

«УТВЕРЖДАЮ»

И.О. Директор института психологии и



педагогике

/А.В.Добрин /

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

Методика организации и проведения психологического тренинга

(Шифр и полное название дисциплины в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки: 44.04.02 Психолого-педагогическое образование

Направленность (профиль): Психофизиология, дифференциальная психология

Квалификация (степень): магистр

Форма обучения: заочная

Институт: психологии и педагогики

Кафедра: Психологии и психофизиологии

	очная форма	очно-заочная форма	заочная форма
Курс			3
Семестр/триместр			5
Лекции			4
Лабораторные занятия			
Практические (семинарские) занятия			10
в т. ч. практическая подготовка			
Форма(ы) промежуточной аттестации			
Контроль			
Иные формы работы			
Самостоятельная работа			130

Всего часов: 144

Трудоемкость: 4 зачетных единиц.

Разработчик(и) рабочей программы:

к.псих.н, доцент Колосова И.Г.

I. ОРГАНИЗАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИЙ РАЗДЕЛ

Цель изучения дисциплины: изучение теоретических и практических подходов к разработке и реализации программ психологической коррекции и развития личности и групп, в том числе находящихся в трудной жизненной ситуации.

Задачи изучения дисциплины:

1. раскрытие специфики социально-психологического тренинга как относительно самостоятельной отрасли психологического знания, ее категориального аппарата;
2. усвоение системы взглядов и концептуальных позиций социально-психологического тренинга с целью формирования психотерапевтического мировоззрения;
3. формирование умений и навыков по организации, разработке содержания и методики проведения группового обучения и консультирования;
4. овладение навыками оказания психологической помощи в группе.

Место дисциплины в структуре ОПОП: реализуется в рамках вариативной части блока 1. Б1.В.ДВ.01.01

Планируемые результаты обучения по дисциплине:

Код компетенции	Индикаторы достижения компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине
<p style="text-align: center;">ПКС-1</p> <p>Способен организовывать и осуществлять психолого-педагогическое сопровождение образовательного процесса в образовательных организациях</p>	<p>Знать: основные направления, методы и приемы осуществления деятельности по психолого-педагогическому сопровождению обучающихся в образовательных организациях общего и профессионального образования.</p>	<p>Знает: основные направления, методы и приемы организации и проведения психологического тренинга в образовательных организациях общего и профессионального образования.</p>
	<p>Уметь : планировать и осуществлять деятельность по психолого-педагогическому сопровождению обучающихся в образовательных организациях общего и профессионального образования с учётом закономерностей и индивидуальных особенностей психического и психофизиологического развития.</p>	<p>Умеет : планировать и организовывать психологический тренинг в образовательных организациях общего и профессионального образования с учётом закономерностей и индивидуальных особенностей психического и психофизиологического развития.</p>
	<p>Владеть: методами и приемами организации деятельности по психолого-педагогическому сопровождению обучающихся в образовательных организациях общего и профессионального образования и оценке ее эффективности.</p>	<p>Владеет: методами и приемами организации и проведения психологического тренинга в образовательных организациях общего и профессионального образования и оценке его эффективности.</p>
	<p>Знает:</p>	<p>Знает:</p>

<p>ПКС- 2 Способен оказывать психолого-педагогическую помощь субъектам образовательного процесса.</p>	<p>современные подходы и технологии психологической диагностики, коррекции, консультирования на основе различных теоретических концепций и особенностей их применения с учетом особенностей целевой аудитории в образовательных учреждениях.</p>	<p>современные подходы и технологии организации и проведения психологического тренинга на основе различных теоретических концепций и особенностей их применения с учетом особенностей целевой аудитории в образовательных учреждениях.</p>
	<p>Уметь: учитывать закономерности и возрастные нормы психического, личностного и индивидуального развития на разных возрастных этапах, применять этические нормы организации практической помощи различным субъектам образовательного процесса</p>	<p>Умеет: учитывать закономерности и возрастные нормы психического, личностного и индивидуального развития на разных возрастных этапах при организации и проведении психологического тренинга с различными субъектами образовательного процесса, применять этические нормы</p>
	<p>Владеть: основными методами и методиками психологической диагностики, коррекции, консультирования при оказании психологической помощи различным субъектам образовательного процесса</p>	<p>Владеет: основными методами и методиками организации и проведения психологического тренинга с различными субъектами образовательного процесса</p>

II. СОДЕРЖАНИЕ И ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ

с указанием количества часов, выделенных на контактную работу обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий) и на самостоятельную работу

Очно-заочная форма обучения

№ п/п	Наименование разделов и тем	Всего	Аудиторные занятия			Сам. раб.
			ЛК	ПЗ	ЛБ	
	Раздел 1. Технология ведения тренинга					
1.	Тема 1. Тренинг как форма психологического просвещения и коррекции. Стили ведения тренинга	22	2			20
2.	Тема 2.Процедуры тренинговых занятий: формирование группы, начало тренинга	22		2		20
3.	Тема 3.Виды игр разной направленности: «разогревающие», коммуникативные, социально-перцептивные	22		2		20
4.	Тема 4. Использование психологических методов при ведении тренинга: дискуссии, метафоры, медитации, групповые ритуалы	24		4		20
5.	Тема 5. Самодиагностика и диагностика при проведении тренинга	22		2		20

б.	Тема 6. Виды тренинговых групп и их специфика	32	2			30
	Практическая подготовка					
	Зачет с оценкой					
	Итого за 5 семестр	144	4	10		130

Очная форма обучения

Не реализуется

Очно-заочная форма обучения

Не реализуется

III. ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ТЕКУЩЕЙ И ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Текущая аттестация проводится в форме контрольной работы, теста, реферата, творческого задания, кейса и др.

Типовой вариант контрольной работы

Текущая аттестация проводится в форме теста.

1. К основным задачам групповой работы относятся:
 - a. решение проблемы клиента в группе
 - b. анализ личностных ресурсов и поиск лучшего решения в группе
 - c. изучение потенциальных способностей, ресурсов для достижения цели
 - d. сопровождение в исследовании ресурсов личности и апробация способов поведения и взаимодействия.
2. Для западного понимания тренинговой работы характерно все указанное, кроме:
 - a. отношение к тренингам как к активной форме обучения;
 - b. тренинг – вид помощи психически здоровым людям;
 - c. ведущий в большой степени проявляет сочувствие и сострадание к клиентам и участникам группы;
 - d. тренинг – это вид социальной помощи.
3. В гештальт-группах акцент делается на:
 - a. групповой динамике
 - b. индивидуальной работе
 - c. сессионной работе
 - d. отстранении от проблемы, сосредоточении на эмоциях.
4. Традиционно первым психотерапевтом, проводящим занятия в группе, называют:
 - a. Ф. Месмера
 - b. З.Фрейда
 - c. А.Адлера
 - d. П.П. Блонского.
5. Первые групповые занятия бихевиристов включали:

- a. тренинг желаемого поведения
 - b. ролевые игры
 - c. исследование реакций
 - d. педагогические ситуации.
6. Укажите виды группового обучения посредством построения общей деятельности и обсуждения:
- a. групповая дискуссия
 - b. лабораторное занятие
 - c. деловая игра
 - d. объяснительно-иллюстративный мастер - класс.
7. Важным фактором, влияющим на эффективность работы ведущего группы, является:
- a. его система верований и убеждений
 - b. уверенность в своей непогрешимости
 - c. наличие проблемы у клиента
 - d. система ценностей клиента
8. Групповые нормы формируются:
- a. ведущим
 - b. участником группы с лидерскими особенностями
 - c. стихийно
 - d. в процессе формирования группы.
9. Эффективной будет работа в группе, в которой:
- a. ведущий управляет групповой динамикой
 - b. ведущий управляет групповой динамикой и следует целям группы
 - c. ориентируется на запросы и трудности участников
 - d. искренне заинтересован в познании себя как профессионала.
10. Изменение поведения человека в соответствии с целями и задачами обучения в тренинге:
- a. происходит в результате манипулирования тренером
 - b. управлением мотивацией и построением заданий
 - c. воздействием на совесть и амбиции
 - d. происходит на основе безоценочной обратной связи
11. Информирование членов группы о целях тренинга и каждого задания является:
- a. обязательным
 - b. учебной ситуацией, обнаруживающей типичное реагирование и поведение
 - c. неприемлемым для психокоррекции
 - d. вариативным, связано с технологиями тренинга.
12. На основе активизации и интенсификации групповой деятельности в тренинге можно применять следующие технологии:
- a. игровые технологии
 - b. технологии программированного обучения
 - c. гуманистические технологии
 - d. озарение (инсайт).
13. Термин «пространство тренинга» означает:
- a. безопасное место для апробации нового поведения
 - b. место встреч членов группы
 - c. в) пространственную локализацию
 - d. общую ментальную энергию участников.
14. Для индивида, входящего в группу, осознание принадлежности осуществляется через осознание факта:
- a. конфликта с группой;
 - b. нарушения групповых границ;

- c. общности с другими членами группы;
 - d. условности связей с группой.
15. Главной психологической характеристикой группы является:
- a. ценности группы;
 - b. «мы-чувство»;
 - c. общность целей;
 - d. групповые нормы.
16. В формировании тренинговой группы доминирующую роль играет:
- a. психологическое заражение
 - b. запросы и опыт участников
 - c. коллективный опыт , приобретаемый во время тренинга
 - d. групповой IQ..

Примерная тематика рефератов

1. Сравнительный анализ логики построения группового процесса тренинга в основных психологических подходах.
2. Организационные и технические условия проведения тренинга.
3. Стили ведения тренинговых групп.
4. Технология ведения дискуссий в тренинге.
5. Игры социально-перцептивной направленности.
6. Медитативные техники как тренинговый метод.
7. Тренинг личностного роста.
8. Самодиагностические процедуры тренинговых занятий
9. Тренинг межличностной сензитивности (лидерства, предпринимательских качеств и т.д.).
10. Тренинг терапии искусством (арт-терапия).
11. Тренинг телесной терапии.
12. Психодрама как терапевтическое направление в тренинге.

Промежуточная аттестация обучающихся осуществляется в форме зачета с использованием следующих оценочных материалов:

Вопросы к зачету (5 семестр, очно-заочная форма обучения)

1. Понятие о методах активного социально-психологического обучения.
2. Социально-психологический тренинг как метод практической психологии.
3. Психологические особенности тренинговой группы.
4. Классификация и основные виды тренинговых групп.
5. История развития социально-психологического тренинга: Т-группы К. Левина, группы встреч К.Роджерса. Основные направления развития социально-психологического тренинга.
6. Выбор темы социально – психологического тренинга. Понятие о запросе и проблеме.

7. Характеристика основных видов СПТ: 1) ориентированные на приобретение и развитие специальных навыков; 2) нацеленные на углубление опыта анализа ситуаций общения.
8. Проблема отбора участников тренинговой группы. Принципы формирования группы.
9. Понятие о групповой динамике. Управление группой в тренинге.
10. Планирование и разработка социально–психологического тренинга. Формулирование целей и задач тренинга.
11. Преимущества групповой формы работы. Ограничения группового опыта.
12. Групповой процесс. Описание основных стадий и механизмов.
13. Групповая сплоченность как механизм работоспособности группы.
14. Критерии продуктивности группы. Идентификация результатов тренинга. Оценка эффективности групповой деятельности.
15. Интернализация полученного опыта. Личностный рост. Повышение самоидентификации и интернальности локуса контроля, изменение стереотипов восприятия и поведения.
16. Характеристика основных принципов СПТ: принцип активности и принцип обратной связи.
17. Обратная связь как фактор осознания. Структура обратной связи.
18. Организационные аспекты подготовки тренинга: требования к помещению, оборудованию.
19. Основные блоки активных групповых методов: дискуссионные.
20. Основные блоки активных групповых методов: невербальные упражнения.
21. Основные блоки активных групповых методов: ролевые игры.
22. Основные задачи, решаемые на этапе презентации участников: выработка групповых норм; постановка проблемы; актуализация индивидуальных целей участников.
23. Основные стадии проведения СПТ. Основные формы проведения СПТ и их особенности.
24. Понятие СПТ и групповой психотерапии, как форм коррекционной и развивающей работы.
25. Социально-перцептивные эффекты тренинга: динамика самовосприятия, динамика восприятия других, динамика восприятия групповой структуры.
26. Структурирование отношений участники-наблюдатели-ведущие.
27. Формирование микрогрупп. Организация взаимодействия в микрогруппах.
28. Члены групп, их цели и роли. Идентификация ролевого репертуара участников.
29. Этические принципы тренинговой работы. Безопасность участников.
30. Специфика тренерской деятельности. Основные требования к профессиональным навыкам ведущего группы социально-психологического тренинга.

31. Группы личностного роста. Тренинг самоактуализации. Мотивирующие тренинги.
32. Группы навыков или умений. Тренинги развития чувствительности.
33. Т-группы или группы исследования межличностных отношений.
34. Тренинги развития организаторских навыков и лидерства.
35. Тренинги сплоченности для создания коллектива или команды.
36. Тренинг жизненных умений. Тренинг решения личностных проблем.
37. Группы телесной психотерапии.
38. Группы творческого самовыражения средствами искусства.
39. Гештальт –группы и психодрама.

IV. ПЕРЕЧЕНЬ ЛИТЕРАТУРЫ, НЕОБХОДИМОЙ ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

4.1. Основная литература

1. Бобченко, Т. Г. Психологические тренинги: основы тренинговой работы : учебное пособие для вузов / Т. Г. Бобченко. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2021. — 132 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-12444-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/476440>
2. Решетников, М. М. Психическая саморегуляция. Первая и вторая ступени : учебное пособие для вузов / М. М. Решетников. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2021. — 238 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-06243-4. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/473581>

4.2. Дополнительная литература

1. Одинцова, М. А. Сказкотерапевтические технологии в психологическом тренинге : учебник и практикум для вузов / М. А. Одинцова, И. В. Вачков. — Москва : Издательство Юрайт, 2021. — 309 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-13364-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/458658>
2. Рамендик, Д. М. Тренинг личностного роста : учебник и практикум для среднего профессионального образования / Д. М. Рамендик. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2021. — 136 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-07706-3. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/471372>

V. ПЕРЕЧЕНЬ РЕСУРСОВ ИНФОРМАЦИОННО-ТЕЛЕКОММУНИКАЦИОННОЙ СЕТИ «ИНТЕРНЕТ», НЕОБХОДИМЫХ ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

№ пп	Ссылка на информационный ресурс	Наименование разработки в электронной форме	Доступность
1.	psy.su	«Психологическая газета» — издание для психологов: профессиональное интернет-издание для психологов и профессиональных объединений в области практической психологии, психотерапии, тренинга, оргконсультирования и коучинга; средство массовой информации о достижениях современной психологии для широкого круга читателей.	Свободный доступ
2.	http://edu.ru/	Российское образование: Федеральный портал. Включает ссылки на порталы и сайты образовательных учреждений; государственные образовательные стандарты; нормативные документы; каталог экскурсий и обучающих программ.	Свободный доступ
3.	shop.imaton.com	«Учебно-методический коллектор "Мир психолога"» предоставляет широкий ассортимент книг по психологии, тестов, методик и развивающих игр.	Свободный доступ

VI. СОВРЕМЕННЫЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЕ БАЗЫ ДАННЫХ И ИНФОРМАЦИОННЫЕ СПРАВОЧНЫЕ СИСТЕМЫ

1.	https://urait.ru/	Юрайт.образовательная платформа	Свободный доступ
2.	http://www.biblioclub.ru	Электронно-библиотечная система (ЭБС) Университетская библиотека онлайн	Регистрация через любой университетский компьютер. В дальнейшем предоставляется неограниченный индивидуальный доступ из любой точки, в которой имеется доступ к сети Интернет
3.	www.elibrary.ru	Российский информационный портал в области науки, технологии,	Свободный доступ

		медицины и образования	
4.	http://psyjournals.ru	Портал психологических изданий PsyJournals.ru	Свободный доступ
5.	http://www.biblioclub.ru	Электронно-библиотечная система (ЭБС) Университетская библиотека онлайн	Регистрация через любой университетский компьютер. В дальнейшем предоставляется неограниченный индивидуальный доступ из любой точки, в которой имеется доступ к сети Интернет

VII. ЛИЦЕНЗИОННОЕ И СВОБОДНО РАСПРОСТРАНЯЕМОЕ ПРОГРАММНОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

При реализации учебной дисциплины применяется следующее лицензионное и свободно распространяемое программное обеспечение:

- Microsoft Windows;
- Microsoft Office;
- LibreOffice и др.

VIII. ОБОРУДОВАНИЕ И ТЕХНИЧЕСКИЕ СРЕДСТВА ОБУЧЕНИЯ, НЕОБХОДИМЫЕ ДЛЯ ОСУЩЕСТВЛЕНИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Учебные занятия проводятся в аудиториях, укомплектованных специализированной мебелью, в том числе стационарными или переносными техническими средствами обучения (проектор, экран, компьютер/ноутбук).

Самостоятельная работа проводится в кабинетах, оснащенных компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду университета.