



МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Куйбышевский филиал федерального государственного бюджетного  
образовательного учреждения высшего образования «Новосибирский  
государственный педагогический университет»

**УТВЕРЖДАЮ**

Декан  
Факультет психолого-педагогического  
образования

Е.А. Завершинская

(подпись)

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**  
**Тренинг ассертивности**

Направление подготовки:  
**44.03.02 Психолого-педагогическое образование**

Направленность (профиль):  
**Психология образования**

Уровень высшего образования:  
**бакалавриат**

Форма обучения:  
**заочная**

**СОСТАВИТЕЛИ:**

Кандидат психологических наук, доцент, доцент кафедры психологии и педагогики В. Г. Петровская

**РЕКОМЕНДОВАНО К ИСПОЛЬЗОВАНИЮ В УЧЕБНОМ ПРОЦЕССЕ**

на заседании Ученого совета КФ ФГБОУ ВО "НГПУ" (протокол № 8 от 28.04.2026 г.)

# 1 ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

## 1.1 Цель освоения дисциплины:

освоение обучающимися знаний в области ассертивного поведения и практическое освоение техник ассертивного поведения.

## 1.2 Место дисциплины в структуре образовательной программы

Программа дисциплины разработана в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом высшего образования по направлению подготовки 44.03.02 Психолого-педагогическое образование, утвержденным приказом Минобрнауки России от 22.02.2018 г. №122, профессиональными стандартами: педагог-психолог (психолог в сфере образования), утвержденным приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 24.07.2015 г. №514н, специалист в области воспитания, утвержденным приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 10.01.2017 г. №10н.

Дисциплина является дисциплиной по выбору вариативной части, формируемой участниками образовательных отношений блока 1 «Дисциплины» учебного плана образовательной программы, изучается в 10 семестре. Трудоемкость дисциплины: 3 ЗЕ / 108 часа, в том числе 12 часов - контактная работа с преподавателем, 92 часа - самостоятельная работа (таблица 2).

## 1.3 Планируемые результаты обучения по дисциплине

Дисциплина направлена на формирование компетенции(-ий), представленных в таблице 1.

*Таблица 1*

**Планируемые результаты обучения по дисциплине**

Код и наименование компетенции	
Индикаторы достижения компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине
<b>ПК-1 Способен планировать, организовывать и участвовать в диагностических мероприятиях и консультации при осуществлении социально-психологической и социально-педагогической поддержки обучающихся, в том числе одаренных детей и детей с ОВЗ, в процессе социализации</b>	
ПК-1.1 Совместно с коллегами по образовательному учреждению проводит анализ жизненных ситуаций обучающихся, потенциально возможных создавать неблагоприятное развитие ребенка	Знать: - сущность понятий ассертивности и ассертивного поведения,
ПК-1.2 Выбирает и планирует отдельные мероприятия и программы социально-психологической и социально-педагогической поддержки обучающихся, в том числе одаренных детей и детей с ОВЗ, в процессе социализации	- роль тренера в организации работы тренинговой группы;  Уметь: - анализировать работу группы и отдельных ее участников;
ПК-1.3 Планирует и приводит объяснение технологии формирования социальной компетентности учащихся, в том числе одаренных детей и детей с ОВЗ, попавшим в трудную жизненную ситуацию	- соблюдать принципы профессиональной этики в организации процесса группового обучения.
ПК-1.4 Демонстрирует алгоритм осуществления одного из мероприятий по профилактике социальных девиаций у учащихся	Владеть:
ПК-1.5 Осуществляет планирование совместно с коллегами индивидуальных программ социально-педагогической поддержки и социально-психологического сопровождения учащихся, в том числе детей с ОВЗ, и демонстрирует технологии социально-педагогической поддержки детей с ОВЗ и их родителей	- терминологией изучаемой дисциплины; - методикой подготовки и проведения тренинга ассертивности; - навыками анализ собственной работы

ПК-1.6 Демонстрирует методы диагностики обучающихся группы риска и технологии консультационно-профилактической работы с ними и с семьями группы риска	работы.
ПК-1.7 Демонстрирует способы организации совместной деятельности с социальными институтами в целях позитивной социализации обучающихся в том числе детей с ОВЗ	

## 2 СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

### Десятый семестр

#### Тема 1. Содержательные характеристики ассертивного поведения

Понятие ассертивного (уверенного поведения). Основные составляющие уверенного (ассертивного) поведения. Ассертивность как спонтанность поведения. Ассертивность как настойчивость. Ассертивность как адекватность. Соотношение понятий ассертивное поведение, пассивное поведение, агрессивное поведение. Отличия ассертивного поведения и пассивного. Ассертивного и агрессивного. Когнитивные аспекты ассертивного поведения. Ассертивное поведение в коммуникативном педагогическом процессе.

#### Тема 2. Техники ассертивного поведения

Ассертивные права личности (по Мануэль Дж. Смит). Отказ как средство защиты прав личности. Основные техники отказа собеседнику. Прямолинейное «нет». Рефлексивное «нет». Обоснованное «Нет». Отсроченное «нет». Компромисное «нет». Дипломатичное «нет».

#### Тема 3. Ассертивные приемы противодействия манипуляции

Ролевая игра «Теремок». Упражнение «Толкалки». Основные манипулятивные стратегии. Критика как мощное средство манипуляции. Техника «Заигранная пластинка». Техника «Игра в туман». Техника «Негативное заявление». Техника «Негативные распросы».

#### Тема 4. Преодоление конфликтов посредством ассертивного поведения

Понятие межличностного конфликта. Особенности эмоциональной реакции при возникновении конфликта. Определение мотивации оппонента. Переговоры. Ассертивный спор. Ассертивная защита своих прав. Ассертивная просьба. Ассертивный отказ. Примиряющие жесты. Техника «Разумный компромисс».

### Содержание работ по дисциплине

Таблица 2

Содержание работы	Виды и формы работы, час					Всего, час	Код компетенции
	Контактная работа				Самостоятельная работа		
	Лекции	Лабораторные	Практические	Консультации			
<b>Десятый семестр</b>							
Тема 1. Содержательные характеристики ассертивного поведения	4				20	24	ПК-1
Тема 2. Техники ассертивного поведения					26	26	ПК-1
Тема 3. Ассертивные приемы противодействия манипуляции			8		26	34	ПК-1
Тема 4. Преодоление конфликтов посредством ассертивного поведения					20	20	ПК-1
Подготовка к зачету					4	4	ПК-1
Итого по дисциплине	4		8		96	108	

### **3 МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ**

Для успешного освоения дисциплины следует ознакомиться с содержанием разделов и тем по дисциплине (см. п. 2), следовать технологической карте при выполнении самостоятельной работы (табл. 3), использовать рекомендованные ресурсы (п. 4) и выполнять требования внутренних стандартов университета.

## 4. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

### 4.1 Основная учебная литература

1. **Алтунина И. Р.** Социальная психология : учебник для академического бакалавриата по гуманитар. направлениям и специальностям : рекомендовано УМО вузов РФ / И. Р. Алтунина ; под ред. Р. С. Немова ; Моск. психолого-соц. ун-т. - 2-е изд. - Москва : Юрайт, 2016. - 427 с. - (Бакалавр. Академический курс). - Текст: непосредственный.
2. **Крысько В. Г.** Социальная психология : учебник для бакалавров : допущено М-вом образования РФ / В. Г. Крысько ; Гос. ун-т управления. - 4-е изд., перераб. и доп. - Москва : Юрайт, 2014. - 553 с. - (Бакалавр. Базовый курс). - Библиогр.: с. 547-553. - ISBN 978-5-9916-2588-3 : 541-64. - Текст: непосредственный.
3. **Чернова Г.Р.** Психология общения : [учебное пособие] / Г. Р. Чернова, Т. В. Слотина. - Санкт-Петербург : Питер, 2015. - 240 с. : ил. - (Учебное пособие) (Стандарт третьего поколения). - Библиогр. в конце глав и с. 229. - бакалавры. - ISBN 978-5-496-01849-4 : 642-60.

### 4.2. Дополнительная учебная литература

1. **Евтихов О. В.** Практика психологического тренинга. - СПб.: Речь, 2004.
2. **Зайцева Т.** Теория психологического тренинга. – СПб, М., 2002.
3. **Пахальян В.Э.** Групповой психологический тренинг : учебное пособие для вузов : рекомендовано УМО вузов РФ / В. Э. Пахальян. - Санкт-Петербург : Питер, 2006. - 224 с. : ил. - (Учебное пособие). - ISBN 5-469-01390-1 : 137-00.
4. **Чернова Г.Р.** Психология общения : [учебное пособие] / Г. Р. Чернова, Т. В. Слотина. - Санкт-Петербург : Питер, 2015. - 240 с. : ил. - (Учебное пособие) (Стандарт третьего поколения). - Библиогр. в конце глав и с. 229. - бакалавры. - ISBN 978-5-496-01849-4 : 642-60. Психология общения : [учебное пособие] / Г. Р. Чернова, Т. В. Слотина. - Санкт-Петербург : Питер, 2015. - 240 с. : ил. - (Учебное пособие) (Стандарт третьего поколения).
5. **Шевцова И.В.** Тренинг личностного роста / И. В. Шевцова. - Санкт-Петербург : Речь, 2003. - 144 с. - (Психологический тренинг). - ISBN 5-9268-0176-1 : 90-00.

### 4.3.Р Ресурсы открытого доступа:

1. Научная электронная библиотека «КИБЕРЛЕНИНКА». URL: <https://cyberleninka.ru/>
2. Электронная библиотека ФГБОУ ВО "НГПУ". URL: <https://lib.nspu.ru/>
3. Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU. URL: <https://elibrary.ru/defaultx.asp>
4. Персональные сайты преподавателей университета [Электронный ресурс]. URL: <https://prepod.nspu.ru/>

#### 4.4. Технологическая карта самостоятельной работы студента

Таблица 3

Темы дисциплины	Перечень учебно-методического обеспечения (номер источника из п.п. 4.1-4.3)
Задания для самостоятельной работы	
<b>Третий семестр</b>	
<b>Тема 1. Содержательные характеристики ассертивного поведения</b>	Основная учебная литература: 1, 2, 3 Дополнительная учебная литература: 1, 3
Тематический глоссарий	
Реферат	
<b>Тема 2. Техники ассертивного поведения</b>	Основная учебная литература: 3 Дополнительная учебная литература: 1, 2, 3
Эссе	
Реферат	
Методическая копилка тренера	
<b>Тема 3. Ассертивные приемы противодействия манипуляции</b>	Основная учебная литература: 3 Дополнительная учебная литература: 1, 3, 4, 5
Методическая копилка тренера	
<b>Тема 4. Преодоление конфликтов посредством ассертивного поведения</b>	Основная учебная литература: 3 Дополнительная учебная литература: 1, 3
Методическая копилка тренера	
<b>Подготовка к зачету</b>	Основная учебная литература: 1, 2, 3 Дополнительная учебная литература: 1, 2, 3, 4, 5

4.5. **Выполнение курсовой работы:** курсовая работа по данной дисциплине не предусмотрена

## 5. РЕСУРСЫ, НЕОБХОДИМЫЕ ДЛЯ ОСУЩЕСТВЛЕНИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА ПО ДИСЦИПЛИНЕ

### 5.1 Информационные технологии

Образовательный процесс осуществляется с применением локальных и распределенных информационных технологий (таблица 4, 5).

#### Локальные информационные технологии

Таблица 3

Группа программных средств	Перечень лицензионного и свободно распространяемого программного обеспечения, в том числе отечественного производства	Аудитория	Реквизиты подтверждающего документа
Офисные программы	LibreOffice	207, 303	<a href="https://ru.libreoffice.org/about-us/license">https://ru.libreoffice.org/about-us/license</a>
Операционные системы	Manjaro Linux XFCE & KDE	207, 303	<a href="http://gostrf.com/normadata/1/4293798/4293798256.htm">http://gostrf.com/normadata/1/4293798/4293798256.htm</a>
Научные расчеты	<ul style="list-style-type: none"> <li>• SageMath</li> <li>• Scilab</li> <li>• Maxima</li> <li>• PSPP</li> <li>• Среда статистических вычислений R</li> </ul>	207	<a href="http://gostrf.com/normadata/1/4293798/4293798256.htm">http://gostrf.com/normadata/1/4293798/4293798256.htm</a>
Графические редакторы	GIMP	207, 303	<a href="https://www.gimp.org/about/COPYING">https://www.gimp.org/about/COPYING</a>
Браузеры (веб-обозреватели)	Firefox	207, 303	<a href="https://rusgpl.ru/">https://rusgpl.ru/</a>

#### Распределенные информационные технологии

Таблица 4

Группа	Наименование
Библиотеки и образовательные ресурсы (в том числе персональные сайты преподавателей КФ ФГБОУ ВО «НГПУ»)	Электронная библиотека НГПУ <a href="http://lib.nspu.ru">http://lib.nspu.ru</a>
	Электронная библиотека КФ ФГБОУ ВО «НГПУ» <a href="http://lib.kbnspu.ru/">http://lib.kbnspu.ru/</a>
	Персональные сайты преподавателей КФ ФГБОУ ВО «НГПУ» <a href="http://prepod.nspu.ru">http://prepod.nspu.ru</a>
	Система электронных портфолио студентов НГПУ <a href="https://www.nspu.ru/portfolio/">https://www.nspu.ru/portfolio/</a>

## 1.2. Материально-техническое обеспечение дисциплины

Таблица 5

Номер и наименование (при наличии) помещения для осуществления образовательной деятельности	Перечень основного оборудования	Адрес места осуществления образовательной деятельности (местоположение согласно лицензии)
Учебная аудитория для проведения учебных занятий семинарского типа (практические занятия, лабораторные занятия)/ Учебная аудитория для проведения групповых и индивидуальных консультаций/ Учебная аудитория для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации		
Ауд. № 203 «Учебная аудитория семинарского типа занятий»	Комплект учебной мебели, Доска аудиторная – 1шт.	632387, Новосибирская обл. г. Куйбышев, ул. Молодежная, дом 7
Ауд. № 206 «Учебная аудитория семинарского типа занятий»	Комплект учебной мебели, Доска аудиторная – 1шт.	632387, Новосибирская обл. г. Куйбышев, ул. Молодежная, дом 7
Ауд. № 222 «Учебная аудитория семинарского типа занятий»	Комплект учебной мебели, Доска аудиторная – 1шт.	632387, Новосибирская обл. г. Куйбышев, ул. Молодежная, дом 7
Ауд. № 410 «Учебная аудитория семинарского типа занятий»	Комплект учебной мебели, Доска аудиторная – 1шт.	632387, Новосибирская обл. г. Куйбышев, ул. Молодежная, дом 7
Ауд. №303 «Учебная аудитория семинарского типа занятий»	Комплект учебной мебели, Интерактивное оборудование: SMART доски – 1шт.	632387, Новосибирская обл. г. Куйбышев, ул. Молодежная, дом 7
Помещение для самостоятельной работы обучающихся		
Ауд. № 207 «Помещение для самостоятельной работы»	Комплект учебной мебели. Компьютерное оборудование: Компьютеры в комплекте (с выходом в сеть "Интернет" и доступом к электронной информационно-образовательной среде университета) – 8 шт., Печатное и сканирующее оборудование: принтеры - 1шт.	632387, Новосибирская обл. г. Куйбышев, ул. Молодежная, дом 7
Помещение для хранения и профилактического обслуживания учебного оборудования		
Ауд. № 217А «Помещение для хранения и профилактического обслуживания оборудования»	Инвентарь: Тестер компьютерный – 1 шт. Специализированный инвентарь – 1шт. Набор инструментов для	632387, Новосибирская обл. г. Куйбышев, ул. Молодежная, дом 7

	<p>оргтехники – 1 шт (28 предметов).</p> <p>Измерительное оборудование: Вольтметры – 1 шт., Мультиметр – 1 шт., Компьютерное оборудование: Компьютер в комплекте – 1 шт. Печатное оборудование: – 1 шт.</p>	
--	---	--

## 6 ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

### 6.1 Оценочные материалы для проведения текущего контроля успеваемости

Таблица 7

№ п/п	Наименование темы	Код компетенции	Формы проверки
Третий семестр			
1	Тема 1. Содержательные характеристики ассертивного поведения	ПК-1	1. Тест 2. Контрольные вопросы 3. Реферат
2	Тема 2. Техники ассертивного поведения	ПК-1	1. Эссе 2. Контрольные вопросы
3	Тема 3. Ассертивные приемы противодействия манипуляции	ПК-1	1. Контрольные вопросы
4	Тема 4. Преодоление конфликтов посредством ассертивного поведения	ПК-1	1. Тест

### 6.2 Оценочные материалы для проведения промежуточной аттестации обучающихся

Таблица 8

Оценочные материалы для промежуточной аттестации	
Третий семестр (Зачет)	
<b>Код компетенции: ПК-1</b>	
1. Понятие ассертивного (уверенного поведения).	
2. Основные составляющие уверенного (ассертивного) поведения.	
3. Соотношение понятий ассертивное поведение, пассивное поведение, агрессивное поведение.	
4. Когнитивные аспекты ассертивного поведения.	
5. Ассертивное поведение в коммуникативном педагогическом процессе.	
6. Ассертивные права личности (по Мануэль Дж. Смит).	
7. Преодоление конфликтов посредством ассертивного поведения.	
8. Основные методические приемы тренинга. Основные приемы тренинга ассертивности.	
9. Преимущества групповой психологической работы над индивидуальной.	
10. Требования к тренеру тренинга ассертивности.	
11. Практическое задание. Разработать программу психологического тренинга ассертивности для обучающихся.	
12. Практическое задание. Подобрать основные упражнения (игры и дискуссии) для тренинга ассертивности. Разработать вопросы для дискуссии.	
13. Практическое задание. Подобрать разминочные упражнения для тренинга ассертивности.	

#### Критерии выставления отметок

Отметка «отлично» / «зачтено» (высокий уровень сформированности компетенций (-ии)) выставляется обучающемуся, который в процессе изучения дисциплины и по результатам промежуточной аттестации: - обнаружил системные знания по всем разделам программы дисциплины / модуля / практики, продемонстрировал способность к их самостоятельному пополнению, в том числе в рамках учебно-исследовательской и научно-исследовательской деятельности;- при выполнении заданий, предусмотренных программой, успешно продемонстрировал осваиваемые в рамках дисциплины / модуля / практики профессиональные умения;- представил результаты выполнения всех заданий для

самостоятельной работы полностью и качественно, на творческом уровне, выразил личностную значимость деятельности;- при устном ответе высказал самостоятельное суждение на основе исследования теоретических источников, логично и аргументированно изложил материал, связал теорию с практикой посредством иллюстрирующих примеров, свободно ответил на дополнительные вопросы;- при выполнении письменного задания представил содержательный, структурированный, глубокий анализ сути и путей решения проблемы (задачи, задания);- при выполнении тестовых заданий дал правильные ответы на 85 – 100 % заданий.

Отметка «хорошо» / «зачтено» (средний уровень сформированности компетенций (-ии)) выставляется обучающемуся, который в процессе изучения дисциплины и по результатам промежуточной аттестации:- обнаружил знание основного материала по всем разделам программы дисциплины / модуля / практики в объеме, необходимом для дальнейшей учебы и предстоящей работы по профессии, продемонстрировал способность к их самостоятельному пополнению;- при выполнении заданий, предусмотренных программой, смог продемонстрировать осваиваемые профессиональные умения, но допустил неприципиальные ошибки в их выполнении, которые смог исправить при незначительной помощи преподавателя;- представил результаты выполнения всех заданий для самостоятельной работы, указанных в программе дисциплины / модуля / практики, при этом задания выполнены полностью и качественно;- при устном ответе объяснил учебный материал, интерпретировал содержание, экстраполировал выводы;- при выполнении письменного задания представил репродуктивную позицию элементы анализа в описании сути и путей решения проблемы (задачи, задания), изложил логическую последовательность вопросов темы;- при выполнении тестовых заданий дал правильные ответы на 75 – 84 % заданий.

Отметка «удовлетворительно» / «зачтено» (пороговый уровень сформированности компетенций (-ии)) выставляется обучающемуся, который в процессе изучения дисциплины и по результатам промежуточной аттестации:- обнаружил знание основного материала по всем разделам программы дисциплины / модуля / практики в объеме, необходимом для дальнейшей учебы и предстоящей работы по профессии, но знания имеют пробелы и плохо структурированы;  
- при выполнении заданий, предусмотренных программой, в целом смог продемонстрировать осваиваемые профессиональные умения, но допустил ошибки в их выполнении, которые смог исправить при незначительной помощи преподавателя;- представил результаты выполнения всех заданий для самостоятельной работы, указанных в программе дисциплины / модуля / практики, при этом задания выполнены формально, кратко, рефлексия неполная или носит формальный характер, представлено поверхностное описание.- при устном ответе продемонстрировал знание базовых положений и ключевых понятий, верно воспроизвел учебное содержание без использования дополнительного материала;- при выполнении письменного задания представил репродуктивную позицию в описании сути и путей решения проблемы (задачи, задания);- при выполнении тестовых заданий дал правильные ответы на 60 – 74 % заданий.

Отметка «неудовлетворительно» / «не зачтено» (компетенция(-ии) не сформирована(-ы)) выставляется обучающемуся, который в процессе изучения дисциплины и по результатам промежуточной аттестации: - обнаружил отсутствие знаний либо фрагментарные знания по основным разделам программы дисциплины / модуля / практики;- при выполнении заданий, предусмотренных программой, не смог продемонстрировать осваиваемые профессиональные умения (допустил принципиальные ошибки в их выполнении, которые не смог исправить при указании на них преподавателем), либо не выполнил задания;- не выполнил предусмотренные учебным планом практические, лабораторные задания;- не полностью выполнил задания для самостоятельной работы, указанных в программе

дисциплины / модуля / практики, либо задания выполнены неверно, очевиден плагиат;- при устном ответе допустил фактические ошибки в использовании научной терминологии и изложении учебного содержания, сделал ложные выводы;- при выполнении тестовых заданий дал правильные ответы на 0 – 59 % заданий.