

**«РОССИЙСКАЯ АКАДЕМИЯ НАРОДНОГО ХОЗЯЙСТВА
И ГОСУДАРСТВЕННОЙ СЛУЖБЫ
ПРИ ПРЕЗИДЕНТЕ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ»**

Алтайский филиал

(наименование кафедры)

Утверждена
ученым советом РАНХиГС
(в составе ОП ВО)
Протокол № _____
от «__» _____ 201__ г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ
Б1.В.ОД.2. Тренинг профессиональной адаптации**

по направлению подготовки (специальности)

37.03.01 «Психология»

Профиль: «Психология управления»

квалификация

БАКАЛАВР

ОЧНАЯ, ЗАОЧНАЯ

формы обучения

Барнаул, 2016г.

Автор(ы)–составитель(и):

доцент, к.психол.н., доцент

кафедры психологии

и социологии управления

(подпись)

Гурова О.С.

РАССМОТРЕНА И РЕКОМЕНДОВАНА для использования в учебном процессе кафедрой психологии и социологии управления

Протокол от « ____ » _____ 201 ____ г. № _____

Заведующий кафедрой

психологии и социологии

управления

(подпись)

Короткова А.А.

СОДЕРЖАНИЕ

1. Цель и задачи дисциплины.....	4
2. Планируемые результаты обучения по дисциплине.....	4
3. Место дисциплины в структуре ОП ВО.....	5
4. Объем дисциплины.....	5
5. Содержание и структура дисциплины.....	6
6. Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы обучающихся по дисциплине.....	8
7. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины.....	8
8. Фонд оценочных средств промежуточной аттестации по дисциплине	11
9. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины	14
10. Материально-техническое и программное обеспечение дисциплины.....	15

1. Цель и задачи дисциплины

Целью освоения дисциплины является психологическое сопровождение профессионального становления студентов-психологов на первом этапе обучения.

Исходя из цели, учебная дисциплина предполагает решение следующих **задач**:

- установление психологического контакта между студентами и между преподавателем и студентами;
- помощь в преодолении разнообразных психологических барьеров, возникающих в процессе взаимодействия;
- формирование у студентов позиции сотрудничества во внутригрупповом взаимодействии;
- повышение компетентности в общении.

2. Планируемые результаты обучения по дисциплине

Таблица 1.

Планируемые результаты обучения по дисциплине

Код компетенции	Содержание компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине
ОК-6	способность работать в коллективе, толерантно воспринимая социальные, этнические, конфессиональные и культурные различия.	Знать: З1 - основные принципы и правила тренинговой работы, правила подачи обратной связи, специфику профессиональной деятельности ведущего тренингов
		Уметь: У1 - соблюдать правила группового взаимодействия, давать и получать обратную связь, оценивать собственное участие в групповой динамике.
		Владеть: В1 - навыками подачи конструктивной обратной связи, восприятия критики, эффективной самопрезентации, саморегуляции в процессе группового взаимодействия.
ОК-7	способность к самоорганизации и самообразованию	Знать: З1 - понятия обратной связи, эмпатии, формы тренинговой работы, эффективные способы общения, особенности протекания внутригрупповых процессов
		Уметь: У1 - выделять профессионально важные качества психолога-ведущего тренингов, планировать собственную деятельность, ставя перед собой конкретные цели; выделять собственные стиль и средства эффективной коммуникации; анализировать собственные эмоции и чувства в процессе тренинговой работы и наблюдать за их изменениями.
		Владеть: В1 - навыками самопрезентации, целеполагания, планирования деятельности, эффективного общения в группе; анализа собственных точек роста как участника группы.

3. Место дисциплины в структуре ОП ВО

Дисциплина Б1.В.ОД.2. «Тренинг профессиональной адаптации» относится к вариативной части учебного плана по направлению подготовки «Психология» (уровень бакалавриата).

Содержательно-логические связи	
Наименование дисциплин, практик, научно-исследовательской работы	
на которые опирается содержание данной дисциплины, практики, НИР	для которых содержание данной дисциплины (модуля), практики, НИР выступает опорой
Б1.В.ОД.3"Тренинг личностного развития"	Б1.Б.21"Методологические основы психологии", Б1.Б.46"Психология стресса", Б1.Б.48"Физическая культура", Б1.Б.24"Социальная психология", Б1.Б.25"Этнопсихология", Б1.В.ОД.3"Тренинг личностного развития", Б1.В.ОД.4"Профессиональная этика", Б1.В.ОД.7"Социально-психологический тренинг", Б1.В.ОД.12"Психология социального познания"

4. Объем дисциплины

Таблица 2.

Объем дисциплины

Вид учебных занятий и самостоятельная работа	Объем дисциплины, час.				
	Всего	Курс ³			
		1	2	3	4
<i>Очная форма обучения</i>					
Контактная работа обучающихся с преподавателем, в том числе:	50	50			
лекционного типа (Л)					
лабораторные работы (практикумы) (ЛР)					
практического (семинарского) типа (ПЗ)	50	50			
контролируемая самостоятельная работа обучающихся (КСР)					
Самостоятельная работа обучающихся (СР)	58	58			
Промежуточная аттестация	форма	3	3		
	час.				
Общая трудоемкость (час. / з.е.)	108/3	108			
<i>Заочная форма обучения</i>					
Контактная работа обучающихся с преподавателем, в том числе:	12	12			
лекционного типа (Л)					
лабораторные работы (практикумы) (ЛР)					
практического (семинарского) типа (ПЗ)	12	12			
контролируемая самостоятельная работа обучающихся (КСР)					
Самостоятельная работа обучающихся (СР)	92	92			
Промежуточная аттестация	форма	3	3		
	час.	4	4		
Общая трудоемкость (час. / з.е.)	108/3	108			

5. Содержание и структура дисциплины

Таблица 3.

Содержание дисциплины

№ п/п	Наименование тем (разделов)	Содержание тем (разделов)	Коды компетенций	Коды ЗУН (в соответствии с табл. 1)
Модуль 1.	Знакомство.	Представление ведущего и объяснение специфика проведения данного курса. Организация тренингового пространства. Создание безопасной тренинговой среды и благоприятного психологического климата с помощью знакомства членов группы и введения правил работы в тренинговой группе (конфиденциальность, искренность, активность, «здесь и теперь», безоценочность и др.). Понятие обратной связи. Критика и конструктивная обратная связь. Правила восприятия обратной связи. Правила подачи обратной связи. Роль конструктивной обратной связи в тренинговой работе. Способы взаимодействия и личностные особенности ведущего тренинговой группы. Контролирующий и свободный стили ведения тренинговой группы: недостатки и преимущества. Цель тренинга и общегрупповая цель: общее и различное. Процесс формулировки и выработки общегрупповой цели в тренинговой группе.	ОК-6 ОК-7	3-ОК-6.1 У-ОК-6.1 В-ОК-6.1 3-ОК-7.1 У-ОК-7.1 В-ОК-7.1
Модуль 2.	Межличностное общение.	Специфика вербального общения в тренинговой группе. Виды средств невербальной коммуникации в тренинговой группе. Эффективное общение. Понятие конгруэнтности. Коммуникативные барьеры. Понятие самопрезентации. Способы эффективной самопрезентации в разных жизненных ситуациях. Трудности выступления перед аудиторией.	ОК-6 ОК-7	3-ОК-6.1 У-ОК-6.1 В-ОК-6.1 3-ОК-7.1 У-ОК-7.1 В-ОК-7.1
Модуль 3.	Внутригрупповые процессы.	Групповая роль участника тренинга. Смена ролей. Осознание каждым участником своих групповых ролей. Процесс снятия социальных масок. Групповые ожидания и их влияние на каждого члена группы. Роль лидера в тренинговой группе. Конкуренция лидера и ведущего тренинга. Борьба за лидерство в тренинговой группе.	ОК-6 ОК-7	3-ОК-6.1 У-ОК-6.1 В-ОК-6.1 3-ОК-7.1 У-ОК-7.1 В-ОК-7.1

		Осознание участниками собственных лидерских способностей и умений. Понятие сплоченности группы. Этапы формирования сплоченной учебной и тренинговой группы. Процесс принятия общегрупповых решений в процессе групповой деятельности. Роль лидера в принятии групповых решений.		
Модуль 4.	Развитие рефлексивности.	Ощущения, чувства, мысли членов тренинговой группы. Процесс осознания собственных чувств в различных ситуациях взаимодействия в группе. Самонаблюдение. Самоанализ. Оценка личностных изменений в процессе выполнения упражнений, в частности, и тренинга в целом. Анализ групповых изменений. Целеполагание. Оценка результатов тренинговой работы каждого участника и группы в целом относительно ранее поставленных целей и задач.	ОК-6 ОК-7	3-ОК-6.1 У-ОК-6.1 В-ОК-6.1 3-ОК-7.1 У-ОК-7.1 В-ОК-7.1

Таблица 4.

Структура дисциплины

№ п/п	Наименование тем (разделов)	Объем дисциплины, час.				СР	Форма текущего контроля успеваемости ⁴ , промежуточной аттестации	
		Всего	Контактная работа обучающихся с преподавателем по видам учебных занятий					
			Л	ЛР	ПЗ			КСР
Очная форма обучения								
Модуль 1	Знакомство.	20			8		12	Э, Д
Модуль 2	Межличностное общение.	26			20		6	Э, Д
Модуль 3	Внутригрупповые процессы.	26			14		12	Э, Д
Модуль 4	Развитие рефлексивности.	36			8		28	Э, Д
Промежуточная аттестация								
Всего:		108			50		58	
Заочная форма обучения								
Модуль 1	Знакомство.	30			2		28	Э, Д
Модуль 2	Межличностное общение.	20			4		16	Э, Д
Модуль 3	Внутригрупповые процессы.	24			4		20	Э, Д
Модуль 4	Развитие рефлексивности.	30			2		28	Э, Д
Промежуточная аттестация		4					4	
Всего:		108			12		108	

Примечание: 4 – формы текущего контроля успеваемости: опрос (О), тестирование (Т), контрольная работа (КР), коллоквиум (К), эссе (Э), реферат (Р), диспут (Д) и др.

6. Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы обучающихся по дисциплине

Примерные темы эссе (Э):

1. Моя роль в учебной группе.
2. Образ моей учебной группы.
3. Трансформация моего отношения к членам учебной группы в процессе психологического тренинга.
4. Соотношение личностных ожиданий и результатов психологического тренинга.
5. Особенности взаимоотношения членов группы с ведущим психологического тренинга.
6. Особенности выдвижения лидера в моей учебной группе.
7. Почему я не лидер в учебной группе?

Темы дискуссий (Д):

1. Правила и санкции в групповой тренинговой работе.
2. Мои цели и средства в психологическом тренинге.
3. Групповая цель.
4. Польза и вред обратной связи.
5. Правила подачи и восприятия обратной связи.
6. Коммуникативные барьеры.
7. Роль невербального общения.
8. Способы принятия групповых решений.
9. Командные роли.
10. Специфика лидера.
11. Особенности аутсайдеров.
12. Сплоченность группы.
13. Конфликты в тренинговой работе.
14. Трудности достижения групповой цели.

7. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины

7.1 Методические указания по организации самостоятельной работы обучающихся

Самостоятельная работа студентов по курсу «Тренинг профессиональной адаптации» складывается из следующих видов работ: знакомство с учебной литературой по проблематике психологического тренинга, написание эссе по заданным темам.

При изучении курса студенты должны уметь пользоваться учебной и научной литературой для самостоятельной подготовки к занятиям. Студенты также должны научиться, используя различные научные источники, грамотно сформировать свое мнение относительно основных тем, рассматриваемых в процессе проведения тренинга.

Для написания эссе необходимо внимательно относиться к собственным переживаниям, мыслям, установкам, психологическим состояниям и т.д., а также читать литературу, предложенную как в основном, так и в дополнительном списке литературы. При написании эссе главным критерием оценки будет являться умение осознать и проанализировать собственный внутренний мир и его предъявление внешнему окружающему миру. На помощь при написании эссе может прийти дневник наблюдений, который студент вел в процессе всех практических занятий. Таким образом, эссе по курсу

«Тренинг профессиональной адаптации» будет являться итогом рефлексивного процесса, наглядным отображением умения студента осознавать и анализировать собственное психологическое состояние.

Эссе должно быть выполнено самостоятельно, включать в себя титульный лист (в соответствии с принятыми правилами), основную часть, раскрывающую содержание темы – в соответствии с новыми, утвержденными правилами оформления. Объем работы может варьироваться от 2 и более стр., включая титульный лист. Работа должна быть представлена в форме компьютерного текста – в программе WORD, шрифт Time New Roman, 14 кегль, через полтора интервала. Весь текст работы должен быть аутентичным, авторским.

7.2 Методы и формы организации самостоятельной работы обучающихся

Эссе (Э)

Эссе обучающегося - это самостоятельная письменная работа на тему, предложенную преподавателем (тема может быть предложена и студентом, но обязательно должна быть согласована с преподавателем). Цель эссе состоит в развитии навыков самостоятельного творческого мышления и письменного изложения собственных мыслей.

Писать эссе чрезвычайно полезно, поскольку это позволяет обучающемуся научиться четко и грамотно формулировать мысли, структурировать информацию, использовать основные категории анализа, выделять причинно-следственные связи, иллюстрировать понятия соответствующими примерами, аргументировать свои выводы; овладеть научным стилем речи. Эссе должно содержать: четкое изложение сути поставленной проблемы, включать самостоятельно проведенный анализ этой проблемы с использованием концепций и аналитического инструментария, рассматриваемого в рамках дисциплины, выводы, обобщающие авторскую позицию по поставленной проблеме.

Критерии оценки эссе могут трансформироваться в зависимости от их конкретной формы, при этом общие требования к качеству эссе могут оцениваться по следующим критериям:

Критерий	Требования
Знание и понимание теоретического материала.	<ul style="list-style-type: none"> - определяет рассматриваемые понятия четко и полно, приводя соответствующие примеры; - используемые понятия строго соответствуют теме; - самостоятельность выполнения работы.
Анализ и оценка информации	<ul style="list-style-type: none"> - грамотно применяет категории анализа; - умело использует приемы сравнения и обобщения для анализа взаимосвязи понятий и явлений; - способен объяснить альтернативные взгляды на рассматриваемую проблему и прийти к сбалансированному заключению; - диапазон используемого информационного

	<p>пространства (студент использует большое количество различных источников информации);</p> <ul style="list-style-type: none"> - обоснованно интерпретирует текстовую информацию с помощью графиков и диаграмм; - дает личную оценку проблеме;
<p>Построение суждений</p>	<ul style="list-style-type: none"> - ясность и четкость изложения; - логика структурирования доказательств - выдвинутые тезисы сопровождаются грамотной аргументацией; - приводятся различные точки зрения и их личная оценка; - общая форма изложения полученных результатов и их интерпретации соответствует жанру проблемной научной статьи.
<p>Оформление работы</p>	<ul style="list-style-type: none"> - работа отвечает основным требованиям к оформлению и использованию цитат; - соблюдение лексических, фразеологических, грамматических и стилистических норм русского литературного языка; - оформление текста с полным соблюдением правил русской орфографии и пунктуации; - соответствие формальным требованиям.

Оценивание эссе

Эссе оцениваются преподавателем дисциплины по двухбалльной шкале (зачтено/незачтено) и хранятся на кафедре до промежуточного контроля по дисциплине.

Дискуссия (Д)

Дискуссия имеет ряд достоинств. Кроме других задач, обычно реализуемых на практическом (семинарском) занятии, эта форма наиболее удобна для выработки у студентов навыка аргументированного спора.

Дискуссия может быть и самостоятельной формой занятия и элементом других форм практических занятий. В первом случае наиболее интересно проходят такие занятия при разделении обучающихся на две и более групп с противоположными точками зрения по исследуемому вопросу. Вопросы, выносимые на подобные занятия, должны всегда иметь теоретическую и практическую значимость. Дискуссия как элемент обычного занятия может быть вызван преподавателем в ходе занятия или же заранее планируется им. Полемика возникает подчас и стихийно. В ходе полемики обучающиеся формируют у себя находчивость, быстроту мыслительной реакции.

Критерии оценки работы обучающегося во время дискуссии

При оценке ответов на вопросы для дискуссии учитывается в первую очередь уровень теоретической подготовки студента (владение категориальным аппаратом, знание нормативно-правовых основ темы и юридической практики), умение применять имеющиеся знания на практике (пояснить то или иное положение на примере), а также умение высказывать свое мнение, отстаивать свою позицию, слушать и оценивать

различные точки зрения, конструктивно полемизировать, находить точки соприкосновения разных позиций.

Оценивание работы обучающегося во время дискуссии

Работа обучающегося может быть оценена по 5-ти бальной шкале преподавателем, исходя из критериев оценки работы.

7.3 Методические рекомендации по подготовке к практическим занятиям

Для полноценного успешного освоения материала студентам рекомендуется:

1. *Обязательное посещение всех занятий*, поскольку они будут проходить в форме тренинга. После второго занятия тренинговая группа считается закрытой и студенты, не посещавшие занятия будут готовиться к сдаче зачета самостоятельно по предложенным вопросам.
2. *При подготовке к практическим занятиям следует* знакомиться с предложенной литературой, а также осуществлять наблюдение за своими психическими состояниями, способом взаимодействия в разных социальных ситуациях.
3. *Активное участие в различных формах* проведения практических занятий а именно: в экспериментировании, проигрывании игровых ситуаций с последующим их анализом, тренинговых упражнениях, в самонаблюдении.
4. *Условиями допуска к итоговой аттестации* по дисциплине являются обязательное посещение практических занятий, или самостоятельная подготовка по вопросам к зачету, а также написание эссе.

8. Фонд оценочных средств промежуточной аттестации по дисциплине

Таблица 5.

Показатели, критерии и оценивание компетенций по этапам их формирования

Наименование темы (раздела)	Код компетенции	Код ЗУН	Показатели оценивания	Критерии оценивания	Оценка (баллы)
Модуль 1. Ознакомление.	ОК-6	З-ОК-6.1	повышенный уровень освоения компетенции	обучающийся демонстрирует уверенные навыки владения материалом темы. Не испытывает затруднений при видоизменении задания.	отлично
		У-ОК-6.1			
	ОК-7	З-ОК-7.1	базовый уровень освоения компетенции	обучающийся демонстрирует достаточные навыки владения материалом темы, но испытывает затруднения при видоизменении задания.	хорошо
		У-ОК-7.1			

		В-ОК-7.1	начальный уровень освоения компетенции	обучающийся допускает неточности, неправильные формулировки, нарушения логической последовательности при ответе на поставленный вопрос, не может четко сформулировать мысль.	удовлетворительно
			несформированная компетенция	Отсутствуют знания базовых категорий, в ответе допускаются неточности, не аргументирован ответ. Отсутствуют навыки решения практических задач, ситуаций.	неудовлетворительно
Модуль 2. Межличностное общение.	ОК-6	З-ОК-6.1	повышенный уровень освоения компетенции	обучающийся демонстрирует уверенные навыки владения материалом темы. Не испытывает затруднений при видоизменении задания.	отлично
		У-ОК-6.1			
		В-ОК-6.1			
	ОК-7	З-ОК-7.1	базовый уровень освоения компетенции	обучающийся демонстрирует достаточные навыки владения материалом темы, но испытывает затруднения при видоизменении задания.	хорошо
		У-ОК-7.1			
			начальный уровень освоения компетенции	обучающийся допускает неточности, неправильные формулировки, нарушения логической последовательности при ответе на поставленный вопрос, не может четко сформулировать мысль.	удовлетворительно
			несформированная компетенция	Отсутствуют знания базовых категорий, в ответе допускаются неточности, не аргументирован ответ. Отсутствуют навыки решения практических задач, ситуаций.	Неудовлетворительно
Модуль 3. Внутригрупповые процессы	ОК-6	З-ОК-6.1	повышенный уровень освоения компетенции	обучающийся демонстрирует уверенные навыки владения материалом темы. Не испытывает затруднений при видоизменении	отлично
		У-ОК-6.1			

	ОК-7	В-ОК-6.1		задания.				
		3-ОК-7.1	базовый уровень освоения компетенции	обучающийся демонстрирует достаточные навыки владения материалом темы, но испытывает затруднения при видоизменении задания.	хорошо			
		У-ОК-7.1						
		В-ОК-7.1	начальный уровень освоения компетенции	обучающийся допускает неточности, неправильные формулировки, нарушения логической последовательности при ответе на поставленный вопрос, не может четко сформулировать мысль.	удовлетворительно			
			несформированная компетенция	Отсутствуют знания базовых категорий, в ответе допускаются неточности, не аргументирован ответ. Отсутствуют навыки решения практических задач, ситуаций.	Неудовлетворительно			
Модуль 4. Развитие рефлексивности.	ОК-6	3-ОК-6.1	повышенный уровень освоения компетенции	обучающийся демонстрирует уверенные навыки владения материалом темы. Не испытывает затруднений при видоизменении задания.	отлично			
		У-ОК-6.1						
		В-ОК-6.1						
	ОК-7	3-ОК-7.1	базовый уровень освоения компетенции	обучающийся демонстрирует достаточные навыки владения материалом темы, но испытывает затруднения при видоизменении задания.	хорошо			
		У-ОК-7.1						
		В-ОК-7.1						
						начальный уровень освоения компетенции	обучающийся допускает неточности, неправильные формулировки, нарушения логической последовательности при ответе на поставленный вопрос, не может четко сформулировать мысль.	удовлетворительно
						несформированная компетенция	Отсутствуют знания базовых категорий, в ответе допускаются неточности, не аргументирован ответ. Отсутствуют навыки	Неудовлетворительно

				решения практических задач, ситуаций.	
--	--	--	--	---------------------------------------	--

Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации

Примерный перечень вопросов для подготовки к зачету:

1. Основные правила работы в тренинговой группе.
2. Понятие обратной связи.
3. Правила подачи и восприятия обратной связи.
4. Профессионально важные качества ведущего психологического тренинга.
5. Цели психологического тренинга.
6. Вербальные средства общения.
7. Невербальные средства общения.
8. Активное слушание: понятие, особенности.
9. Специфика выступления перед аудиторией.
10. Способы принятия общегрупповых решений.
11. Лидер группы: понятие, лидерские качества.
12. Понятие конфликта. Способы его разрешения.
13. Принципы командообразования.
14. Понятие эмпатии.
15. Понятие рефлексии.

Материалы по процедуре оценивания

Промежуточная аттестация студентов по дисциплине «Тренинг профессиональной адаптации» проводится в соответствии с Уставом Академии, Положением о промежуточной аттестации студентов по программам ВПО. Промежуточная аттестация по дисциплине «Тренинг профессиональной адаптации» проводится в соответствии с Учебным планом в 1 семестре в форме зачета. Студенты допускаются к зачету по дисциплине в случае выполнения ими учебного плана по дисциплине: выполнения всех заданий и мероприятий, предусмотренных программой дисциплины (по формам текущего контроля). В случае наличия учебной задолженности студент отрабатывает пропущенные занятия на консультациях. Оценка знаний студента на зачете носит комплексный характер, является балльной и определяется его:

-ответом на зачете;

-учебными достижениями в семестровый период.

Знания, умения, навыки студента на экзамене оцениваются оценками: «зачтено» и «не зачтено». Основой для определения оценки служит уровень усвоения студентами материала, предусмотренного рабочей программой дисциплины.

9. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

9.1. Основная литература.

9.2. Дополнительная литература.

9.3. Нормативные правовые документы.

9.4. Интернет-ресурсы, справочные системы.

Интернет-ресурсы:

- <http://alt.ranepa.ru/> официальный сайт Алтайского филиала РАНХиГС

Электронные библиотечные системы:

- <http://www.iprbookshop.ru/> Электронно-библиотечная система IPRbooks

<http://www.biblioclub.ru> – университетская библиотека on-line.

<http://e.lanbook.com> – электронно-библиотечная система издательства «Лань».

10. Материально-техническое и программное обеспечение дисциплины

Программное обеспечение, используемое в рамках дисциплины:

ПК с установленной ОС Windows (версия XP-10) стандартный пакет программ Microsoft: Word, Excel, PowerPoint (версия 93- 2010).

Для осуществления образовательного процесса по дисциплине необходима аудитория для лекционных и практических занятий (см. Приложение 07 к ОП ВО).