методические разработки программ обучения и развития персонала Умение применять на	Задания	Зачёт: Эссе

взаимодействия, проводить тренинги по формированию профессионально важных качеств	просветительские мероприятия, разрабатывать психологические рекомендации по формированию профессионально важных качеств у работников. ИДПК-9.3.3: Владеет методами и средствами обучения и развития персонала.	практике методы и приёмы обучения и развития персонала, развития профессионально важных качеств  ИДПК-9.3.3: Владение навыками совершенствования программ обучения и развития персонала по итогам апробации		
---	---	---	--	--

### 3. Структура и содержание дисциплины

#### 3.1 Трудоемкость дисциплины

	очная
<b>Общая трудоемкость, з.е.</b>	<b>2</b>
<b>Часов по учебному плану</b>	<b>72</b>
в том числе	
<b>аудиторные занятия (контактная работа):</b>	
- занятия лекционного типа	<b>16</b>
- занятия семинарского типа (практические занятия / лабораторные работы)	<b>32</b>
- КСР	<b>1</b>
<b>самостоятельная работа</b>	<b>23</b>
<b>Промежуточная аттестация</b>	<b>0</b> <b>Зачёт</b>

#### 3.2. Содержание дисциплины

(структурированное по темам (разделам) с указанием отведенного на них количества академических часов и виды учебных занятий)

Наименование разделов и тем дисциплины	Всего (часы)	в том числе			
		Контактная работа (работа во взаимодействии с преподавателем), часы из них			Самостоятельная работа обучающегося, часы
		Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа (практические занятия/лабораторные работы), часы	Всего	
	о ф о	о ф о	о ф о	о ф о	о ф о
Тема 1 Методические аспекты психологического тренинга	18	4	8	12	6
Тема 2 Практика проведения поведенческого тренинга	16	4	8	12	4
Тема 3 Рефлексивные уровни на тренинге и их содержание	17	4	0	4	13
Тема 4 Проектирование тренингов: основные этапы и действия тренера	20	4	16	20	0

Аттестация	0				
КСР	1			1	
Итого	72	16	32	49	23

### Содержание разделов и тем дисциплины

#### Тема 1. Методические аспекты психологического тренинга

Сущность психологического тренинга. Разнообразие психологических тренингов. Классификация психологических тренингов по целям. Цели и задачи тренингов. Пространственная и временная организация тренинговой работы. Разнообразие и критерии выбора тренинговых упражнений.

Управление мотивацией участников тренинга. Техники мотивации участников. Управление групповой динамикой. Невербальная коммуникация и ее использование.

#### Тема 2. Практика проведения поведенческого тренинга

Особенности проведения поведенческого тренинга. Метод поведенческого тренинга. Теоретические основы поведенческих тренингов. Приемы и упражнения, используемые в групповых поведенческих тренингах. Направления работы в поведенческих тренингах.

#### Тема 3. Рефлексивные уровни на тренинге и их содержание

Рефлексивные технологии обучения. Рефлепрактика. Рефлексивная диагностика. Рефлексивное построение. Рефлексивное отношение. Рефлексивные техники, методы и приемы. Организация рефлексивного осмысления. Технологический цикл рефлексии: этапы и действия тренера. Задачи и действия тренера по организации рефлексии. Уровни проработки навыков и представлений участников и содержание рефлексии на тренинге.

#### Тема 4. Проектирование тренингов: основные этапы и действия тренера

Определение цели и задач тренинга. Определение структуры и содержания тренинга. Разработка детального дизайна тренинга. Подготовка раздаточных материалов. Прописывание инструкций к заданиям. Подготовка мини-лекций. Организационная подготовка тренинга.

### 4. Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы обучающихся

Самостоятельная работа обучающихся включает в себя подготовку к контрольным вопросам и заданиям для текущего контроля и промежуточной аттестации по итогам освоения дисциплины приведенным в п. 5.

Нет

### 5. Фонд оценочных средств для текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации по дисциплине (модулю)

#### 5.1 Типовые задания, необходимые для оценки результатов обучения при проведении текущего контроля успеваемости с указанием критериев их оценивания:

##### 5.1.1 Типовые задания (оценочное средство - Задания) для оценки сформированности компетенции ПК-9.2:

Запишите первое, что приходит вам в голову, любые ассоциации на слово «разумный». А теперь запишите первое, что приходит вам в голову, любые ассоциации на слово «эмоциональный».

Вспомните что вам говорили учителя, родители, другие значимые люди, что вы читали в литературе, видели в кино про эмоции? Насколько эти утверждения соответствуют истине? Довольны ли вы тем, как они влияют на ваше поведение и эмоциональное состояние? Хотели ли бы вы изменить какие-то из них?

### 5.1.2 Типовые задания (оценочное средство - Задания) для оценки сформированности компетенции ДПК-9.3:

Задумайтесь и вспомните ситуации, в которых вы хотели бы повлиять на эмоциональное состояние другого человека (других людей).

1. Сформулируйте результат влияния, которого вы хотели бы достичь
2. Запишите, какие действия вы хотите предпринять.

Прочитайте результат, который вы сформулировали в начале. Помогут ли вам планируемые вами действия достичь того же результата (возможно, вы упускаете еще какие-то возможные варианты действий)?

Ответьте на вопросы:

- Какие возможные последствия этих могут быть для вас?
- Для другого человека?
- Для вашей референтной группы?
- Учили ли долгосрочный последствия?

### Критерии оценивания (оценочное средство - Задания)

Оценка	Критерии оценивания
зачтено	Уровень знаний в объеме, соответствующем программе подготовки, без ошибок. Продemonстрированы все основные умения, решены все основные задачи с отдельными несущественными недочетами, выполнены все задания в полном объеме. Продemonстрированы навыки при решении нестандартных задач без ошибок и недочетов.
не зачтено	Отсутствие знаний теоретического материала. Невозможность оценить полноту знаний вследствие отказа обучающегося от ответа Отсутствие минимальных умений. Невозможность оценить наличие умений вследствие отказа обучающегося от ответа Отсутствие владения материалом. Невозможность оценить наличие навыков вследствие отказа обучающегося от ответа

### 5.2. Описание шкал оценивания результатов обучения по дисциплине при промежуточной аттестации

#### Шкала оценивания сформированности компетенций

Уровень сформированности компетенций (индикатора достижения компетенций)	плохо	неудовлетворительно	удовлетворительно	хорошо	очень хорошо	отлично	превосходно
	не зачтено		зачтено				
<u>Знания</u>	Отсутствие знаний	Уровень знаний ниже	Минимально	Уровень знаний в	Уровень знаний в	Уровень знаний в	Уровень знаний в

	теоретического материала. Невозможность оценить полноту знаний вследствие отказа обучающегося от ответа	минимальных требований. Имели место грубые ошибки	допустимый уровень знаний. Допущено много негрубых ошибок	объеме, соответствующем программе подготовки. Допущено несколько негрубых ошибок	объеме, соответствующем программе подготовки. Допущено несколько несущественных ошибок	объеме, соответствующем программе подготовки. Ошибок нет.	объеме, превышающем программу подготовки.
<u>Умения</u>	Отсутствие минимальных умений. Невозможность оценить наличие умений вследствие отказа обучающегося от ответа	При решении стандартных задач не продемонстрированы основные умения. Имели место грубые ошибки	Продemonстрированы основные умения. Решены типовые задачи с негрубыми ошибками. Выполнены все задания, но не в полном объеме	Продemonстрированы все основные умения. Решены все основные задачи с негрубыми ошибками. Выполнены все задания в полном объеме, но некоторые с недочетами	Продemonстрированы все основные умения. Решены все основные задачи. Выполнены все задания в полном объеме, но некоторые с недочетами.	Продemonстрированы все основные умения. Решены все основные задачи с отдельными несущественными недочетами, выполнены все задания в полном объеме	Продemonстрированы все основные умения. Решены все основные задачи. Выполнены все задания, в полном объеме без недочетов
<u>Навыки</u>	Отсутствие базовых навыков. Невозможность оценить наличие навыков вследствие отказа обучающегося от ответа	При решении стандартных задач не продемонстрированы базовые навыки. Имели место грубые ошибки	Имеется минимальный набор навыков для решения стандартных задач с некоторыми недочетами	Продemonстрированы базовые навыки при решении стандартных задач с некоторыми недочетами	Продemonстрированы базовые навыки при решении стандартных задач без ошибок и недочетов	Продemonстрированы навыки при решении нестандартных задач без ошибок и недочетов	Продemonстрирован творческий подход к решению нестандартных задач

### Шкала оценивания при промежуточной аттестации

Оценка		Уровень подготовки
зачтено	<b>превосходно</b>	Все компетенции (части компетенций), на формирование которых направлена дисциплина, сформированы на уровне не ниже «превосходно», продемонстрированы знания, умения, владения по соответствующим компетенциям на уровне выше предусмотренного программой
	<b>отлично</b>	Все компетенции (части компетенций), на формирование которых направлена дисциплина, сформированы на уровне не ниже «отлично».
	<b>очень хорошо</b>	Все компетенции (части компетенций), на формирование которых направлена дисциплина, сформированы на уровне не ниже «очень хорошо»
	<b>хорошо</b>	Все компетенции (части компетенций), на формирование которых направлена дисциплина, сформированы на уровне не ниже «хорошо».
	<b>удовлетворительно</b>	Все компетенции (части компетенций), на формирование которых направлена дисциплина, сформированы на уровне не ниже «удовлетворительно», при этом хотя бы одна компетенция сформирована на уровне «удовлетворительно»

<b>не зачтено</b>	<b>неудовлетворительно</b>	Хотя бы одна компетенция сформирована на уровне «неудовлетворительно».
	<b>плохо</b>	Хотя бы одна компетенция сформирована на уровне «плохо»

### 5.3 Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки результатов обучения на промежуточной аттестации с указанием критериев их оценивания:

#### 5.3.1 Типовые задания (оценочное средство - Задания) для оценки сформированности компетенции ПК-9.2

Составьте «Дневник эмоций». Зафиксируйте факты и какие сильные эмоции вам запомнились за день, в какие моменты они возникли. Запишите также, какие ощущения возникали в теле во время переживания этих эмоций, какие мысли посещали в этот момент.

Записывайте свои наблюдения в свободной форме или в таблице:

Факт (ситуация)	Мысли	Физические ощущения	Эмоции

#### Критерии оценивания (оценочное средство - Задания)

Оценка	Критерии оценивания
зачтено	Задание выполнено без ошибок, отражены основные тезисы. Уровень знаний в объеме, соответствующем программе подготовки, без ошибок. Продемонстрированы все основные умения, решены все основные задачи с отдельными несущественными недочетами, выполнены все задания в полном объеме. Продемонстрированы навыки при решении нестандартных задач без ошибок и недочетов.
не зачтено	Отсутствие знаний теоретического материала. Невозможность оценить полноту знаний вследствие отказа обучающегося от ответа Отсутствие минимальных умений. Невозможность оценить наличие умений вследствие отказа обучающегося от ответа Отсутствие владения материалом. Невозможность оценить наличие навыков вследствие отказа обучающегося от ответа

#### 5.3.2 Типовые задания (оценочное средство - Эссе) для оценки сформированности компетенции ДПК-9.3

1. Эмоциональный интеллект
2. Мотивационные тренинги

3. Эмпирическая модель обучения Дэвида Колба и ее применение в практике тренинга
4. Тренинг как технология интерактивного обучения
5. Ценностные основания и профессиональная позиция тренера
6. Роли тренера и содержание его деятельности
7. Основные процессы тренинга и управление ими
8. Управление мотивацией участников тренинга
9. Управление групповой динамикой
10. Организация рефлексивного осмысления на тренинге
11. Технологический цикл рефлексии: этапы и действия тренера

#### **Критерии оценивания (оценочное средство - Эссе)**

Оценка	Критерии оценивания
зачтено	Задание выполнено без ошибок, отражены основные тезисы. Уровень знаний в объеме, соответствующем программе подготовки, без ошибок. Продемонстрированы все основные умения, решены все основные задачи с отдельными несущественными недочетами, выполнены все задания в полном объеме. Продемонстрированы навыки при решении нестандартных задач без ошибок и недочетов.
не зачтено	Отсутствие знаний теоретического материала. Невозможность оценить полноту знаний вследствие отказа обучающегося от ответа Отсутствие минимальных умений. Невозможность оценить наличие умений вследствие отказа обучающегося от ответа Отсутствие владения материалом. Невозможность оценить наличие навыков вследствие отказа обучающегося от ответа

#### **6. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины (модуля)**

Основная литература:

1. Анопоченко Татьяна Юрьевна. Менеджмент: кейсы, тренинги, деловые игры. Практикум : Учебное пособие / Южный федеральный университет. - 4. - Москва : Издательско-торговая корпорация "Дашков и К", 2019. - 282 с. - ВО - Бакалавриат. - ISBN 978-5-394-03361-2., <https://e-lib.unn.ru/MegaPro/UserEntry?Action=FindDocs&ids=769933&idb=0>.
2. Шакирова И. Тренинги для персонала: корпоративные стандарты обучения и оценки. - СПб. : Речь, 2008. - 144 с. - (Психологический тренинг). - ISBN 5-9268-0699-2 : 120.00., 3 экз.
3. Почебут Людмила Георгиевна. Организационная социальная психология : Учебное пособие для



вузов / Почебут Л. Г., Чикер В. А. - 2-е изд. - Москва : Юрайт, 2021. - 246 с. - (Высшее образование). - ISBN 978-5-534-07752-0. - Текст : электронный // ЭБС "Юрайт"., <https://e-lib.unn.ru/MegaPro/UserEntry?Action=FindDocs&ids=767924&idb=0>.

4. Леонова Анна Борисовна. Организационная психология : Учебник / Московский государственный университет им. М.В. Ломоносова, факультет психологии. - Москва : ООО "Научно-издательский центр ИНФРА-М", 2016. - 429 с. - ВО - Бакалавриат. - ISBN 978-5-16-006052-1. - ISBN 978-5-16-101731-9., <https://e-lib.unn.ru/MegaPro/UserEntry?Action=FindDocs&ids=604414&idb=0>.

5. Бобченко Т. Г. Психологические тренинги: основы тренинговой работы : учебное пособие / Т. Г. Бобченко. - 2-е изд. ; испр. и доп. - Москва : Юрайт, 2023. - 132 с. - (Высшее образование). - ISBN 978-5-534-12444-6. - Текст : электронный // ЭБС "Юрайт"., <https://e-lib.unn.ru/MegaPro/UserEntry?Action=FindDocs&ids=847714&idb=0>.

6. Бобченко Татьяна Григорьевна. Психологические тренинги: основы тренинговой работы : Учебное пособие для вузов / Бобченко Т. Г. - 2-е изд. - Москва : Юрайт, 2020. - 132 с. - (Высшее образование). - ISBN 978-5-534-12444-6 : 259.00. - Текст : электронный // ЭБС "Юрайт"., <https://e-lib.unn.ru/MegaPro/UserEntry?Action=FindDocs&ids=581561&idb=0>.

7. Менеджмент: кейсы, тренинги, деловые игры / Анопоченко Т.Ю., Григан А.М., Лысоченко А.А. - Москва : Дашков и К, 2018., <https://e-lib.unn.ru/MegaPro/UserEntry?Action=FindDocs&ids=657165&idb=0>.

#### Дополнительная литература:

1. Свенцицкий А. Л. Организационная психология : учебник для вузов / А. Л. Свенцицкий. - Москва : Юрайт, 2022. - 504 с. - (Бакалавр. Академический курс). - URL: <https://urait.ru/bcode/508109> (дата обращения: 14.08.2022). - ISBN 978-5-9916-3232-4 : 1529.00. - Текст : электронный // ЭБС "Юрайт"., <https://e-lib.unn.ru/MegaPro/UserEntry?Action=FindDocs&ids=819470&idb=0>.

2. Чернов А. В. Рефлексия и психические состояния : учебное пособие / Чернов А. В. - Казань : КФУ, 2019. - 106 с. - Библиогр.: доступна в карточке книги, на сайте ЭБС Лань. - Книга из коллекции КФУ - Языкознание и литературоведение. - ISBN 978-5-00130-119-6., <https://e-lib.unn.ru/MegaPro/UserEntry?Action=FindDocs&ids=709778&idb=0>.

3. Балашов Анатолий Павлович. Теория организации и организационное поведение : Учебное пособие / Новосибирский государственный аграрный университет. - 1. - Москва : Вузовский учебник, 2021. - 299 с. - ВО - Магистратура. - ISBN 978-5-9558-0343-2. - ISBN 978-5-16-100357-2. - ISBN 978-5-16-009275-1., <https://e-lib.unn.ru/MegaPro/UserEntry?Action=FindDocs&ids=833702&idb=0>.

4. Голубкова О. А. Организационное поведение : учебник и практикум / О. А. Голубкова, С. В. Сатикова. - 2-е изд. ; испр. и доп. - Москва : Юрайт, 2023. - 178 с. - (Высшее образование). - ISBN 978-5-534-09014-7. - Текст : электронный // ЭБС "Юрайт"., <https://e-lib.unn.ru/MegaPro/UserEntry?Action=FindDocs&ids=848470&idb=0>.

#### Программное обеспечение и Интернет-ресурсы (в соответствии с содержанием дисциплины):

1. <http://psyjournals.ru/> - Портал психологических изданий. Издатель: Московский государственный психолого-педагогический университет.
2. <http://www.psystudy.com/> - Официальный сайт мультидисциплинарного научного

психологического интернет-журнала "Психологические исследования".

3. <http://www.psy-gazeta.ru/> - «Психологическая газета» – профессиональное периодическое интернет-издание для психологов.
4. <http://www.voppsy.ru/frame25.htm> - «Вопросы психологии». Полнотекстовая электронная библиотека журнала за 20 лет (1980–1999)
5. <https://cyberleninka.ru/> - Научная открытая электронная библиотека
6. <http://diss.rsl.ru/> - Электронная библиотека диссертаций РГБ. Текстовые доступы к авторефератам и диссертациям.
7. <http://elibrary.ru/> - научная электронная библиотека
8. <http://www.imaton.ru/> Институт практической психологии «Иматон»
9. <http://ipras.ru/> Институт психологии Российской Академии Наук

## **7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля)**

Учебные аудитории для проведения учебных занятий, предусмотренных образовательной программой, оснащены мультимедийным оборудованием (проектор, экран), техническими средствами обучения, компьютерами, специализированным оборудованием: проектор

Помещения для самостоятельной работы обучающихся оснащены компьютерной техникой с возможностью подключения к сети "Интернет" и обеспечены доступом в электронную информационно-образовательную среду.

Программа составлена в соответствии с требованиями ОС ННГУ по направлению подготовки/специальности 37.04.01 - Психология.

Автор(ы): Плотникова Екатерина Сергеевна, кандидат социологических наук.

Программа одобрена на заседании методической комиссии от 15.12.2023, протокол № 7.