

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ  
ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Забайкальский государственный университет»  
(ФГБОУ ВО «ЗабГУ»)

Психолого-педагогический факультет  
Кафедра Теоретической и прикладной психологии

УТВЕРЖДАЮ:

Декан факультета

Психолого-педагогический  
факультет

Клименко Татьяна  
Константиновна

« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20 \_\_\_\_  
г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

Б1.В.08 Тренинг развития профессионально-важных качеств  
на 72 часа(ов), 2 зачетных(ые) единиц(ы)  
для направления подготовки (специальности) 37.03.01 - Психология

составлена в соответствии с ФГОС ВО, утвержденным приказом  
Министерства образования и науки Российской Федерации от  
« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20 \_\_\_\_ г. № \_\_\_\_

Профиль – Психология (для набора 2024)  
Форма обучения: Очно-заочная

# 1. Организационно-методический раздел

## 1.1 Цели и задачи дисциплины (модуля)

Цель изучения дисциплины:

формирование компетенций в области тренинговых технологий, направленных на развитие профессионально-важных качеств личности

Задачи изучения дисциплины:

1. Ознакомление с тренинговой формой работы как одним из методов развития профессионально-важных качеств личности; 2. Отработать приемы и техники развития профессионально-важных качеств специалиста психологического профиля. 3. Отработать навыки развития и самосовершенствования профессионально-важных качеств студентов. 4. Сформировать основные научные понятия, рассматриваемые в русле данного курса.

## 1.2. Место дисциплины (модуля) в структуре ОП

Дисциплина «Тренинг развития профессионально-важных качеств» относится к блоку Б1.В.08

## 1.3. Объем дисциплины (модуля) с указанием трудоемкости всех видов учебной работы

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 2 зачетных(ые) единиц(ы), 72 часов.

Виды занятий	Семестр 3	Всего часов
Общая трудоемкость		72
Аудиторные занятия, в т.ч.	34	34
Лекционные (ЛК)	0	0
Практические (семинарские) (ПЗ, СЗ)	0	0
Лабораторные (ЛР)	34	34
Самостоятельная работа студентов (СРС)	38	38
Форма промежуточной аттестации в семестре	Зачет	0
Курсовая работа (курсовой проект) (КР, КП)		

**2. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы**

Планируемые результаты освоения образовательной программы		Планируемые результаты обучения по дисциплине
Код и наименование компетенции	Индикаторы достижения компетенции, формируемые в рамках дисциплины	Дескрипторы: знания, умения, навыки и (или) опыт деятельности
ОПК-7	ОПК-7.1. Представляет различные модели и методы супервизии для контроля и совершенствования профессиональной деятельности психолога	<p>Знать: содержание профессиональной компетентности психолога, содержание процесса супервизии, назначение супервизии в профессиональной деятельности психолога</p> <p>Уметь: подбирать и анализировать различные модели и методы супервизии для контроля и совершенствования профессиональной деятельности психолога</p> <p>Владеть: навыками реализации различных моделей и методов супервизии для контроля и совершенствования профессиональной деятельности</p>
ОПК-7	ОПК-7.2. Составляет и реализует программы супервизии для контроля и совершенствования профессиональной деятельности психолога;	<p>Знать: различные программы супервизии для контроля и совершенствования профессиональной деятельности психолога</p> <p>Уметь: повышать свой уровень профессиональной компетентности, особенности супервизии, процесс супервизии, участвовать в супервизии</p> <p>Владеть: навыками реализации и оценки эффективности различных программ супервизии</p>
ОПК-7	ОПК-7.3. Анализирует результативность программы супервизии	Знать: критерии анализа результативности программ супервизии

		<p>Уметь: составлять заключение по критериям оценки эффективности реализованных программ супервизии</p> <p>Владеть: техниками и инструментами реализации супервизии, оценки результативности программ супервизии, инструментами повышения собственной компетентности в профессиональной деятельности</p>
ПК-4	<p>ПК-4.1. знает современные теории, направления и практики коррекционно-развивающей работы; современные техники и приемы коррекционно-развивающей работы и психологической помощи; способы и методы оценки эффективности и совершенствования коррекционно-развивающей работы;</p>	<p>Знать: знает теоретические основы составления психологических развивающих, обучающих, коррекционных программ, направленных на решение проблем развития, самопознания, социализации и адаптации</p>
ПК-4	<p>ПК-4.2. Умеет: организовать коррекционный, развивающий, обучающий процесс, направленных на решение типовых проблем</p>	<p>Знать: многообразие развивающих, обучающих, коррекционных программ, направленных на решение проблем развития, самопознания, социализации и адаптации</p> <p>Уметь: организовывать и реализовывать психологические программы, направленных на решение проблем развития, самопознания, социализации и адаптации</p> <p>Владеть: навыками организации развивающих, обучающих, коррекционных программ, направленных на</p>

		решение проблем развития, самопознания, социализации и адаптации
ПК-4	ПК-4.3. Может принимать участие в реализации развивающих, обучающих, коррекционных программ, направленных на решение проблем развития, самопознания, социализации и адаптации	<p>Знать: критерии оценки эффективности реализованных развивающих, обучающих, коррекционных программ, направленных на решение проблем развития, самопознания, социализации и адаптации</p> <p>Уметь: реализовывать разработанные развивающие, обучающие, коррекционные программы, направленных на решение проблем развития, самопознания, социализации и адаптации</p> <p>Владеть: навыками оценки эффективности разработанных и реализованных развивающих, обучающих, коррекционных программ, направленных на решение проблем развития, самопознания, социализации и адаптации</p>
ПК-5	ПК-5.1. Знает: Основные принципы подбора методов психологической реабилитации (абилитации), основные (в том числе инновационные) методы социально-психологической реабилитации (абилитации)	Знать: теоретические основы организации и реализации мероприятий психологической реабилитации (абилитации) в рамках реализации индивидуальных программ
ПК-5	ПК-5.2. Умеет: определять цели и задачи психологической реабилитации; организовать мероприятия психологической реабилитации (абилитации) в рамках реализации индивидуальных программ	<p>Знать: теоретические основы построения программ абилитации и реабилитации в рамках индивидуальной психологической помощи</p> <p>Уметь: составлять программы</p>

		<p>абилитации и реабилитации в рамках индивидуальной психологической помощи</p> <p>Владеть: навыками реализации индивидуальных программ абилитации и реабилитации</p>
ПК-5	<p>ПК-5.3. Владеет: методами психосоциального тренинга, ведения групп психологической поддержки и консультирования; методами коррекции эмоционально-волевых нарушений, поведенческих реакций и основы возрастной психологии, развития волевых качеств личности</p>	<p>Знать: теоретические основы ведения групп психологической поддержки и консультирования; методами коррекции эмоционально-волевых нарушений, поведенческих реакций и основы возрастной психологии, развития волевых качеств личности</p> <p>Уметь: подбирать методы коррекции эмоционально-волевых нарушений, поведенческих реакций и основы возрастной психологии, развития волевых качеств личности</p> <p>Владеть: навыками реализации и оценки реализованных программ психосоциального тренинга, навыками ведения групп психологической поддержки и консультирования; методами коррекции эмоционально-волевых нарушений, поведенческих реакций и основы возрастной психологии, развития волевых качеств личности</p>

### 3. Содержание дисциплины

#### 3.1. Разделы дисциплины и виды занятий

##### 3.1 Структура дисциплины для очно-заочной формы обучения

Модуль	Номер раздела	Наименование раздела	Темы раздела	Всего часов	Аудиторные занятия			С Р С

					Л К	П З (С З)	Л Р	
1	1.1	Введение в дисциплину «Тренинг развития профессионально-важных качеств».	Профессионально-важные качества психолога, роль и место в профессиональной деятельности. Профессиональное самосознание специалиста психологического профиля	22	0	0	10	12
2	2.1	Различные виды тренингов развития профессионально-важных качеств личности.	Методы развития профессионально-важных качеств. Тренинг развития профессионально-важных качеств психолога. Методы самосовершенствования	24	0	0	12	12
3	3.1	Профессиональные риски, пути их преодоления.	Профессиональные риски, пути их преодоления. Устойчивость. Упражнения на ее развитие. Профилактика эмоционального выгорания	26	0	0	12	14
Итого				72	0	0	34	38

### 3.2. Содержание разделов дисциплины

#### 3.2.1. Лекционные занятия, содержание и объем в часах

Модуль	Номер раздела	Тема	Содержание	Трудоемкость (в часах)

#### 3.2.2. Практические занятия, содержание и объем в часах

Модуль	Номер раздела	Тема	Содержание	Трудоемкость (в часах)

### 3.2.3. Лабораторные занятия, содержание и объем в часах

Модуль	Номер раздела	Тема	Содержание	Трудоемкость (в часах)
1	1.1	Введение в дисциплину «Тренинг развития профессионально-важных качеств».	Профессионально-важные качества психолога, роль и место в профессиональной деятельности. Профессиональное самосознание специалиста психологического профиля	12
2	2.1	Различные виды тренингов развития профессионально-важных качеств личности.	Методы развития профессионально-важных качеств. Тренинг развития профессионально-важных качеств психолога. Методы самосовершенствования	12
3	3.1	Профессиональные риски, пути их преодоления. Устойчивость.	Профессиональные риски, пути их преодоления. Устойчивость. Упражнения на ее развитие. Профилактика эмоционального выгорания	12

### 3.3. Содержание материалов, выносимых на самостоятельное изучение

Модуль	Номер раздела	Содержание материалов, выносимого на самостоятельное изучение	Виды самостоятельной деятельности	Трудоемкость (в часах)
1	1.1	Введение в дисциплину «Тренинг развития профессионально-важных качеств». Профессионально-важные качества психолога, роль и место в профессиональной деятельности. Профессиональное самосознание специалиста психологического	конспектирование литературы, составление презентаций	12



		профиля		
2	2.1	Различные виды тренингов развития профессионально-важных качеств личности. Методы развития профессионально-важных качеств. Тренинг развития профессионально-важных качеств психолога. Методы самосовершенствования	подбор упражнений, направленных на развитие профессионально-важных качеств психолога, составление программы	12
3	3.1	Профессиональные риски, пути их преодоления. устойчивость. Упражнения на ее развитие. Профилактика эмоционального выгорания	составление программы развития профессионально-важных качеств личности психолога, в том числе подбор упражнений на развитие эмоциональной устойчивости	14

#### **4. Фонд оценочных средств для проведения текущей и промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине**

Фонд оценочных средств текущего контроля и промежуточной аттестации по итогам освоения дисциплины представлен в приложении.

[Фонд оценочных средств](#)

#### **5. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины**

##### **5.1. Основная литература**

##### **5.1.1. Печатные издания**

1. Плотникова, М.Ю. Психологические условия становления профессионального самосознания студентов-психологов : учеб. пособие. - Чита : ЗабГУ, 2015. - 160 с.

2. Плотникова, М.Ю. Технология ведения тренинга [Текст] : учеб. пособие. - Чита : ЗабГУ, 2017. - 121 с.

3. Кузнецова, Оксана Викторовна. Введение в профессию: психолог : Учебник и практикум для вузов / Кузнецова О. В. ; под ред. Обуховой Л.Ф. - Москва : Юрайт, 2022. - 440 с.

##### **5.1.2. Издания из ЭБС**

1. Введение в профессию: психолог : Учебник и практикум для вузов / Панферов В. Н., Васильева С. В., Микляева А. В., Безгодова С. А. ; под ред. Панферова В. Н. - Москва : Юрайт, 2022. - 291 с. - (Высшее образование). - URL: <https://urait.ru/bcode/489764> (дата обращения: 07.02.2022). - ISBN 978-5-534-01444-0 : 929.00.

2. Болотова, Алла Константиновна. Настольная книга практикующего психолога : Практическое пособие / Болотова А. К. - 2-е изд. - Москва : Юрайт, 2022. - 341 с. - (Профессиональная практика). - URL: <https://urait.ru/bcode/490395> (дата обращения: 07.02.2022). - ISBN 978-5-534-08734-5 : 1059.00.

## **5.2. Дополнительная литература**

### **5.2.1. Печатные издания**

1. Плотникова, Маргарита Юрьевна. Юнгианская песочная терапия в профессиональной деятельности психолога : учеб. пособие. - Чита : ЗабГУ, 2016. - 118 с.

2. Фопель, К. Психологические группы: рабочие материалы для ведущего. - 4-е изд., стер. - Москва : Генезис, 2004. - 256 с

3. Вачков, Игорь Викторович. Основы технологии группового тренинга. Психотехники : учеб. пособие. - 2-е изд., перераб. и доп. - Москва : Ось-89, 2000. - 224с.

### **5.2.2. Издания из ЭБС**

1. Карандашев, Виктор Николаевич. Введение в профессию: психолог : Учебник и практикум для вузов / Карандашев В. Н. - 7-е изд. - Москва : Юрайт, 2022. - 476 с. - (Высшее образование). - URL: <https://urait.ru/bcode/489712> (дата обращения: 07.02.2022). - ISBN 978-5-534-12213-8 : 1429.00.

2. Карандашев, Виктор Николаевич. Введение в профессию: психолог : Учебник и практикум для вузов / Карандашев В. Н. - 7-е изд. - Москва : Юрайт, 2021. - 476 с. - (Высшее образование). - URL: <https://urait.ru/bcode/469534> (дата обращения: 10.08.2021). - ISBN 978-5-534-12213-8 : 1269.00.

## **5.3. Базы данных, информационно-справочные и поисковые системы**

Название	Ссылка
ЭБС "Юрайт"	<a href="https://urait.ru/">https://urait.ru/</a>
ЭБС "Лань"	<a href="https://e.lanbook.com/">https://e.lanbook.com/</a>
ЭБС "Консультант Студента"	<a href="https://www.studentlibrary.ru/">https://www.studentlibrary.ru/</a>

## **6. Перечень программного обеспечения**

Программное обеспечение общего назначения: ОС Microsoft Windows, Microsoft Office, ABBYY FineReader, ESET NOD32 Smart Security Business Edition, Foxit Reader, АИБС "МераПро".

Программное обеспечение специального назначения:

1) Google Chrome

2) АИБС "МегаПро"

## 7. Материально-техническое обеспечение дисциплины

Наименование помещений для проведения учебных занятий и для самостоятельной работы обучающихся	Оснащенность специальных помещений и помещений для самостоятельной работы
Учебные аудитории для проведения лабораторных занятий	Состав оборудования и технических средств обучения указан в паспорте аудитории, закреплённой расписанием по факультету
Учебные аудитории для проведения групповых и индивидуальных консультаций	Состав оборудования и технических средств обучения указан в паспорте аудитории, закреплённой расписанием по кафедре
Учебные аудитории для текущей аттестации	

## 8. Методические рекомендации по организации изучения дисциплины

При освоении дисциплины для продуктивной аудиторной работы студент должен:

- прежде всего, обращаться к рекомендуемой по дисциплине литературе,
- знакомиться с возможными источниками интернет-ресурсов по данной дисциплине,
- проявлять активность на лекциях, которая предполагает:

а) просмотр предыдущей лекции;

б) выполнение мини заданий на лекцию;

в) постановку вопросы во время лекции или по окончании ее, с целью уточнения отдельных положений излагаемого материала;

Рекомендации к организации самостоятельной работы студентов

Приёмы самостоятельной работы студентов

Для организации продуктивной самостоятельной работы целесообразно обращаться за рекомендациями, изложенными в методических пособиях по этому вопросу, имеющимся в научной библиотеке ЗабГУ.

1. Работа с учебником.

Для обеспечения максимально возможного усвоения материала и с учётом индивидуальных особенностей студентов, можно предложить им следующие приёмы обработки информации учебника:

- конспектирование;
- составление плана учебного текста;
- аннотирование;
- выделение проблемы и нахождение путей её решения;
- самостоятельная постановка проблемы и нахождение в тексте путей её решения;
- определение алгоритма практических действий (план, схема).

Подготовка доклада.

Доклад - это сообщение по заданной теме, с целью внести знания из дополнительной литературы, систематизировать материал, проиллюстрировать примерами, развить навыки самостоятельной работы с научной литературой, познавательный интерес к научному познанию.

Тема доклада должна быть согласована с преподавателем и соответствовать теме занятия. Необходимо соблюдать регламент, оговоренный при получении задания. Иллюстрации должны быть достаточными, но не чрезмерными.

Работа студента над докладом включает отработку навыков ораторства и умения организовать и проводить диспут. Студент в ходе работы по презентации доклада отрабатывает умение ориентироваться в материале и отвечать на дополнительные вопросы слушателей, отрабатывает умение самостоятельно обобщить материал и сделать выводы в заключении.

Студент обязан подготовить и выступить с докладом в строго отведенное время преподавателем, и в срок.

Подготовка мультимедиа-презентации.

Презентация – это устный доклад студента на определенную тематику, сопровождаемый мультимедийной компьютерной презентацией. Компьютерная презентация – мультимедийный инструмент, используемый в ходе докладов или сообщений для повышения выразительности выступления, более убедительной и наглядной иллюстрации описываемых фактов и явлений. Компьютерная презентация создается в программе Microsoft Power Point. Особое внимание при подготовке презентации необходимо уделить тому, что центром внимания во время презентации должен стать сам докладчик и его речь, а не надписи мелким шрифтом на слайдах. Если весь процесс работы над презентацией выстроить хронологически, то начинается он с четко разработанного плана, далее переходит на стадию отбора содержания и создания презентации, затем наступает заключительный, но самый важный этап – непосредственное публичное выступление.

Студенту, опираясь на план выступления необходимо определить около 10 главных идей, выводов по выбранной теме, которые следует донести до слушателей, и на их основании составить компьютерную презентацию.

Дополнительная информация, если таковая имеет место быть, должна быть размещена в раздаточном материале или просто озвучена, но не включена в компьютерную презентацию.

После подборки информации студенту следует систематизировать материал.

Элементами, дополняющими содержание презентации, являются:

1. Иллюстративный ряд. Иллюстрации типа «картинка», фотоиллюстрации, схемы, картины, графики, таблицы, диаграммы, видеоролики.
2. Звуковой ряд. Музыкальное или речевое сопровождение, звуковые эффекты.
3. Анимационный ряд.
4. Цветовая гамма. Общий тон и цветные заставки, иллюстрации, линии должны сочетаться между собой и не противоречить смыслу и настроению презентации.
5. Шрифтовой ряд. Выбирать шрифты желательно, не увлекаясь их затейливостью и разнообразием. Выбранные шрифты должны легко восприниматься на первый взгляд.
6. Специальные эффекты. Важно, чтобы в презентации они не отвлекали внимание на себя, а лишь усиливали главное.

Правила организации материала в презентации:

1. Главную информацию — в начало.
2. Тезис слайда — в заголовок.
3. Анимация — не развлечение, а метод передачи информации, с помощью которого можно привлечь и удержать внимание слушателей.

Компьютерная презентация должна состоять не более чем из 10-15 слайдов.

Время на выступление составляет 15 минут.

Разработчик/группа разработчиков:  
Маргарита Юрьевна Плотникова

**Типовая программа утверждена**

Согласована с выпускающей кафедрой  
Заведующий кафедрой

\_\_\_\_\_ «\_\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.