

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
САМАРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ЭКОНОМИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ

Центр корпоративного развития

УТВЕРЖДЕНО  
Директор Центра  
корпоративного развития

« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 201\_\_ г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**«Тренинг ассертивного поведения в управленческой практике»**

---

Наименование программы     Менеджмент организации    

Программу разработал: Иванова Ольга Николаевна

Самара 2018 г.

## Содержание

1. Цели и задачи дисциплины
2. Планируемые результаты обучения по дисциплине
3. Объем и виды учебной работы
4. Содержание дисциплины
5. Методические указания по освоению дисциплины
6. Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по Дисциплине
7. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины
8. Материально-техническое обеспечение дисциплины

## 1. Цели и задачи дисциплины

Цель изучения дисциплины «Тренинг ассертивного поведения в управленческой практике»: формирование у слушателей представлений об основных понятиях, специфике поведенческого подхода, как основы организации тренинга ассертивности и навыков практического использования методов тренинга ассертивности.

Основными задачами изучения дисциплины являются:

- изучение теорий, лежащих в основе поведенческого тренинга, и методов, возникших на их основе.
- знакомство с психологической моделью уверенного поведения.
- овладение основными технологиями тренинга ассертивности.
- формирование рефлексивной способности результатов собственных профессиональных действий.

## 2. Планируемые результаты обучения по дисциплине

Изучение дисциплины «Тренинг ассертивного поведения в управленческой практике» в образовательной программе направлено на формирование у обучающихся следующих компетенций:

### Профессиональные компетенции (ПК):

ПК-7: владение навыками поэтапного контроля реализации бизнес-планов и условий заключаемых соглашений, договоров и контрактов, умением координировать деятельность исполнителей с помощью методического инструментария реализации управленческих решений в области функционального менеджмента для достижения высокой согласованности при выполнении конкретных проектов и работ;

Вид деятельности: организационно-управленческая

ПК-7: владение	Знать	Уметь	Владеть
навыками поэтапного контроля реализации бизнес-планов и условий заключаемых соглашений, договоров и контрактов, умением координировать деятельность исполнителей с помощью методического	систему методов управления и методы контроля и координации в процессе реализации бизнес-планов	использовать методический инструментарий для реализации управленческих решений	навыками поэтапного контроля реализации бизнес-планов и условий заключаемых соглашений, договоров и контрактов
	этапы и методический инструментарий реализации управленческих решений	организовывать и планировать процесс реализации управленческих решений	технологией эффективного принятия управленческих решений в области функционального менеджмента

инструментария реализации управленческих решений в области функционального менеджмента для достижения высокой согласованности при выполнении конкретных проектов и работ;	управленческие подходы и решения в области функционального менеджмента	координировать деятельность исполнителей с помощью методического инструментария реализации управленческих решений	инструментами реализации управленческих решений при выполнении конкретных проектов и работ
---	--	---	--

Этап формирования компетенции – завершающий

В результате изучения дисциплины обучающийся должен:

**Знать:**

- технологии ассертивного поведения;
- способы организации совместной деятельности, методы их диагностики и коррекции;
- основные принципы работы ведущего в группе поведенческого тренинга;

**Уметь:**

- использовать методы организации совместной деятельности и межличностного взаимодействия, методы диагностики и коррекционно-развивающие способы воздействия на поведение;

**Владеть:**

- основными техниками тренинга ассертивности;
- способами анализа собственного поведения, эмоциональных проявлений;

### 3. Объем и виды учебной работы

Учебным планом предусматриваются следующие виды учебной работы по дисциплине:

Таблица 1

#### Объем и виды учебной работы

Виды учебной работы	Всего час.
Аудиторные занятия в том числе:	16
Лекции	4
Практические (ПЗ)	12
Общая трудоемкость: Часы	20
Виды промежуточной аттестации:	Экзамен

## 4.Содержание дисциплины

### 4.1. Темы дисциплины и виды занятий:

Тематический план дисциплины «Тренинг ассертивного поведения в управленческой практике» представлен в таблице 2.

Таблица 2

Темы дисциплины и виды занятий

№ п/п	Наименование темы дисциплины	Формируемые компетенции	Лек	ПЗ	СР	Конт роль	Всего
1.	Общее представление о психологическом тренинге.	ПК-7	1	3	1		5
2.	Поведенческая психотерапия, как основа тренинга ассертивности.	ПК-7	1	3	1		5
3.	Практика тренинга ассертивности	ПК-7	2	6	2		10
<b>Итого</b>		ПК-7	4	12	4		20

### 4.2.Содержание разделов и тем

#### Тема 1. Общее представление о психологическом тренинге.

Понятие психологического тренинга. Многообразие подходов к определению понятия «психологический тренинг». Критерии отличия тренинга от других видов деятельности практического психолога (психотерапии, психологической коррекции, а также от обучения). Специфические черты психологического тренинга. Критерии классификации тренинговых групп.

#### Тема 2. Поведенческая психотерапия, как основа тренинга ассертивности.

Методы, основанные на классическом обуславливании: систематическая десенсибилизация и ее виды (десенсибилизация *in vivo*, групповая десенсибилизация, записанная на кассете процедура, контактная десенсибилизация, эмотивное воображение, фединг, иммерсия), положительное и отрицательное подкрепление, методика контроля стимула, аверсивные техники, процедуры релаксации.

#### Тема 3. Практика тренинга ассертивности

Понятие ассертивности. Манипулирование и уверенное поведение. Умение отказать, выразить просьбу об одолжении, как реагировать на критику – справедливую и несправедливую. Построение взаимоотношений с опорой на положительные качества партнера.

## **5. Методические указания по освоению дисциплины**

### **5.1. Учебно-методическое обеспечение дисциплины**

#### Методические указания для преподавателя

Изучение дисциплины проводится в форме лекций, практических занятий, организации самостоятельной работы слушателей, консультаций. Главное назначение лекции - обеспечить теоретическую основу обучения, развить интерес к учебной деятельности и конкретной учебной дисциплине, сформировать у слушателей ориентиры для самостоятельной работы над курсом.

Основной целью практических занятий является обсуждение наиболее сложных теоретических вопросов курса, их методологическая и методическая проработка. Они проводятся в форме опроса, диспута, тестирования, обсуждения докладов и пр.

Самостоятельная работа с научной и учебной литературой, изданной на бумажных носителях, дополняется работой с тестирующими системами, с информационными базами данных сети Интернет.

Методы проведения аудиторных занятий:

- лекции, реализуемые через изложение учебного материала под запись с сопровождением наглядных пособий в виде слайдов;

- практические занятия, во время которых слушатели выступают с докладами по заранее предложенным темам и дискуссионно обсуждают их между собой и преподавателем; решаются практические задачи (в которых разбираются и анализируются конкретные ситуации) с выработкой умения формулировать выводы, выявлять тенденции и причины изменения социальных явлений; проводятся устные и письменные опросы (в виде тестовых заданий) и контрольные работы (по вопросам лекций и практических занятий), проводятся деловые игры.

Лекции есть разновидность учебного занятия, направленная на рассмотрение теоретических вопросов излагаемой дисциплины в логически выдержанной форме. Основными целями лекции являются системное освещение ключевых понятий и положений по соответствующей теме, обзор и оценка существующей проблематики, ее методологических и социокультурных оснований, возможных вариантов решения, дача методических рекомендаций для дальнейшего изучения курса, в том числе литературы и источников. Лекционная подача материала, вместе с тем, не предполагает исключительную активность преподавателя. Лектор должен стимулировать слушателей к участию в обсуждении вопросов лекционного занятия, к высказыванию собственной точки зрения по обсуждаемой проблеме.

Практические занятия направлены на развитие самостоятельности слушателей в исследовании изучаемых вопросов и приобретение профессиональных умений и навыков. Практические занятия традиционно проводятся в форме обсуждения проблемных вопросов в группе при активном участии слушателей, они способствуют углубленному изучению наиболее фундаментальных и сложных проблем курса, служат важной формой анализа и синтеза исследуемого материала, а также подведения итогов самостоятельной работы слушателей, стимулируя развитие профессиональной компетентности, навыков и умений. На практических занятиях слушатели учатся работать с научной литературой, четко и доходчиво излагать проблемы и предлагать варианты их решения, аргументировать свою позицию, оценивать и критиковать позиции других, свободно публично высказывать свои мысли и суждения, грамотно вести полемику и представлять результаты собственных исследований.

При проведении практических занятий преподаватель должен ориентировать слушателей при подготовке использовать в первую очередь специальную научную литературу (монографии, статьи из научных журналов).

Результаты работы на практических занятиях должны учитываться преподавателем при выставлении итоговой оценки по данной дисциплине. На усмотрение преподавателя слушатели, активно отвечающие на занятиях, и выполняющие рекомендации преподавателя при подготовке к ним, могут получить повышающий балл к своей экзаменационной оценке.

### **Методические указания для слушателей**

Для успешного освоения дисциплины слушатели должны посещать лекционные занятия, готовиться и активно участвовать в практических занятиях. Изучение дисциплины целесообразно начать со знакомства с программой курса, чтобы четко представить себе объем и основные проблемы курса. Прочитав соответствующий раздел программы, и установив круг тем, подлежащих изучению, можно переходить к работе с конспектами лекций и учебником. Конспект лекций должен содержать краткое изложение основных вопросов курса. В лекциях преподаватель, как правило, выделяет выводы, содержащиеся в новейших исследованиях, разногласия ученых, обосновывает наиболее убедительную точку зрения. Необходимо записывать методические советы преподавателя, названия рекомендуемых им изданий. Не нужно стремиться к дословной записи лекций. Для того чтобы выделить главное в лекции и правильно ее законспектировать, полезно заранее просмотреть уже пройденный лекционный материал, для более полного и эффективного восприятия новой информации в контексте уже имеющихся знаний, приготовить вопросы лектору. Прочитав свой конспект лекций, следует обратиться к материалу учебника.

Обращение к ранее изученному материалу не только помогает восстановить в памяти известные положения, выводы, но и приводит разрозненные знания в систему, углубляет и расширяет их. Каждый возврат к старому материалу позволяет найти в нем что-то новое, переосмыслить его с иных позиций, определить для него наиболее подходящее место в уже имеющейся системе знаний. Неоднократное обращение к пройденному материалу является наиболее рациональной формой приобретения и закрепления знаний.

#### **Работа с литературой**

При изучении дисциплины слушатели должны серьезно подойти к исследованию учебной и дополнительной литературы. Данное требование особенно важно для подготовки к практическим занятиям.

Особое внимание слушателям следует обратить на соответствующие статьи из научных журналов. Данные периодические издания представлены в читальном зале СГЭУ. Для поиска научной литературы по дисциплине слушателям также следует использовать каталог Электронной научной библиотеки: [e-library.ru](http://e-library.ru).

### ***5.2. Методические рекомендации по практическим/или лабораторным занятиям***

Для решения практических и учебных задач в рамках дисциплины «Тренинг ассертивного поведения в управленческой практике» используются следующие формы проведения практических занятий:

1. Анализ практических ситуаций (мини-кейсов) по отдельным разделам курса:

Задание: Манипулятивная игра "Невидимый поводок"

Направлена на развитие ассертивности: уверенности в поведении и умения противостоять манипуляции.

Ведущий тренинга заводит беседу с участниками. В процессе беседы можно рассмотреть несколько типичных примеров манипуляции (примеры предлагает как сам ведущий, так и участники). Разговор подводится к тому, что обычно значительно легче убедить человека не делать чего-то, чем убедить его наоборот что-то сделать. Это связано с двумя обстоятельствами.

Во-первых, чтобы сделать какое-то более-менее сложное действие - человек внутри себя проводит некоторую работу, сознательную или бессознательную. Надо настроить себя на выполнение определенного алгоритма действий, надо проанализировать возможные последствия, надо выяснить наиболее оптимальный способ достижения цели. Все это надо проделать предварительно, перед выполнением действия. Разрушить эту конструкцию внешним манипулятивным воздействием легко. Построить - значительно тяжелее. Второе обстоятельство связано с тем, что человек, как и другие животные, значительно охотнее верит в плохое, нежели в хорошее. В поведенческом плане животному значительно выгоднее сразу и решительно поверить в плохое развитие событий (в то, например, что за ближайшей скалой прячется хищник), нежели в другой ситуации так же решительно поверить в хорошее развитие событий (например в то, что за той же скалой теперь прячется не хищник, а большой кусок еды). Одна ошибка первого сорта может стоить животному жизни. Ошибка второго сорта грозит лишь временным состоянием голода.

Манипулятор легко может запугать наивного человека и внушить ему какое-то действие, но только если это действие носит оборонительный, защитный характер. Значительно сложнее воодушевить того же самого человека на какие-то созидательные действия.

Пример 1. Манипулятор может, например, сравнительно легко запугать какого-то человека и добиться того, чтобы этот человек покинул город, в котором он живет. Манипулятор, искусно жонглируя фактами может "доказать", что какие-то нехорошие люди преследуют этого человека.

Пример 2. Если перед манипулятором стоит другая цель, добиться, например, чтобы его жертва не покинула город, а поступила учиться в какой-нибудь вуз или же сменила место работы, то это значительно более сложная задача. Скорее всего манипулятору придется приложить много сил, времени и иных ресурсов на эту манипуляцию. Жертва, рассматривая вариант с поступлением в вуз или сменой места работы, волей-неволей начнет критически рассматривать ситуацию: будет анализировать возможные последствия своего поступка, будет рассматривать разные способы движения к цели. В конце концов, жертве придется настраиваться на выполнение действия, а это у неё может не получиться. Манипулятор обычно просто не может контролировать все эти обстоятельства.

Манипуляцию можно охарактеризовать как "поводок", который связывает манипулятора с его жертвой. С помощью этого поводка можно ограничить свободу действий манипулируемого: одернуть его, не дать ему приблизиться к чему-то. Однако поводком сложно подтолкнуть к чему-то (хотя, конечно, можно потащить за собой).

Манипулятивная игра состоит в следующем. Ведущий выбирает одного участника. Здесь желательно остановить свой выбор на самом эмоционально устойчивом участнике тренинга.

Участнику дается инструкция: надо здесь и сейчас, находясь в тренинговом зале и имея под рукой только то, что есть в этом зале, придумать какое-нибудь просто действие.

Которое игрок может совершить, а может и не совершить - в зависимости от обстоятельств. Ведущий может подсказать, какого рода задачу можно поставить перед собой:

- простоять на одной ноге минуту,



- похлопать другого участника по плечу,
- лечь на пол и т.п.

Игрок должен придумать себе возможное действие и огласить его, то есть свои намерения:

- "Я собираюсь простоять одну минуту на ноге",
- "Я думаю, не похлопать ли Василия по плечу?",
- "Мне почему-то хочется лечь на пол и полежать немного".

Все другие участники, услышав об этом намерении, должны отговорить всеобщими усилиями игрока от этого "поступка". В ход можно пускать любые рассуждения, придерживаясь, конечно, правил приличия. Участники могут говорить вместе, могут высказываться по очереди - как сами организуются.

Желательно, чтобы "жертвой манипуляции" побывали все игроки по очереди. Задача ведущего - внимательно следить за состоянием "жертвы". Некоторые могут не выдержать психологического давления и начать эмоционально реагировать. В этом случае желательно прекратить давление под тем или иным предлогом.

В конце проводится обсуждение:

- 1) как можно расклассифицировать способы давления?
- 2) как чувствовали себя "жертвы"?
- 3) легко ли противостоять запугиванию и другим способам давления?

Обучающиеся делятся на группы, каждая из которых предлагает свои варианты по тем или иным аспектам задания. Допускается дополнение элементов предлагаемого задания на усмотрение обучающихся. Начало работы происходит в аудитории с обсуждением элементов задания и процесса его выполнения с группой. Допускается выполнение данного задания самостоятельно.

Результаты выполнения задания могут быть различны исходя из суждений обучающихся и заданных ими в процессе выполнения условий. Обсуждение полученных результатов происходит на практическом занятии под руководством преподавателя.

### ***5.3. Методические рекомендации по написанию курсовых работ/ курсовых проектов/ контрольных работ***

Написание курсовых работ (проектов) и контрольных работ по данной дисциплине не предусмотрено учебным планом.

### **6. Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине «Тренинг ассертивного поведения в управленческой практике»**

Перечень контролируемых мероприятий для проведения промежуточного контроля по дисциплине «Тренинг ассертивного поведения в управленческой практике» представлен в таблице 3.

Таблица 3

#### **Фонд оценочных средств по дисциплине «Тренинг ассертивного поведения в управленческой практике»**

Номер семестра	Промежуточная аттестация
----------------	--------------------------

	Курсовая работа	Курсовой проект	Контрольная работа (для заочной формы обучения)	Промежуточное тестирование	Зачет	Зачет с оценкой	Экзамен
1							+

**6.1. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы.**

Изучение дисциплины «Тренинг ассертивного поведения в управленческой практике» в образовательной программе направлено на формирование у обучающихся следующих компетенций:

**2. Планируемые результаты обучения по дисциплине**

Изучение дисциплины «Тренинг ассертивного поведения в управленческой практике» в образовательной программе направлено на формирование у обучающихся следующих компетенций:

**Профессиональные компетенции (ПК):**

ПК-7: владение навыками поэтапного контроля реализации бизнес-планов и условий заключаемых соглашений, договоров и контрактов, умением координировать деятельность исполнителей с помощью методического инструментария реализации управленческих решений в области функционального менеджмента для достижения высокой согласованности при выполнении конкретных проектов и работ;

Вид деятельности: организационно-управленческая

ПК-7: владение	Знать	Уметь	Владеть
навыками поэтапного контроля реализации бизнес-планов и условий заключаемых соглашений, договоров и контрактов, умением координировать деятельность исполнителей с помощью методического инструментария реализации управленческих решений в области функционального менеджмента для достижения высокой согласованности при	систему методов управления и методы контроля и координации в процессе реализации бизнес-планов	использовать методический инструментарий для реализации управленческих решений	навыками поэтапного контроля реализации бизнес-планов и условий заключаемых соглашений, договоров и контрактов
	этапы и методический инструментарий реализации управленческих решений	организовывать и планировать процесс реализации управленческих решений	технологией эффективного принятия управленческих решений в области функционального менеджмента
	управленческие подходы и решения в области функционального менеджмента	координировать деятельность исполнителей с помощью методического инструментария реализации управленческих	инструментами реализации управленческих решений при выполнении конкретных проектов и работ

выполнении конкретных проектов и работ;		решений	
---	--	---------	--

Этап формирования компетенции – завершающий.

Компетенции (код, наименование)	Уровни сформированности Компетенции	Основные признаки уровня (дескрипторные характеристики)
ПК-7: владение навыками поэтапного контроля реализации бизнес-планов и условий заключаемых соглашений, договоров и контрактов, умением координировать деятельность исполнителей с помощью методического инструментария реализации управленческих решений в области функционального менеджмента для достижения высокой согласованности при выполнении конкретных проектов и работ;	1. Пороговый	<b>Знать:</b> - систему методов управления и методы контроля и координации в процессе реализации бизнес-планов; - этапы и методический инструментарий реализации управленческих решений; - управленческие подходы и решения в области функционального менеджмента <b>Уметь:</b> - использовать методический инструментарий для реализации управленческих решений;
	2. Повышенный	<b>Уметь:</b> - организовывать и планировать процесс реализации управленческих решений; - координировать деятельность исполнителей с помощью методического инструментария реализации управленческих решений. <b>Владеть:</b> - навыками поэтапного контроля реализации бизнес-планов и условий заключаемых соглашений, договоров и контрактов; - технологией эффективного принятия управленческих решений в области функционального менеджмента; - инструментами реализации управленческих решений при выполнении конкретных проектов и работ.

### 6.3.1 Материалы для промежуточного тестирования

Тестирование по данной дисциплине не предусмотрено.

### 6.3.2 Тематика курсовых работ/курсовых проектов/контрольных работ

Написание курсовых работ (проектов) и контрольных работ по данной дисциплине не предусмотрено учебным планом

### 6.3.3 Примерные вопросы к экзамену

1. Принципы ассертивного поведения.
2. Компоненты уверенного поведения.
3. Суть и различия уверенного, агрессивного и неуверенного поведения.
4. Вербальные и невербальные признаки уверенного, неуверенного и агрессивного поведения.
5. Практическая работа, связанная с анализом собственного стиля поведения.
6. Отработка навыков распознавания агрессивного, уверенного и неуверенного поведения у себя и других людей.
7. Психологические установки, формирующие уверенность в себе.
8. Эмоции и стереотипы, препятствующие реализации уверенного поведения.
9. Анализ участниками собственных установок.
10. Методы саморегуляции, направленные на развитие уверенности.
11. Способы анализа и коррекции самооценки. Связь самооценки с конкретным стилем поведения.

Код контролируемых компетенций: ПК-7.

**6.4 Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций.**

#### Методические материалы по проведению экзамена

*Цель* – оценка качества усвоения учебного материала и сформированности компетенций в результате изучения дисциплины.

*Процедура* - проводится в форме собеседования с преподавателем во время экзамена. Слушатель получает экзаменационный билет и время на подготовку. Время 15-20 минут.

*Содержание* – представляет перечень примерных вопросов к экзамену.

### 7. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

#### 7.1. Рекомендуемая литература:

##### Основная литература:

1. Патрик Кинг. Ассертивность. Высказаться. Сказать «нет». Установить границы. Получить контроль / Кинг Патрик. – М. : Издательство «Библос», 2018. - ISBN: 978-5-905-64150-3

### **Дополнительная литература:**

1. Адизес, И. К. Развитие лидеров: Как понять свой стиль управления и эффективно общаться с носителями иных стилей [Текст] : науч. ред. С. Филонович. - 7-е изд. ; Пер. с англ. Т. Гутман. - М. : Альпина Паблишер, 2016. - 259 с. ; 70x100/16. - Библиогр.: с. 252 - 258. - ISBN 978-5-9614-5633-2

### **7.2. Ресурсы информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»**

1. <http://www.rhr.ru> - «Человеческие ресурсы России»
2. <http://www.hr-portal.ru/> - «HR-Portal»: Сообщество HR-Профессионалов
3. <http://www.smartcat.ru/Personnel> - «Управление персоналом: электронная библиотека учебной литературы»
4. <https://ibooks.ru> - Электронная библиотечная система «Айбукс»
5. <http://hbr-russia.ru/> - Журнал «Harvard Business Review»
6. <https://grebennikon.ru> - Электронная библиотека «Grebennikon»
7. <https://biblio-online.ru> - Электронная библиотечная система «Юрайт»
8. <https://elibrary.ru/defaultx.asp> - Электронная научная библиотечная система «Elibrary».

### **8. Материально-техническое обеспечение дисциплины**

- аудитория, оборудованная учебной мебелью, видеопроекторным оборудованием для презентаций и экраном;
- возможность пользования библиотекой и читальным залом, оснащенным компьютерной техникой для доступа к электронному каталогу библиотеки СГЭУ;
- компьютерные классы для всех видов дисциплинарной и междисциплинарной подготовки слушателей с доступом к базам данных Интернет.

Разработчик:

Иванова О.Н.