

Документ подписан простой электронной подписью Информация о владельце: ФИО: Меркулов Евгений Сергеевич Должность: И.О. тренера Дата подписания: 02.04.2021 07:06:30 Уникальный программный ключ: 39428e82d614a3cd984f917b018f0fd2c07182daabc77db685db2d18570bbe7c	ОПОП		СМК-РПД-Б1.В.11-2019
Рабочая программа дисциплины Б1.В.11 «Основы социально-психологического тренинга» для направления подготовки 37.03.01 «Психология», общий профиль			

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Камчатский государственный университет имени Витуса Беринга»

Рассмотрено и утверждено на заседании  
кафедры теоретической и практической  
психологии  
«26» апреля 2019 г., протокол № 8  
зав. кафедрой теоретической и  
практической психологии А.А. Кулик

## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

### Б1.В.11 «Основы социально-психологического тренинга»

(шифр и наименование дисциплины (курса, модуля))

2 кур, (4 семестр), 3 курс, (5 - 6 семестр) очная форма обучения

2 кур, (3-4 семестр), 3 курс, (5 семестр) заочная форма обучения

### Направление подготовки: 37.03.01 Психология

(код и наименование направления подготовки (специальности))

### Профиль подготовки: Психология

(наименование профиля)

### Направление подготовки: 37.03.01 Психология

(код и наименование направления подготовки (специальности))

**Квалификация выпускника:** бакалавр

**Форма обучения:** очная

**Курс** 2,3

**Семестр** 4,5,6

Зачет: 4 семестр

Экзамен: 6 семестр

**Форма обучения:** заочная (ускоренное обучение по индивидуальному плану)

**Курс** 2,3

**Семестр** 3, 4, 5,

Зачет: 4 семестр

Экзамен: 5 семестр

Петропавловск-Камчатский 2019г.

ОПОП		СМК-РПД-Б1.В.11-2019
Рабочая программа дисциплины Б1.В.11 «Основы социально-психологического тренинга» для направления подготовки 37.03.01 «Психология», общий профиль		

Рабочая программа составлена с учетом требований федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по направлению подготовки 37.03.01 «Психология», утвержденного 07.08.2014 № 946.

Разработчик(и):

доцент кафедры теоретической и практической психологии  
(должность, кафедра)

А. С.Ширяева И.О. Фамилия  
(подпись)

ОПОП		СМК-РПД-Б1.В.11-2019
Рабочая программа дисциплины Б1.В.11 «Основы социально-психологического тренинга» для направления подготовки 37.03.01 «Психология», общий профиль		

## СОДЕРЖАНИЕ

1. Цели и задачи освоения дисциплины
2. Место дисциплины в структуре ОП ВО
3. Планируемые результаты обучения по дисциплине
4. Содержание дисциплины
5. Тематическое планирование
6. Самостоятельная работа
7. Тематика контрольных работ, курсовых работ (при наличии)
8. Перечень вопросов на зачет (дифференцированный зачет, экзамен)
9. Учебно-методическое и информационное обеспечение
10. Формы и критерии оценивания учебной деятельности студента
11. Материально-техническая база

ОПОП		СМК-РПД-Б1.В.11-2019
Рабочая программа дисциплины Б1.В.11 «Основы социально-психологического тренинга» для направления подготовки 37.03.01 «Психология», общий профиль		

## 1. Цель и задачи освоения дисциплины

Целью освоения дисциплины является освоение комплекса новых знаний, умений и навыков, необходимых студентам для профессионального самосовершенствования: знания о методах активного социально-психологического обучения, о различных видах тренинговой работы, которые необходимы для становления их как профессионалов, знакомятся с основными психотехниками, применяемыми в групповой работе, и закрепляют полученные знания в ходе практических занятий. Данная дисциплина знакомит студентов с одним из направлений деятельности практического психолога. Критерием успешности овладения знаниями и умениями по данному курсу является сформированная профессиональная позиция психолога-тренера (ведущего тренинговой группы) и умение студента организовать и проводить как целевые тренинги, так и тренинги по запросу.

Задачи освоения дисциплины:

- формировать у обучающихся систему знаний о различных направлениях тренинговой работы (их типах, сферах применения, достоинствах и недостатках, специфике планирования и проведения); об основных закономерностях функционирования малой группы как объекта психологического воздействия общие принципы подготовки, организации, проведения и анализа эффективности социально-психологического тренинга;
- формировать у студентов компетенции, умения и навыки использовать знание для организации и проведения социально-психологического тренинга (грамотно спланировать тренинг с учетом его целей и задач, выделенного времени, специфики группы, конструктивно анализировать процесс и результат тренинговой работы, находить пути совершенствования содержания и организации тренинга, активного взаимодействия с группой, руководства ею в процессе проведения тренинговых занятий, применения основных психотехник, применяемых в групповой работе);
- формировать у студентов профессионально важные качества средствами изучаемой дисциплины.

**2. Место дисциплины в структуре ОП ВО** Блок Б1 (обязательная дисциплина вариативной части). Изучается на 2-3 курсе в 4, 5, 6 семестрах. База знаний, полученных студентами в теоретических курсах и на практических занятиях в течение предыдущих семестров, включает необходимые для изучения данной дисциплины предметы, такие как «Общая психология», «Психология развития и возрастная психология» «Социальная психология», «Общепсихологический практикум» и другие.

## 3. Планируемые результаты обучения по дисциплине

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций в соответствии с ФГОС ВО по направлению подготовки:

Код компетенции	Компетенция	Универсальные дескрипторы сформированности компетенции	
ПК-14	способностью реализации психологических технологий, ориентированных	к	на
		знать:	методику и технологии индивидуальной и групповой работы, ориентированный на личностный рост сотрудников организации; общие принципы подготовки, организации, проведения и анализа эффективности социально- психологического тренинга, направленного на личностный рост сотрудников

ОПОП		СМК-РПД-Б1.В.11-2019
Рабочая программа дисциплины Б1.В.11 «Основы социально-психологического тренинга» для направления подготовки 37.03.01 «Психология», общий профиль		

личностный рост сотрудников организации и охрану здоровья индивидов и групп		организации; основные закономерности функционирования малой группы как объекта психологического воздействия;
	уметь:	создавать условия для комфортного (нормативного) состояния среды обитания в зонах трудовой деятельности и отдыха человека; анализировать групповые феномены, использовать методы управления групповым процессом;
	владеть:	навыками, необходимыми для организации и проведения социально-психологического тренинга личностного роста сотрудников организации: грамотно планировать тренинг с учетом его целей и задач, выделенного времени, специфики группы; конструктивно анализировать процесс и результат тренинговой работы, способность находить пути совершенствования содержания и организации тренинга; навыками активного взаимодействия с группой, руководства ею в процессе проведения тренинговых занятий; навыки применения основных психотехник, применяемых в групповой работе при проведении тренингов личностного роста сотрудников организации.

#### 4. Содержание дисциплины

##### Модуль 1. Основы организации социально-психологического тренинга

##### **Тема 1: Общее понятие о социально-психологическом тренинге**

Методы активного обучения. Активное социально-психологическое обучение. Обзор методов активного социально-психологического обучения: дискуссионные методы, игровые методы, тренировка межличностной чувствительности. Общение и коммуникативная компетентность индивида.

##### **Тема 2: Групповая форма обучения. Групповая динамика.**

Преимущества групповой формы обучения. Участники тренинга (количество, состав группы, ограничения). Функции группового взаимодействия (решение задач, оказание поддержки). Роли участников, связанные с решением задач и оказанием поддержки. Статус в группе. Групповые нормы. Кодекс кооперативности в группе. Групповая динамика. Групповая сплоченность.

**Тема 3: Методы психологического обучения и воздействия в различных направлениях групповой работы.** Виды социально-психологического тренинга (в соответствии с различными критериями для выделения тренингов). Социально-психологический тренинг межличностного общения. Тренинг делового общения. Тренинг сензитивности. Сензитивность, компоненты сензитивности (наблюдательная, теоретическая, номотетическая, идеографическая). Понятие тренинга сензитивности. Цели тренинга сензитивности. Виды тренинга сензитивности (наблюдательский, теоретический, номотетический, идеографический). Принципы тренинга сензитивности. Организация и проведение тренинга.

**Тема 4: Нормы и правила тренинговой работы** Групповые нормы. Принципы групповой работы. Стадии развития группы в тренинге. Группы с управляемой и спонтанной динамикой.

##### **Тема 5: Руководство группой**

Руководство группой. Основные стили. Роли руководителя тренинговой группы (эксперт, катализатор, организатор, образцовый участник). Основные направления деятельности руководителя тренинговой группы. Степень вмешательства руководителя в работу

ОПОП		СМК-РПД-Б1.В.11-2019
Рабочая программа дисциплины Б1.В.11 «Основы социально-психологического тренинга» для направления подготовки 37.03.01 «Психология», общий профиль		

группы. Функции руководителя. Этика руководителя группы. Внутригрупповая этика. Схема подготовки руководителей групп.

## **Модуль 2 Методы и средства социально-психологического тренинга**

### **Тема 6: Дискуссионные методы групповой работы.**

Цели дискуссии (психолого-коммуникативные, профессиональные). Преимущества дискуссионной работы. Психологические эффекты дискуссии.

Этапы дискуссии. Организация и проведение дискуссии. Организация полемики. Риторические приемы дискуссионной работы. Технология и эффекты групповой дискуссии. Виды дискуссии. Стихийная дискуссия. Дискуссия со скрытыми ролями. Дискуссия на деловую тему. Дебаты. Метаплан. Мозговой штурм.

Роли организатора дискуссии. Основные стратегии ведения дискуссии. Трудности при организации дискуссии. Руководитель дискуссии, задачи руководителя дискуссии, его позиция и функции. Управление ходом дискуссии.

### **Тема 7: Игра как метод групповой работы.**

Роль игры в жизни человека. Формы игры. Игра как метод обучения человека. Социально-психологические особенности игры. Психотехнические игры. Особенности игровых методов подготовки кадров. Организационно-обучающие игры. Деловые игры. Учебные ДИ. Принципы организации и цели обучающей деловой игры. Фазы и этапы организации организационно-обучающей игры.

Метод ролевых игр. Понятие ролевой игры. Назначение ролевых игр. Цели и задачи ролевых игр. Преимущества и недостатки ролевой игры. Классификации ролевых игр и игроков. Организация и проведение ролевой игры. Включение ролевой игры в учебный план. Внешние ограничения. Ключевые факторы. Типы ролевых игр, соответствующие функциям, которые могут выполнять ролевые игры (описание, демонстрация, тренировка, отображение, сенсбилизация, творчество/выражение). Структура занятия; выбор или написание ролевой игры; план игры. Проведение сессии ролевой игры, основные техники. Дебрифинг. Последующие мероприятия.

### **Тема 8: Технология социально-психологического тренинга**

Общая характеристика социально-психологического тренинга. Содержательный и процессуальный аспекты взаимодействия в СПТ. Обратная связь в тренинге. Тренинг как способ конструктивного взаимодействия. Развитие коммуникативной компетентности как одна из важнейших целей социально-психологического тренинга. Возможности тренинга, способы организации.

### **Тема 9: Основные направления тренинговой работы**

Краткий обзор арт-терапевтических направлений. История возникновения гештальт-терапии. История возникновения транзактного анализа. История возникновения телесно-ориентированной терапии (ТОТ). Краткий обзор техник ТОТ. История возникновения НЛП. Техники психодрамы - способы, случаи и варианты их применения в тренинге.

**Тема 10: Пути и средства психологического воздействия в социально-психологическом тренинге.** Характеристика методов воздействия. Использование директив. Виды директив, используемые в активном социально-психологическом обучении. Навыки слушания. Нереплексивное, рефлексивное, активное слушание.

Методы психологического обучения и воздействия в различных направлениях групповой работы.

Модуль 3 Виды тренинговых групп

### **Тема 11: Психодраматическое направление.**

История возникновения психодрамы как метода социально-психологического тренинга. Техники психодрамы - способы, случаи и варианты их применения в тренинге.

ОПОП		СМК-РПД-Б1.В.11-2019
Рабочая программа дисциплины Б1.В.11 «Основы социально-психологического тренинга» для направления подготовки 37.03.01 «Психология», общий профиль		

Возможность психодраматического подхода при работе с группой. Использование психодраматических элементов в различных видах тренингов.

### **Тема 12: Гештальт-группы. Группы трансактоного анализа**

История возникновения гештальт-терапии. Фигура. Фон. Контакт. Осознание. Схема классической гештальт - терапевтической работы. Техники, направленные на работу с интроекцией, конфлюенцией, ретрофлексией, проекцией. Работа с фантазией, сном, сказкой в гештальт- терапии. Возможность применения техник гештальт-терапии в тренинге коммуникативной компетентности.

История возникновения трансактоного анализа. Модель эго-состояний. Виды трансактоний. Игры и сценарии, предложенные Э. Берном. Возможность применения трансактоного анализа в тренинговой работе.

### **Тема 13: Социально-психологический тренинг сензитивности**

Социально-психологический тренинг межличностного общения. Тренинг делового общения. Тренинг сензитивности. Сензитивность, компоненты сензитивности (наблюдательная, теоретическая, номотетическая, идеографическая). Понятие тренинга сензитивности. Цели тренинга сензитивности. Виды тренинга сензитивности (наблюдательский, теоретический, номотетический, идеографический). Принципы тренинга сензитивности. Организация и проведение тренинга.

**Тема 14: Группы тренинга умений. Темоцентрированное взаимодействие** Группы тренинга умений- учебная модель; постановка цели; измерение и оценка; Темоцентрированное взаимодействие – проживание-научение; перенос и контрперенос; тема; динамический баланс.

### **Тема 15: Социально-психологический тренинг креативности.**

Тренинг креативности. Развитие творческого потенциала личности. Способы активизации творческой и изобретательской деятельности: мозговой штурм, синектика, методы, позволяющие систематизировать перебор вариантов. Использование арт-терапии для развития креативности

### **Тема 16: Психолого-педагогический тренинг**

Психолого-педагогический консилиум как один из методов психологического воздействия. Психолого-педагогический тренинг. Задачи и цели тренинга. Виды психолого-педагогического тренинга. Имитационные педагогические игры. Психолого-педагогический тренинг: цикл «Учитель-Школа», цикл «Учитель-Класс», цикл «Учитель-Ученик», цикл «Я - Учитель», цикл «Учитель-Семья».

### **Модуль 4 Использование элементов психотерапевтического воздействия в тренинговой работе**

#### **Тема 17: Применение техник гештальт-терапии в тренинговой работе**

История возникновения гештальт-терапии. Фигура. Фон. Контакт. Осознание. Схема классической гештальт - терапевтической работы. Техники, направленные на работу с интроекцией, конфлюенцией, ретрофлексией, проекцией. Работа с фантазией, сном, сказкой в гештальт- терапии. Возможность применения техник гештальт-терапии в тренинге коммуникативной компетентности.

#### **Тема 18: Применение техник трансактоного анализа в тренинге. Психодраматические техники в тренинговой работе**

История возникновения трансактоного анализа. Модель эго-состояний. Виды трансактоний. Игры и сценарии, предложенные Э. Берном. Возможность применения трансактоного анализа в тренинговой работе. Техники психодрамы - способы, случаи и варианты их применения в тренинге. Возможность психодраматического подхода при работе с группой. Использование психодраматических элементов в различных видах тренингов.

ОПОП		СМК-РПД-Б1.В.11-2019
Рабочая программа дисциплины Б1.В.11 «Основы социально-психологического тренинга» для направления подготовки 37.03.01 «Психология», общий профиль		

**Тема 19: Применение техник телесно-ориентированной терапии в тренинге, применение НЛП техник в тренинге**

История возникновения телесно-ориентированной терапии (ТОТ). Краткий обзор техник ТОТ. Работа с психосоматическими проявлениями. Применение техник ТОТ в тренинге. История возникновения НЛП. «Якорение» в НЛП. Техники постановки «положительного якоря» и возможность их применения в тренинговой группе.

**Тема 20: Арт-терапевтические техники и их применение в тренинговой работе**

Краткий обзор арт-терапевтических направлений. Возможность применения арт-терапевтических техник в различных видах тренинга. Требования к применению арт-терапевтических методов.

**Модуль 5 Особенности организации тренинговой группы и руководство ею.**

**Тема 21: Принципы построения тренинговых программ и групповая динамика.**

Групповой процесс. Основные этапы развития. Группы со спонтанной динамикой. Группы с управляемой динамикой. Группа как фактор, обеспечивающий обучающий и коррекционный эффект. Психотерапевтические факторы, свойственные группам. Механизмы, обеспечивающие обучающий и коррекционный эффект. Ограничение группового опыта и психологический риск.

**Тема 22: Алгоритм разработки тематических тренингов**

Алгоритм построения тренинговой программы. Учет организационных факторов при построении программ (ограничения продолжительности, характер помещения для групповой работы, возможности использования аудиовизуальных средств, периодичность встреч). Учет социально-психологических факторов при составлении программ (размер группы, ее половозрастной состав, направленность группы, ее гетерогенность/гомогенность, уровень ее мотивированности, соответствие подбора упражнений фазам развития группы). Учет индивидуально-психологических и стилевых особенностей ведущего при составлении тренинговых программ.

Общая схема построения единичного тренингового занятия: приветствие, разминка («ледокол»), основная часть, итоговое обсуждение, завершение занятия. Типичные ошибки ведущего на этапе организации тренингового занятия: неверный расчет времени, трудности с подбором упражнений, релевантных цели тренингового занятия и фазе развития группы, недостаточная проработка инструкций к упражнениям и др. Типичные ошибки ведущего на этапе проведения тренингового занятия: недостаточность рефлексивных вопросов участникам либо их избыточность, невнимание к потребностям группы или отдельных ее членов, отсутствие резюме по итогам проведенного упражнения и др.

**Тема 23: Руководство тренинговой группой.**

Руководство группой. Основные стили. Роли руководителя тренинговой группы (эксперт, катализатор, организатор, образцовый участник). Основные направления деятельности руководителя тренинговой группы. Степень вмешательства руководителя в работу группы. Функции руководителя. Этика руководителя группы. Внутригрупповая этика. Схема подготовки руководителей групп.

**5. Тематическое планирование**

5.1 Тематическое планирование для очной формы обучения

**Тематическое планирование**

4 семестр

**Модули дисциплины**

№	Наименование модуля	Лекции	Практики/	Лабораторные	Сам.	Всего,
---	---------------------	--------	-----------	--------------	------	--------



ОПОП	СМК-РПД-Б1.В.11-2019
Рабочая программа дисциплины Б1.В.11 «Основы социально-психологического тренинга» для направления подготовки 37.03.01 «Психология», общий профиль	

			семинары		работа	часов
1	Основы организации социально-психологического тренинга	12	0	0	24	36
2	Методы и средства социально-психологического тренинга	6	8	0	12	26
3	Виды тренинговых групп	0	16	0	12	28
	<b>Всего</b>	<b>18</b>	<b>24</b>	<b>0</b>	<b>48</b>	<b>90</b>

**Тематический план  
Модуль 1**

№ темы	Тема	Кол-во часов	Компетенции по теме
	<b>Лекции</b>		
1	Общее понятие о социально-психологическом тренинге	2	ПК-14
2	Групповая форма обучения. Групповая динамика	2	ПК-14
3	Методы психологического обучения и воздействия в различных направлениях групповой работы.	2	ПК-14
4	Нормы и правила тренинговой работы	2	ПК-14
5	Руководство группой	4	ПК-14
	<b>Самостоятельная работа</b>		
1	Общее понятие о групповой психологической работе	8	ПК-14
2	Групповая форма обучения. Руководство группой. Групповой процесс.	8	ПК-14
3	Методы психологического воздействия.	8	ПК-14

**Модуль 2**

№ темы	Тема	Кол-во часов	Компетенции по теме
	<b>Лекции</b>		
6	Дискуссионный метод групповой работы	2	ПК-14
7	Игра как метод групповой работы	2	ПК-14

ОПОП		СМК-РПД-Б1.В.11-2019
Рабочая программа дисциплины Б1.В.11 «Основы социально-психологического тренинга» для направления подготовки 37.03.01 «Психология», общий профиль		

8	Технология социально-психологического тренинга	2	ПК-14
	<b>Практические занятия (семинары)</b>		
1	Основные направления тренинговой работы	2	ПК-14
2	Пути и средства психологического воздействия в СПТ	2	ПК-14
3	Дискуссионный метод групповой работы	2	ПК-14
4	Игровой метод групповой работы	2	ПК-14
	<b>Самостоятельная работа</b>		
4	Применение дискуссии в СПТ	6	ПК-14
5	Применение игрового метода в СПТ	6	ПК-14

### Модуль 3

№ темы	Тема	Кол-во часов	Компетенции по теме
	<b>Практические занятия (семинары)</b>		
5	Психодраматическое направление.	2	ПК-14
6	Гештальт-группы. Группы транзактного анализа.	2	ПК-14
7	Социально-психологический тренинг сензитивности	4	ПК-14
8	Группы тренинга умений. Темоцентрированное взаимодействие	4	ПК-14
9	Социально-психологический тренинг креативности	2	ПК-14
10	Психолого-педагогический тренинг	2	ПК-14
	<b>Самостоятельная работа</b>		
6	Сравнение различных моделей тренинговых групп	6	ПК-14
7	Подбор и апробация психотехник для различных видов тренинговых групп	6	ПК-14

### Тематическое планирование

5 семестр

#### Модули дисциплины

№	Наименование модуля	Лекции	Практики/ семинары	Лабораторные	Сам. работа	Всего, часов
1	Использование элементов	6	10	0	38	54

ОПОП	СМК-РПД-Б1.В.11-2019
Рабочая программа дисциплины Б1.В.11 «Основы социально-психологического тренинга» для направления подготовки 37.03.01 «Психология», общий профиль	

	<b>психотерапевтического воздействия в тренинговой работе</b>					
	<b>Всего</b>	<b>6</b>	<b>10</b>	<b>0</b>	<b>38</b>	<b>54</b>

**Тематический план  
Модуль 1**

№ темы	Тема	Кол-во часов	Компетенции по теме
	<b>Лекции</b>		
1	Применение техник гештальт-терапии в тренинговой работе	2	ПК-14
2	Применение техник транзактного анализа в тренинге. Психодраматические техники в тренинговой работе	2	ПК-14
3	Применение техник телесно-ориентированной терапии в тренинге, применение НЛП техник в тренинге	2	ПК-14
	<b>Практические занятия (семинары)</b>		
1	Гештальт-группы.	2	ПК-14
2	Применение техник транзактного анализа в тренинге	2	ПК-14
3	Психодраматическое направление. Сравнение различных моделей тренинговых групп	2	ПК-14
4	Арт-терапевтические техники и их применение в тренинговой работе	2	ПК-14
5	Применение техник телесно-ориентированной терапии в тренинге	2	ПК-14
	<b>Самостоятельная работа</b>		ПК-14
1	Применение техник телесно-ориентированной терапии в тренинге	8	ПК-14
2	Применение техник гештальт-терапии в тренинговой работе	8	ПК-14
3	Методы психологического обучения и воздействия в различных направлениях групповой работы.	8	ПК-14
4	Психодраматические техники в тренинговой работе	6	ПК-14
5	Применение НЛП техник в тренинге	8	ПК-14

**Тематическое планирование**

6 семестр

ОПОП	СМК-РПД-Б1.В.11-2019
Рабочая программа дисциплины Б1.В.11 «Основы социально-психологического тренинга» для направления подготовки 37.03.01 «Психология», общий профиль	

#### Модули дисциплины

№	Наименование модуля	Лекции	Практики/ семинары	Лабораторные	Сам. работа	Всего, часов
1	Особенности организации тренинговой группы и руководство ею	8	10	0	54	72
	<b>Всего</b>	<b>8</b>	<b>10</b>	<b>0</b>	<b>54</b>	<b>72</b>

#### Тематический план

##### Модуль 1

№ темы	Тема	Кол-во часов	Компетенции по теме
	<b>Лекции</b>		
1	Принципы построения тренинговых программ и групповая динамика	2	ПК-14
2	Принципы построения тренинговых программ и групповая динамика	2	ПК-14
3	Алгоритм разработки тематических тренингов и отдельных тренинговых занятий	2	ПК-14
4	Алгоритм разработки тематических тренингов и отдельных тренинговых занятий	2	ПК-14
	<b>Практические занятия (семинары)</b>		
1	Разработка и проведение тематических занятий социально-психологического тренинга	2	ПК-14
2	Разработка и проведение тематических занятий социально-психологического тренинга	2	ПК-14
3	Виды социально-психологического тренинга. Разработка программы отдельных видов тренинга. Апробирование программы (проведение тренинга).	6	ПК-14
	<b>Самостоятельная работа</b>		
1	Методы психологического воздействия	8	ПК-14
3	Социально-психологический тренинг	8	ПК-14
4	Методы психологического обучения и воздействия в различных направлениях групповой работы	8	ПК-14
5	Дискуссионный метод активного социально-психологического обучения	8	ПК-14

ОПОП	СМК-РПД-Б1.В.11-2019
Рабочая программа дисциплины Б1.В.11 «Основы социально-психологического тренинга» для направления подготовки 37.03.01 «Психология», общий профиль	

6	Игровой метод активного социально-психологического обучения	8	ПК-14
7	Общее понятие о методах активного социально-психологического обучения	8	ПК-14
8	Ведение группы. Разработка и проведение тематических занятий социально-психологического тренинга.	6	ПК-14

## 5.2 Тематическое планирование для заочной формы обучения

### Тематическое планирование

3 семестр

#### Модули дисциплины

№	Наименование модуля	Лекции	Практики/ семинары	Лабораторные	Сам. работа	Всего, часов
1	Общее понятие о методах активного социально-психологического обучения	0	0	0	12	12
2	Виды тренинговых групп	4	0	0	0	4
	<b>Всего</b>	<b>4</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>12</b>	<b>16</b>

#### Тематический план

##### Модуль 1

№ темы	Тема	Кол-во часов	Компетенции по теме
	<b>Лекции</b>		
	<b>Самостоятельная работа</b>		
1	Общее понятие о методах активного социально-психологического обучения	8	ПК-14
2	Методы психологического воздействия	4	ПК-14

##### Модуль 2

№ темы	Тема	Кол-во часов	Компетенции по теме
	<b>Лекции</b>		
1	Виды тренинговых групп Общее понятие о методах активного социально-психологического обучения	2	ПК-14

ОПОП	СМК-РПД-Б1.В.11-2019
Рабочая программа дисциплины Б1.В.11 «Основы социально-психологического тренинга» для направления подготовки 37.03.01 «Психология», общий профиль	

2	Методы психологического обучения и воздействия в различных направлениях групповой работы. Групповая форма обучения. Руководство группой. Групповой процесс.	2	ПК-14
---	---	---	-------

**Тематическое планирование**

4 семестр

**Модули дисциплины**

№	Наименование модуля	Лекции	Практики/ семинары	Лабораторные	Сам. работа	Всего, часов
1	<b>Использование элементов психотерапевтического воздействия в тренинговой работе</b>	0	10	0	82	92
	<b>Всего</b>	0	10	0	82	92

**Тематический план**

**Модуль 1**

№ темы	Тема	Кол-во часов	Компетенции по теме
	<b>Практические занятия (семинары)</b>		
1	Современные модели тренинговых технологий.	2	ПК-14
2	Дискуссия как метод активного социально-психологического обучения.	2	ПК-14
3	Игра как метод социально-психологического обучения.	2	ПК-14
4	Арт-терапевтические техники и их применение в тренинговой работе	2	ПК-14
5	Применение техник телесно-ориентированной терапии в тренинговой работе	2	ПК-14
	<b>Самостоятельная работа</b>		
1	Общее понятие о методах социально-психологическом тренинге	2	ПК-14
3	Дискуссионный метод активного социально-психологического обучения	10	ПК-14
4	Социально-психологический тренинг	10	ПК-14
5	Характеристика основных видов социально-психологического тренинга	10	ПК-14

ОПОП	СМК-РПД-Б1.В.11-2019
Рабочая программа дисциплины Б1.В.11 «Основы социально-психологического тренинга» для направления подготовки 37.03.01 «Психология», общий профиль	

6	Принципы организации и работы тренинговой группы	10	ПК-14
7	Методы психологического обучения и воздействия в различных направлениях групповой работы.	10	ПК-14
8	Т-группы, Группы-встреч	10	ПК-14
9	Группы психодраммы, Группы транзактного анализа	10	ПК-14
10	Руководство группой. Разработка и проведение тематических занятий социально-психологического тренинга	10	ПК-14

### Тематическое планирование

5 семестр

#### Модули дисциплины

№	Наименование модуля	Лекции	Практики/ семинары	Лабораторные	Сам. работа	Всего, часов
1	Специфика тренинговой работы, как метода активного социально-психологического обучения	6	0	0	43	49
2	Методы активного социально-психологического обучения	0	0	0	40	40
3	Виды тренинговых групп	0	6	0	40	46
	<b>Всего</b>	<b>6</b>	<b>6</b>	<b>0</b>	<b>123</b>	<b>135</b>

#### Тематический план

##### Модуль 1

№ темы	Тема	Кол-во часов	Компетенции по теме
	<b>Самостоятельная работа</b>		
1	Общее понятие о методах активного социально-психологического обучения.	10	ПК-14
2	Руководство группой. Групповой процесс.	8	ПК-14
3	Руководство группой. Групповой процесс.	5	ПК-14

ОПОП		СМК-РПД-Б1.В.11-2019
Рабочая программа дисциплины Б1.В.11 «Основы социально-психологического тренинга» для направления подготовки 37.03.01 «Психология», общий профиль		

4	Групповая форма обучения. Руководство группой. Групповой процесс.	5	ПК-14
5	Групповая форма обучения. Руководство группой. Групповой процесс.	5	ПК-14
6	Методы психологического воздействия. Методы психологического обучения и воздействия в различных направлениях групповой работы	5	ПК-14
7	Методы психологического воздействия. Методы психологического обучения и воздействия в различных направлениях групповой работы	5	ПК-14

### Модуль 2

№ темы	Тема	Кол-во часов	Компетенции по теме
	<b>Самостоятельная работа</b>		
8	Стимулирование творчества методами активного обучения	5	ПК-14
9	Стимулирование творчества методами активного обучения	5	ПК-14
10	Социально-психологический тренинг	5	ПК-14
11	Социально-психологический тренинг	5	ПК-14
12	Игровой метод активного социально-психологического обучения	5	ПК-14
13	Игровой метод активного социально-психологического обучения	5	ПК-14
14	Дискуссионный метод активного социально-психологического обучения	5	ПК-14
15	Дискуссионный метод активного социально-психологического обучения	5	ПК-14

### Модуль 3

№ темы	Тема	Кол-во часов	Компетенции по теме
	<b>Практические занятия (семинары)</b>		



ОПОП		СМК-РПД-Б1.В.11-2019
Рабочая программа дисциплины Б1.В.11 «Основы социально-психологического тренинга» для направления подготовки 37.03.01 «Психология», общий профиль		

1	Руководство тренинговой группой. Разработка и проведение тематических занятий социально-психологического тренинга.	4	ПК-14
2	Виды социально-психологического тренинга. Разработка программы отдельных видов тренинга. Апробирование программы (проведение тренинга).	2	ПК-14
<b>Самостоятельная работа</b>			
16	Руководство группой. Разработка и проведение тематических занятий СПТ	5	ПК-14
17	Руководство группой. Разработка и проведение тематических занятий СПТ	5	ПК-14
18	Психолого-педагогический тренинг	5	ПК-14
19	Психолого-педагогический тренинг	5	ПК-14
20	Развитие сензитивности. Социально-психологический тренинг сензитивности	5	ПК-14
21	Развитие сензитивности. Социально-психологический тренинг сензитивности	5	ПК-14
22	Тренинг личностного роста	5	ПК-14
23	Тренинг личностного роста	5	ПК-14

## 6. Самостоятельная работа

Самостоятельная работа включает две составные части: аудиторная самостоятельная работа и внеаудиторная.

Самостоятельная аудиторная работа включает выступление по вопросам семинарских занятий, выполнение практических заданий (*при наличии*).

Внеаудиторная самостоятельная работа студентов заключается в следующих формах:

- изучение литературы; осмысление изучаемой литературы;
- работа в информационно-справочных системах;
- аналитическая обработка текста (конспектирование, реферирование);
- составление плана и тезисов ответа в процессе подготовки к занятию;
- решение задач;
- подготовка сообщений по вопросам семинарских занятий.

### 6.1. Планы семинарских (практических, лабораторных) занятий

...

ОПОП		СМК-РПД-Б1.В.11-2019
Рабочая программа дисциплины Б1.В.11 «Основы социально-психологического тренинга» для направления подготовки 37.03.01 «Психология», общий профиль		

## 2 курс, 4 семестр

### Занятие №1 (практическое)

**Тема:** Основные направления тренинговой работы

**Цель:** Познакомиться с современным подходом к тренинговой работе. Рассмотреть эклектические модели тренинга.

**Основные понятия:** *экзистенциальная терапия, гештальт-терапия, арттерапия, психодрама, нейролингвистическое программирование, классический психоанализ, когнитивная психотерапия, транзактный анализ, психосинтез; индивидуальная психология Адлера, телесно-ориентированная терапия, сказкотерапия; клиент-ориентированная терапия.*

**Подготовка к занятию:**

1. Повторить основные понятия и техники направлений
2. Подумать и описать современную модель тренинговой работы. Обосновать сделанный выбор.

**Ход занятия:**

1. Деловая игра «Современный тренинг»
2. Групповая рефлексия
3. Дискуссия «Плюсы и минусы группового взаимодействия»

### Занятие №2 (практическое)

**Тема:** Пути и средства психологического воздействия в социально-психологическом тренинге

**Цель:** Познакомиться с основными методами психологического воздействия. Рассмотреть основные виды директив в социально-психологическом тренинге.

**Основные понятия:** *директива, методы воздействия в социально-психологическом тренинге, социально-психологическое обучение, активное слушание.*

**Подготовка к занятию:**

1. Повторить основные понятия
2. Подумать и описать современную пути и средства психологического воздействия в социально-психологическом тренинге. Обосновать сделанный выбор.

**Ход занятия:**

1. Использование директив в практических упражнениях.
2. Использование навыков слушания. Нереплексивное, рефлексивное, активное слушание в предложенных практических упражнениях.

### Занятие №3 (практическое)

**Тема:** Дискуссионный метод групповой работы

**Цель:** 1. Закрепить на практике полученные знания по организации дискуссии.

2. На практике освоить методы проведения различных видов дискуссии. Выработать навыки проведения дискуссии.
3. Познакомиться с несколькими конкретными упражнениями.

ОПОП		СМК-РПД-Б1.В.11-2019
Рабочая программа дисциплины Б1.В.11 «Основы социально-психологического тренинга» для направления подготовки 37.03.01 «Психология», общий профиль		

### **Подготовка к занятию.**

1. Повторить этапы проведения дискуссии.
  - подготовительный;
  - процедура дискуссии;
  - завершение;

и особенности подготовки и проведения каждого этапа.
2. Повторить основные задачи руководителя на каждом этапе:
  - по отношению к проблеме;
  - по отношению к группе;
  - по отношению к каждому участнику.
3. Выбрать тему для проведения дискуссии и подготовиться к проведению в группе дискуссии.

### **Ход занятия.**

1. Теоретическая часть
  - основные этапы проведения дискуссии;
  - задачи руководителя на каждом этапе;
  - основные техники слушания.
2. Практическая часть
  - упражнение на анализ предметных позиций участников дискуссии (дискуссия со скрытыми ролями).
  - упражнение на умение соблюдать правила ведения дискуссии.
  - упражнение на техники активного слушания.
  - проведение групповой дискуссии.

## **Занятие №4 (практическое)**

**Тема:** Игровой метод групповой работы.

**Цель:** Знакомство с различными видами психологических игр. Формирования умений организации и проведения игр.

### **Подготовка к занятию:**

1. Разделившись по 2 человека, подготовить к проведению в группе игру любого вида.
2. Оформить описание игры по плану:
  - Название.
  - Цели, задачи.
  - Подготовка к проведению игры.
  - Время выполнения.
  - Состав участников.
  - Процедура выполнения.

### **Ход занятия:**

Рассмотрение и проведение в группе подготовленных игр.

## **Занятие №5 (практическое)**

**Тема:** Психодраматическое направление.

**Цель:** Рассмотреть специфику работы и способы воздействия в группах психодрамы. Познакомиться с их целями, задачами, основными понятиями и процедурами. Сравнить методы воздействия и обучения в различных направлениях групповой работы.

ОПОП		СМК-РПД-Б1.В.11-2019
Рабочая программа дисциплины Б1.В.11 «Основы социально-психологического тренинга» для направления подготовки 37.03.01 «Психология», общий профиль		

**Основные понятия:** ролевые игры; спонтанность; теле; катарсис; инсайт.

**Подготовка к занятию:**

1. Познакомиться с предложенной литературой.
2. Подготовить сообщения по основным вопросам.
3. Сравнить различные модели обучающихся и психокоррекционных групп.

**Ход занятия:**

Обсуждение теоретических вопросов:

- История и развитие психодрамы.
  - Основные понятия и процедуры, применяющиеся в психодраме.
- Обсуждение практических вопросов:
- Виды упражнений психодрамы.
  - Сравнение различных моделей обучающихся и психокоррекционных групп, используемых методов обучения и воздействия.

### Занятие №6 (практическое)

**Тема:** Гештальт-группы. Группы транзактного анализа

**Цель:** Рассмотреть специфику работы и способы воздействия в гештальт-группах и Познакомиться с их целями, задачами, основными понятиями и процедурами. Сравнить методы воздействия и обучения в различных направлениях групповой работы.

**Основные понятия:** фигура, фон, контакт, осознание, интроекция, конфлюенция, ретрофлексия, проекция ролевые игры; сценарии, эго-состояния, транзакции.

**Подготовка к занятию:**

1. Познакомиться с предложенной литературой.
2. Подготовить сообщения по основным вопросам.
3. Провести сравнительный анализ гештальт-групп с другими видами терапевтических групп.

**Ход занятия:**

Обсуждение теоретических вопросов:

- История и развитие гештальт-терапии.
- Основные понятия и процедуры, применяющиеся в гештальт-терапии.
- Схема классической гештальт - терапевтической работы
- История и развитие транзактного анализа.
- Модель эго-состояний.
- Виды транзакций.
- Игры и сценарии, предложенные Э. Берном.
- Основные понятия и процедуры, применяющиеся в транзактном анализе.

### Занятие №7-8 (практическое)

**Тема:** Социально-психологический тренинг сензитивности.

**Цель:** Формирование навыка работы с упражнениями Т-групп. Отработка навыков проведения упражнений, направленных на тренировку межличностной чувствительности.

**Подготовка к занятию:**

1. Повторить основные понятия и процедуры Т-групп.
2. Познакомиться с упражнениями «Потерпевшие кораблекрушение», «Скетчи».
3. Подготовиться к их проведению в группе.

ОПОП		СМК-РПД-Б1.В.11-2019
Рабочая программа дисциплины Б1.В.11 «Основы социально-психологического тренинга» для направления подготовки 37.03.01 «Психология», общий профиль		

4. Подобрать и подготовиться к проведению в группе упражнений, направленных на тренировку межличностной чувствительности.

**Ход занятия:**

1. Проведение упражнений в группе:
  - «Потерпевшие кораблекрушение»
  - «Скетчи»
  - другие упражнения на тренировку межличностной чувствительности.
2. Обсуждение.

**Занятие №9-10  
(практическое)**

**Тема:** Группы тренинга умений. Темоцентрированное взаимодействие

**Цель:** Познакомиться с методами работы групп тренинга умений и темоцентрированного взаимодействия. Обобщить полученные знания.

**Основные понятия:** *Группы тренинга умений- учебная модель; постановка цели; измерение и оценка; Темоцентрированное взаимодействие – проживание-научение; перенос и контрперенос; тема; динамический баланс;*

**Подготовка к занятию:**

1. Изучить предложенную литературу.
2. Подготовить сообщения по основным вопросам.

**Ход занятия:**

1. Обсуждение основных понятий
2. Обсуждение теоретических вопросов:
  1. История и развитие тренинга умений.
  2. Основные процедуры группы тренинга умений (Оценка уверенности в себе; репетиция уверенного поведения; релаксационный тренинг; когнитивное реструктурирование; домашняя работа; дополнительные методики).
  3. История развития групп темоцентрированного взаимодействия.
  4. Основные процедуры темоцентрированного взаимодействия ( постулаты; правила общения; начало работы в группе; руководитель как блюститель метода)
3. Обсуждение практических вопросов:
  - Практические упражнения Группы тренинга умений и темоцентрированного взаимодействия.

**Занятие №11  
(практическое)**

**Тема:** Социальнопсихологический тренинг креативности

**Цель:** Подробное знакомство со способами стимуляции творчества, изобретательской деятельности. Проведение практических упражнений, направленных на развитие креативности и активизацию творческой деятельности.

**Основные понятия:** *Приемы развития творчества: мозговой штурм ( синектика, челночный метод, обратный штурм; морфологический анализ), метод фокальных объектов и др. Арт- терапия.*

**Подготовка к занятию:**

1. Дать определения основным понятиям.
2. Подготовить сообщения по основным вопросам.
3. Подготовить для проведения в группе упражнения, направленные на развитие креативности и активизацию творческой деятельности.

ОПОП		СМК-РПД-Б1.В.11-2019
Рабочая программа дисциплины Б1.В.11 «Основы социально-психологического тренинга» для направления подготовки 37.03.01 «Психология», общий профиль		

**Ход занятия:**

1. Обсуждение теоретических вопросов:
  - Основные способы активизации изобретательской деятельности:
  - Использование методов арт-терапии для стимуляции творчества.
  - Тренинг для работы с одаренными детьми.
2. Проведение упражнений, направленных на развитие творчества.

**Занятие №12  
(практическое)**

**Тема:** Психолого-педагогический тренинг

**Цель:** Формирование и отработка навыков проведения психолого-педагогического тренинга.

**Подготовка к занятию:** Рассмотреть и подготовить упражнения, используемые в психолого-педагогическом тренинге и соответствующие циклам «Учитель-Школа», «Учитель-Класс», «Учитель-Ученик», «Я - Учитель», «Учитель-Семья».

**Ход занятия:**

1. Проведение упражнений в группе.
2. Обсуждение.

**3 курс, 5 семестр**

**Занятие №1  
(практическое)**

**Тема:** Гештальт-группы.

**Цель:** Рассмотреть специфику работы и способы воздействия в гештальт-группах и Познакомиться с их целями, задачами, основными понятиями и процедурами. Сравнить методы воздействия и обучения в различных направлениях групповой работы.

**Основные понятия:** *фигура, фон, контакт, осознание, интроекция, конфлюенция, ретрофлексия, проекция*

**Подготовка к занятию:**

1. Познакомиться с предложенной литературой.
2. Подготовить сообщения по основным вопросам.
3. Провести сравнительный анализ гештальт-групп с другими видами терапевтических групп.

**Ход занятия:**

Обсуждение теоретических вопросов:

- История и развитие гештальт-терапии.
- Основные понятия и процедуры, применяющиеся в гештальт-терапии.
- Схема классической гештальт - терапевтической работы

Обсуждение практических вопросов:

- Виды упражнений гештальт-групп.
- Техники, направленные на работу с интроекцией, конфлюенцией, ретрофлексией, проекцией. Работа с фантазией, сном, сказкой в гештальт-терапии.
- Возможность применения техник гештальт-терапии в тренинге коммуникативной компетентности

ОПОП		СМК-РПД-Б1.В.11-2019
Рабочая программа дисциплины Б1.В.11 «Основы социально-психологического тренинга» для направления подготовки 37.03.01 «Психология», общий профиль		

## Занятие №2 (практическое)

**Тема:** Применение техник трансактного анализа в тренинге

**Цель:** Рассмотреть специфику работы и способы воздействия в группах трансактного анализа. Познакомиться с их целями, задачами, основными понятиями и процедурами. Сравнить методы воздействия и обучения в различных направлениях групповой работы.

**Основные понятия:** *ролевые игры; сценарии, эго-состояния спонтанность;*

**Подготовка к занятию:**

1. Познакомиться с предложенной литературой.
2. Подготовить сообщения по основным вопросам.
3. Сравнить различные модели обучающихся и психокоррекционных групп.

**Ход занятия:**

Обсуждение теоретических вопросов:

- История и развитие трансактного анализа.
  - Модель эго-состояний.
  - Виды трансакций.
  - Игры и сценарии, предложенные Э. Берном.
  - Основные понятия и процедуры, применяющиеся в трансактном анализе.
- Обсуждение практических вопросов:
- Виды упражнений трансактного анализа.
  - Возможность применения трансактного анализа в тренинговой работе.

## Занятие №3 (практическое)

**Тема:** Психодраматическое направление. Сравнение различных моделей тренинговых групп.

**Цель:** Рассмотреть специфику работы и способы воздействия в группах психодрамы. Познакомиться с их целями, задачами, основными понятиями и процедурами. Сравнить методы воздействия и обучения в различных направлениях групповой работы.

**Основные понятия:** *ролевые игры; спонтанность; теле; катарсис; инсайт.*

**Подготовка к занятию:**

4. Познакомиться с предложенной литературой.
5. Подготовить сообщения по основным вопросам.
6. Сравнить различные модели обучающихся и психокоррекционных групп.

**Ход занятия:**

Обсуждение теоретических вопросов:

- История и развитие психодрамы.
  - Основные понятия и процедуры, применяющиеся в психодраме.
- Обсуждение практических вопросов:
- Виды упражнений психодрамы.
  - Сравнение различных моделей обучающихся и психокоррекционных групп, используемых методов обучения и воздействия.

## Занятие №4 (практическое)

**Тема:** Арт-терапевтические техники и их применение в тренинговой работе.

ОПОП		СМК-РПД-Б1.В.11-2019
Рабочая программа дисциплины Б1.В.11 «Основы социально-психологического тренинга» для направления подготовки 37.03.01 «Психология», общий профиль		

**Цель:** Рассмотреть основные направления арттерапии. Познакомиться с вариантами их применения в тренинге.

**Основные понятия:** арттерапия, сказкотерапия, танцевальная терапия, креативность, стереоскопическое мышление; музыкотерапия; библиотерапия; проективный рисунок; сочинение истории.

**Подготовка к занятию:**

1. Познакомится с предложенной литературой
2. Подготовить сообщения

**Ход занятия:**

1. Обсуждение теоретических вопросов:
  - Общая характеристика метода.
  - Основные направления в арттерапии.
  - Музыкотерапия. Возможность применения в тренинговом занятии.
  - Библиотерапия. Особенности подбора литературы.
  - Сказкотерапия.
  - Возможность работы со сказкой в разных психологических парадигмах
2. Выполнение практических упражнений «Сочинение историй», «Разыгрывание сказки», «Коллективный рисунок», «Сказки моего детства», «Спонтанный танец».
3. Групповая рефлексия
4. Разработка тренинговых занятий с использованием техник арттерапии для разных возрастных групп.
5. Апробация занятий в группе

#### **Занятие №5 (практическое)**

**Тема: Применение техник телесно-ориентированной терапии в тренинге**

**Цель:** Рассмотреть основные техники телесно-ориентированной терапии. Познакомиться с вариантами их применения в тренинге. Рассмотреть теории возникновения психосоматических расстройств.

**Основные понятия:** мышечная броня, энергия, потребность, психосоматика, орган-мишень.

**Подготовка к занятию:**

1. Познакомится с предложенной литературой
2. Найти в литературе описания основных техник ТОТ (техники Лоуэна, Фильденкрайза, Райха, Александера и т.д)

**Ход занятия:**

1. Обсуждение теоретических вопросов:
  - техники ТОТ.
2. Выполнение практических упражнений «Скульптура здорового эгоизма», «Прикосновения», «Правда-ложь», «воспоминания», «Боль».
3. Групповая рефлексия
4. Разработка тренинговых занятий с использованием техник ТОТ.

#### **3 курс, 6 семестр Занятие №1-2 (практическое)**

**Тема:** Руководство тренинговой группой. Разработка и проведение тематических занятий социально-психологического тренинга.



ОПОП		СМК-РПД-Б1.В.11-2019
Рабочая программа дисциплины Б1.В.11 «Основы социально-психологического тренинга» для направления подготовки 37.03.01 «Психология», общий профиль		

**Цель:** Формирование умений подбора и проведения упражнений, позволяющих ведущему выявлять и прорабатывать групповые проблемы. Формирование навыка разработки и проведения занятия по определенной теме. Отработка навыков ведения группы.

**Подготовка к занятию:**

1. Найти и проработать 1 упражнение, диагностирующее групповую ситуацию:

- начало работы
- сплоченность
- деление группы на подгруппы
- доверие
- анализ развития группы
- взаимное влияние
- проекции, симпатии
- групповая атмосфера
- групповые нормы
- отношение к ведущему
- расставание
- цели как предмет работы в группе.

2. Разбившись на подгруппы по 2-3 человека, разработать 1 занятие по выбранной теме, по сценарию:

1. Разминка (лучше всего тематическая).
2. Диагностика проблемы в ходе выполнения упражнения или небольшой игры.
3. Теоретическая часть: введение понятий, правил, технологий.
4. Отработка навыков в серии упражнений.
5. Обобщение полученных навыков в "большой" ролевой игре.
6. Рефлексия (обмен чувствами, анализ произошедшего, ответы на вопросы ведущего [сформулировать конкретные вопросы]).
7. Обратная связь.

Рассматривать конкретные игры и упражнения по плану:

Название (тема). Цель, задачи. Необходимое время для проведения. Материалы.  
Подготовка.  
Процедура проведения

Приблизительные темы для разработки занятий:

- Агрессия и гнев, самоуважение, самооценка, решение проблем и конфликтов, общение, фантазия, принадлежность к группе и т.д..

**Ход занятия:**

Рассмотрение, обсуждение и проведение подготовленных упражнений и занятий.

**Занятие №3-5  
(практическое)**

**Тема:** Виды социально-психологического тренинга. Разработка программы отдельных видов тренинга. Апробирование программы (проведение тренинга).

**Цель:** Формирование и отработка умений и навыков по разработке программы отдельных видов СПТ и проведению подготовленных краткосрочных тренингов.

**Подготовка к занятию:**

1. Разработать программу выбранного вида СПТ.

Примерный список видов СПТ, предлагаемых для разработки:

ОПОП		СМК-РПД-Б1.В.11-2019
Рабочая программа дисциплины Б1.В.11 «Основы социально-психологического тренинга» для направления подготовки 37.03.01 «Психология», общий профиль		

- \*Тренинг публичного выступления. Тренинг убеждающего воздействия.
  - \*Тренинг деловых переговоров.
  - \*Тренинг эффективного общения и рационального поведения в конфликте.
  - \*Тренинг уверенности в себе.
  - \*Тренинг взаимовосприятия и понимания.
2. Подготовиться к проведению краткосрочного тренинга по разработанной программе.

**Ход занятия:**

- Проведение тренинга.
- Обсуждение.

**6.2. Планы семинарских (практических, лабораторных) занятий для заочной формы обучения**

**2 курс, 4 семестр**

**Занятие №1  
(практическое)**

**Тема:** Современные модели тренинговых технологий.

**Цель:** Познакомиться с современным подходом к тренинговой работе. Рассмотреть эклектические модели тренинга.

**Основные понятия:** *экзистенциальная терапия, гештальт-терапия, арттерапия, психодрама, нейролингвистическое программирование, классический психоанализ, когнитивная психотерапия, трансактный анализ, психосинтез; индивидуальная психология Адлера, телесно-ориентированная терапии, сказкотерапия; клиент-ориентированная терапия.*

**Подготовка к занятию:**

3. Повторить основные понятия и техники направлений
4. Подумать и описать современную модель тренинговой работы. Обосновать сделанный выбор.

**Ход занятия:**

1. Деловая игра «Современный тренинг»
2. Групповая рефлексия
3. Дискуссия «Плюсы и минусы группового взаимодействия»

**Занятия №2  
(практические)**

**Тема:** Дискуссия как метод активного социально-психологического обучения.

**Цель:** 1. Закрепить на практике полученные знания по организации дискуссии.  
4. На практике освоить методы проведения различных видов дискуссии. Выработать навыки проведения дискуссии.  
5. Познакомиться с несколькими конкретными упражнениями.

**Подготовка к занятию.**

2. Повторить этапы проведения дискуссии.

- подготовительный;
- процедура дискуссии;
- завершение;

и особенности подготовки и проведения каждого этапа.

ОПОП		СМК-РПД-Б1.В.11-2019
Рабочая программа дисциплины Б1.В.11 «Основы социально-психологического тренинга» для направления подготовки 37.03.01 «Психология», общий профиль		

4. Повторить основные задачи руководителя на каждом этапе:
  - по отношению к проблеме;
  - по отношению к группе;
  - по отношению к каждому участнику.
5. Выбрать тему для проведения дискуссии и подготовиться к проведению в группе дискуссии.

**Ход занятия.**

3. Теоретическая часть

- основные этапы проведения дискуссии;
- задачи руководителя на каждом этапе;
- основные техники слушания.

4. Практическая часть

- упражнение на анализ предметных позиций участников дискуссии (дискуссия со скрытыми ролями).
- упражнение на умение соблюдать правила ведения дискуссии.
- упражнение на техники активного слушания.
- проведение групповой дискуссии.

**Занятие №3  
(практическое)**

**Тема:** Игра как метод социально-психологического обучения.

**Цель:** Знакомство с различными видами психологических игр. Формирования умений организации и проведения игр.

**Подготовка к занятию:**

3. Разделившись по 2 человека, подготовить к проведению в группе игру любого вида.
4. Оформить описание игры по плану:
  - Название.
  - Цели, задачи.
  - Подготовка к проведению игры.
  - Время выполнения.
  - Состав участников.
  - Процедура выполнения.

**Ход занятия:**

Рассмотрение и проведение в группе подготовленных игр.

**Занятие №4  
(практическое)**

**Тема:** Арт-терапевтические техники и их применение в тренинговой работе.

**Цель:** Рассмотреть основные направления арттерапии. Познакомиться с вариантами их применения в тренинге.

**Основные понятия:** арттерапия, сказкотерапия, танцевальная терапия, креативность, стереоскопическое мышление; музыкотерапия; библиотерапия; проективный рисунок; сочинение истории.

**Подготовка к занятию:**

3. Познакомится с предложенной литературой
4. Подготовить сообщения

ОПОП		СМК-РПД-Б1.В.11-2019
Рабочая программа дисциплины Б1.В.11 «Основы социально-психологического тренинга» для направления подготовки 37.03.01 «Психология», общий профиль		

**Ход занятия:**

1. Обсуждение теоретических вопросов:
  - Общая характеристика метода.
  - Основные направления в арттерапии.
  - Музыкалотерапия. Возможность применения в тренинговом занятии.
  - Библиотерапия. Особенности подбора литературы.
  - Сказкотерапия.
  - Возможность работы со сказкой в разных психологических парадигмах
2. Выполнение практических упражнений «Сочинение историй», «Разыгрывание сказки», «Коллективный рисунок», «Сказки моего детства», «Спонтанный танец».
3. Групповая рефлексия
4. Разработка тренинговых занятий с использованием техник арттерапии для разных возрастных групп.
5. Аprobация занятий в группе

**Занятие №5  
(практическое)**

**Тема:** Применение техник телесно-ориентированной терапии в тренинговой работе

**Цель:** Рассмотреть основные техники телесно-ориентированной терапии. Познакомиться с вариантами их применения в тренинге. Рассмотреть теории возникновения психосоматических расстройств.

**Основные понятия:** мышечная броня, энергия, потребность, психосоматика, органи-мишень.

**Подготовка к занятию:**

3. Познакомиться с предложенной литературой
4. Найти в литературе описания основных техник ТОТ ( техники Лоуэна, Фильденкрайза, Райха, Александера и т.д)

**Ход занятия:**

1. Обсуждение теоретических вопросов:
  - техники ТОТ.
2. Выполнение практических упражнений «Скульптура здорового эгоизма», «Прикосновения», «Правда-ложь», «вспоминания», «Боль».
3. Групповая рефлексия
4. Разработка тренинговых занятий с использованием техник ТОТ.

**3 курс 5 семестр  
Занятие №1-2  
(практическое)**

**Тема:** Руководство тренинговой группой. Разработка и проведение тематических занятий социально-психологического тренинга.

**Цель:** Формирование умений подбора и проведения упражнений, позволяющих ведущему выявлять и прорабатывать групповые проблемы. Формирование навыка разработки и проведения занятия по определенной теме. Отработка навыков ведения группы.

ОПОП		СМК-РПД-Б1.В.11-2019
Рабочая программа дисциплины Б1.В.11 «Основы социально-психологического тренинга» для направления подготовки 37.03.01 «Психология», общий профиль		

### **Подготовка к занятию:**

1. Найти и проработать 1 упражнение, диагностирующее групповую ситуацию:

- начало работы
- сплоченность
- деление группы на подгруппы
- доверие
- анализ развития группы
- взаимное влияние
- проекции, симпатии
- групповая атмосфера
- групповые нормы
- отношение к ведущему
- расставание
- цели как предмет работы в группе.

2. Разбившись на подгруппы по 2-3 человека, разработать 1 занятие по выбранной теме, по сценарию:

8. Разминка (лучше всего тематическая).
9. Диагностика проблемы в ходе выполнения упражнения или небольшой игры.
10. Теоретическая часть: введение понятий, правил, технологий.
11. Отработка навыков в серии упражнений.
12. Обобщение полученных навыков в "большой" ролевой игре.
13. Рефлексия (обмен чувствами, анализ произошедшего, ответы на вопросы ведущего [сформулировать конкретные вопросы]).
14. Обратная связь.

Рассматривать конкретные игры и упражнения по плану:

Название (тема). Цель, задачи. Необходимое время для проведения. Материалы. Подготовка.

Процедура проведения

Приблизительные темы для разработки занятий:

- Агрессия и гнев, самоуважение, самооценка, решение проблем и конфликтов, общение, фантазия, принадлежность к группе и т.д..

### **Ход занятия:**

Рассмотрение, обсуждение и проведение подготовленных упражнений и занятий.

## **Занятие №3 (практическое)**

**Тема:** Виды социально-психологического тренинга. Разработка программы отдельных видов тренинга. Апробирование программы (проведение тренинга).

**Цель:** Формирование и отработка умений и навыков по разработке программы отдельных видов СПТ и проведению подготовленных краткосрочных тренингов.

### **Подготовка к занятию:**

1. Разработать программу выбранного вида СПТ.

Примерный список видов СПТ, предлагаемых для разработки:

- \*Тренинг публичного выступления. Тренинг убеждающего воздействия.
- \*Тренинг деловых переговоров.
- \*Тренинг эффективного общения и рационального поведения в конфликте.

ОПОП		СМК-РПД-Б1.В.11-2019
Рабочая программа дисциплины Б1.В.11 «Основы социально-психологического тренинга» для направления подготовки 37.03.01 «Психология», общий профиль		

\*Тренинг уверенности в себе.

\*Тренинг взаимовосприятия и понимания.

2. Подготовиться к проведению краткосрочного тренинга по разработанной программе.

**Ход занятия:**

Проведение тренинга.

Обсуждение.

## 6.2 Внеаудиторная самостоятельная работа

*перечисляются задания для выполнения внеаудиторной самостоятельной работы*

### Задания для самостоятельной работы

#### Тема 1: Общее понятие о групповой психологической работе

**Основные понятия:** *Методы активного обучения. Активное социально-психологическое обучение. Обзор методов активного социально-психологического обучения: дискуссионные методы, игровые методы, тренировка межличностной чувствительности. Общение и коммуникативная компетентность индивида.*

**Задания:**

1. Выучить определения основных понятий по теме из лекционного материала.
2. Дать сравнительную характеристику методам активного социально-психологического обучения.

#### Тема 2: Групповые формы обучения. Руководство группой. Групповый процесс.

Руководство группой. Основные стили. Роли руководителя тренинговой группы (эксперт, катализатор, организатор, образцовый участник). Основные направления деятельности руководителя тренинговой группы. Степень вмешательства руководителя в работу группы. Функции руководителя. Этика руководителя группы. Внутригрупповая этика. Схема подготовки руководителей групп.

#### Тема 3: Методы психологического воздействия.

**Основные понятия:** *Характеристика методов воздействия. Использование директив. Виды директив, используемые в активном социально-психологическом обучении. Навыки слушания. Нереплексивное, рефлексивное, активное слушание.*

**Задания:**

1. Выписать определения основных понятий из предложенной литературы (3;5;8)
2. Подобрать невербальные и вербальные методы воздействия руководителя тренинга на группу.
3. Заполнить таблицу.

Методы психологического воздействия	Назначение	Вербальный/невербальный характер

ОПОП		СМК-РПД-Б1.В.11-2019
Рабочая программа дисциплины Б1.В.11 «Основы социально-психологического тренинга» для направления подготовки 37.03.01 «Психология», общий профиль		

--	--	--

#### **Тема 4: Применение дискуссии в социально-психологическом тренинге**

Основные понятия: *Цели дискуссии (психолого-коммуникативные, профессиональные). Этапы дискуссии. Организация и проведение дискуссии. Технология и эффекты групповой дискуссии. Виды дискуссии. Стихийная дискуссия. Дискуссия со скрытыми ролями. Дискуссия на деловую тему. Роли организатора дискуссии. Трудности при организации дискуссии. Руководитель дискуссии, задачи руководителя дискуссии.*

##### **Задания:**

1. Выучить основные виды и ролевые позиции в дискуссиях.
2. Выучить правила ведения дискуссии.
3. Подобрать упражнения на развитие активного слушания.
4. Подобрать 3-4 темы для проведения дискуссии.

#### **Тема 5: Применение игрового метода в социально-психологическом тренинге.**

Основные понятия: *Роль игры в жизни человека. Формы игры. Игра как метод обучения человека. Социально-психологические особенности игры. Психотехнические игры. Особенности игровых методов подготовки кадров. Организационно-обучающие игры. Деловые игры. Учебные ДИ. Принципы организации и цели обучающей деловой игры. Фазы и этапы организации организационно-обучающей игры. Метод ролевых игр. Понятие ролевой игры. Назначение ролевых игр. Цели и задачи ролевых игр. Преимущества и недостатки ролевой игры. Классификации ролевых игр и игроков. Организация и проведение ролевой игры. Включение ролевой игры в учебный план. Внешние ограничения. Ключевые факторы. Типы ролевых игр, соответствующие функциям, которые могут выполнять ролевые игры (описание, демонстрация, тренировка, отображение, сенсублизация, творчество/выражение). Структура занятия; выбор или написание ролевой игры; план игры. Проведение сессии ролевой игры, основные техники. Дебрифинг. Последующие мероприятия.*

##### **Задания:**

1. Прочитать книгу: Фопель К. Психологические группы: рабочие материалы для ведущего.- М., 1999.-262 с., выписать историю развития игрового метода.
2. Разделившись по 2 человека, подготовить к проведению в группе игру любого вида.
3. Оформить описание игры по плану:
  - Название.
  - Цели, задачи.
  - Подготовка к проведению игры.
  - Время выполнения.
  - Состав участников.
  - Процедура выполнения.

#### **Тема 6-7: Сравнение различных моделей тренинговых групп. Подбор и апробация психотехник для различных видов тренинговых групп**

Основные понятия: *Общая характеристика социально-психологического тренинга. Содержательный и процессуальный аспекты взаимодействия в СПТ. Виды социально-психологического тренинга (в соответствии с различными критериями для выделения тренингов). Обратная связь в тренинге. Тренинг как способ конструктивного взаимодействия. Развитие коммуникативной компетентности как одна из важнейших целей социально-психологического тренинга. Возможности тренинга, способы организации. Социально-психологический тренинг межличностного общения. Тренинг делового общения.*

##### **Задания:**

ОПОП		СМК-РПД-Б1.В.11-2019
Рабочая программа дисциплины Б1.В.11 «Основы социально-психологического тренинга» для направления подготовки 37.03.01 «Психология», общий профиль		

*Задание 1.*

1. Выписать определения основных понятий из предложенной литературы (8;4;1)
2. Изучить предложенную литературу.
3. Разработать одно тренинговое занятие для определенного вида групп (на выбор)- Тренинг развития личности в межличностном пространстве; тренинг жизненных умений; тренинг решения личностных проблем; тренинг свободного самоопределения группы; тренинг рационального самопознания и саморазвития; тренинг самоактуализации и саморегуляции.
4. Оформить тренинговое занятие по следующей схеме:
  - Название тренинга
  - Цели тренинга
  - Задачи тренинга
  - Для кого предназначено тренинговая программа
  - Перечень используемых психотехник
  - Названия упражнений
  - Цели упражнений
  - Описание упражнений
  - Инструментарий тренинговых занятий
  - Прогноз (планируемые изменения после реализации программы)

*Задание 2.*

1. Выписать определения основных понятий из предложенной литературы.
2. Повторить основные понятия и процедуры Т-групп. (5,10)
3. Подготовиться к их проведению в группе.
4. Подобрать и подготовиться к проведению в группе упражнений, направленных на тренировку межличностной чувствительности.
5. Познакомиться с упражнениями «потерпевшие кораблекрушение», «Скетчи».

*Задание 3.*

1. Выписать определения основных понятий темы из предложенной литературы.
2. Разработать занятия для обучающего тренинга (например: тренинг для управленческого персонала; тренинг ведения переговоров и т.д.) по следующей схеме:
  - Название
  - Для кого предназначен
  - Время проведения
  - Цели, задачи
  - Описание психотехник

*Задание 4.*

1. Выписать определения основных понятий темы из предложенной литературы
2. Подготовиться к экспресс – контролю по следующим вопросам:
  - Применение музыкотерапии в групповой работе.
  - Сказкотерапия. Основные приемы работы со сказкой.
  - Куклотерапия.
2. Подготовить для проведения в группе упражнения, направленные на развитие креативности и активизацию творческой деятельности.



ОПОП		СМК-РПД-Б1.В.11-2019
Рабочая программа дисциплины Б1.В.11 «Основы социально-психологического тренинга» для направления подготовки 37.03.01 «Психология», общий профиль		

*Задание 5.*

1. Рассмотреть и подготовить упражнения, используемые в психолого-педагогическом тренинге и соответствующие циклам «Учитель-Школа», «Учитель-Класс», «Учитель-Ученик», «Я - Учитель», «Учитель-Семья».

**Тема 8,9,10,11,12: Применение техник телесно-ориентированной терапии в тренинге. Применение техник гештальт-терапии в тренинге. Методы психологического обучения и воздействия в различных направлениях групповой работы. Психодраматические техники в тренинговой работе. Применение НЛП техник в тренинге**

**Основные понятия:** *Характеристика методов воздействия. Использование директив. Виды директив, используемые в активном социально-психологическом обучении. Навыки слушания. Нереплексивное, рефлексивное, активное слушание. Методы психологического обучения и воздействия в различных направлениях групповой работы ( Т-группы; геистальт-группы; группы психодрамы; группы встреч; группы темоцентрированного взаимодействия; группы транзактного анализа).*

**Задания:**

1. Выписать определения основных понятий из предложенной литературы (3;5;8)
2. Подобрать упражнения различных направлений групповой работы.
3. Заполнить таблицу.

Группы	Основные понятия	Основатели
	1. Обучающая лаборатория; 2. Обучение тому, как учиться; 3. Самопрезентация; 4. Обратная связь; 5. «Здесь и теперь»	
	1. Самораскрытие; 2. самосознание; 3. личная ответственность; 4. внимание к чувствам; 5. «Здесь и теперь»	Карл _____ В. Шютц
Гештальт – группы	1. 2. 3. 4. 5. катарсис 6. зрелость	
	1. Ролевые игры; 2. спонтанность; 3. теле; 4. 5.	
	1. Проживание/научение; 2. Перенос и контрперенос; 3. Тема; 4. динамический баланс.	Руфи Кон
	1. Состояния эго 2. 3. 4.	Эрик _____

ОПОП		СМК-РПД-Б1.В.11-2019
Рабочая программа дисциплины Б1.В.11 «Основы социально-психологического тренинга» для направления подготовки 37.03.01 «Психология», общий профиль		

	1. Обучающая модель 2. Измерение и оценка 3. Постановка целей	К. Роджерс
--	---	------------

#### Тема 14: Социально-психологический тренинг.

Основные понятия: *Общая характеристика социально-психологического тренинга. Содержательный и процессуальный аспекты взаимодействия в СПТ. Виды социально-психологического тренинга (в соответствии с различными критериями для выделения тренингов). Обратная связь в тренинге. Тренинг как способ конструктивного взаимодействия. Развитие коммуникативной компетентности как одна из важнейших целей социально-психологического тренинга. Возможности тренинга, способы организации. Социально-психологический тренинг межличностного общения. Тренинг делового общения.*

#### **Задания:**

- Выписать определения основных понятий из предложенной литературы (8;4;1)
- Изучить предложенную литературу.
- Разработать одно тренинговое занятие для определенного вида групп (на выбор) Тренинг развития личности в межличностном пространстве; тренинг жизненных умений; тренинг решения личностных проблем; тренинг свободного самоопределения группы; тренинг рационального самопознания и саморазвития; тренинг самоактуализации и саморегуляции.
- Оформить тренинговое занятие по следующей схеме:

- Название тренинга
- Цели тренинга
- Задачи тренинга
- Для кого предназначено тренинговая программа
- Перечень используемых психотехник
- Названия упражнений
- Цели упражнений
- Описание упражнений
- Инструментарий тренинговых занятий
- Прогноз (планируемые изменения после реализации программы)

#### Тема 15: Дискуссионный метод активного социально-психологического обучения.

Основные понятия: *Цели дискуссии (психолого-коммуникативные, профессиональные). Этапы дискуссии. Организация и проведение дискуссии. Технология и эффекты групповой дискуссии. Виды дискуссии. Стихийная дискуссия. Дискуссия со скрытыми ролями. Дискуссия на деловую тему. Роли организатора дискуссии. Трудности при организации дискуссии. Руководитель дискуссии, задачи руководителя дискуссии.*

#### **Задания:**

- Выучить основные виды и ролевые позиции в дискуссиях.
- Выучить правила ведения дискуссии.
- Подобрать упражнения на развитие активного слушания.
- Подобрать 3-4 темы для проведения дискуссии.

#### Тема 16: Игровой метод активного социально-психологического обучения.

ОПОП		СМК-РПД-Б1.В.11-2019
Рабочая программа дисциплины Б1.В.11 «Основы социально-психологического тренинга» для направления подготовки 37.03.01 «Психология», общий профиль		

*Основные понятия: Роль игры в жизни человека. Формы игры. Игра как метод обучения человека. Социально-психологические особенности игры. Психотехнические игры. Особенности игровых методов подготовки кадров. Организационно-обучающие игры. Деловые игры. Учебные ДИ. Принципы организации и цели обучающей деловой игры. Фазы и этапы организации организационно-обучающей игры. Метод ролевых игр. Понятие ролевой игры. Назначение ролевых игр. Цели и задачи ролевых игр. Преимущества и недостатки ролевой игры. Классификации ролевых игр и игроков. Организация и проведение ролевой игры. Включение ролевой игры в учебный план. Внешние ограничения. Ключевые факторы. Типы ролевых игр, соответствующие функциям, которые могут выполнять ролевые игры (описание, демонстрация, тренировка, отображение, сенсублизация, творчество/выражение). Структура занятия; выбор или написание ролевой игры; план игры. Проведение сессии ролевой игры, основные техники. Дебрифинг. Последующие мероприятия.*

**Задания:**

-Прочитать книгу: Фопель К. Психологические группы: рабочие материалы для ведущего.- М., 1999.-262 с., выписать историю развития игрового метода.

- Разделившись по 2 человека, подготовить к проведению в группе игру любого вида.

- Оформить описание игры по плану:

- Название.
- Цели, задачи.
- Подготовка к проведению игры.
- Время выполнения.
- Состав участников.
- Процедура выполнения.

**Тема 17: Ведение группы. Разработка и проведение тематических занятий социально-психологического тренинга.**

**Основные понятия:***Преимущества групповой формы обучения. Участники тренинга (количество, состав группы, ограничения). Функции группового взаимодействия (решение задач, оказание поддержки). Роли участников, связанные с решением задач и оказанием поддержки. Статус в группе. Групповые нормы. Кодекс кооперативности в группе. Руководство группой. Основные стили. Роли руководителя тренинговой группы (эксперт, катализатор, организатор, образцовый участник). Основные направления деятельности руководителя тренинговой группы. Степень вмешательства руководителя в работу группы. Функции руководителя. Этика руководителя группы. Внутригрупповая этика. Схема подготовки руководителей групп. Групповой процесс. Основные этапы развития. Группы со спонтанной динамикой. Группы с управляемой динамикой. Группа как фактор, обеспечивающий обучающий и коррекционный эффект. Психотерапевтические факторы, свойственные группам. Механизмы, обеспечивающие обучающий и коррекционный эффект. Ограничение группового опыта и психологический риск.*

**Задания:**

*Задание 1*

1. Выписать определения основных понятий по теме из предложенной литературы (см. в списке литературы пункты – 1,3,9)
2. Выучить основные стадии групповой динамики.
3. Пользуясь предложенной литературой подобрать психотехники для каждой стадии группового развития.
4. Составить портрет «идеального» ведущего тренинговой группы (качества, внешность, способности, психологические характеристики и т.д.)

ОПОП		СМК-РПД-Б1.В.11-2019
Рабочая программа дисциплины Б1.В.11 «Основы социально-психологического тренинга» для направления подготовки 37.03.01 «Психология», общий профиль		

### Задание 2

1. Разработать тематическое занятие социально – психологического тренинга.
2. Разработать программу социально – психологического тренинга.
3. Провести одно занятие социально – психологического тренинга. Проанализировать занятие по следующей схеме:

#### Схема анализа тренингового занятия

1. *Тема занятия и время проведения* \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_
2. *Состав участников занятия* \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_
3. *План занятия (проводимые упражнения)*  
*Запланированное: Реально проведенное:*  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_
4. *Наиболее удачные упражнения и психотехники* \_\_\_\_\_
5. *Неудавшиеся упражнения и психотехники* \_\_\_\_\_
6. *Интересный случай на занятии* \_\_\_\_\_
7. *Особенности поведения участников* \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_
8. *Ошибки, которые следует учесть* \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

#### 7. Примерная тематика контрольных работ (для студентов заочной формы обучения)

1. Активное социально-психологическое обучение: понятие, цели, история развития.
2. Типология методов активного обучения.
3. Понятие коммуникативной компетентности. Развитие коммуникативной компетентности как базовая цель активного обучения.
4. Групповая форма активного обучения: основные преимущества.
5. Психотерапевтические, психокоррекционные и учебно-тренировочные группы.
6. Количественный и качественный состав группы. Вопрос о гомогенности – гетерогенности групп.
7. Функции группового взаимодействия (решения задач, оказания поддержки).
8. Роли участников группы. Групповой статус.
9. Групповые нормы.
10. Руководство группой: понятие и основные стили.
11. Роли руководителя тренинговой группы.
12. Степень вмешательства руководителя в групповой процесс.
13. Этика руководителя группы.
14. Основные этапы группового процесса.
15. Психотерапевтические факторы, свойственные групповой форме работы.
16. Психологический риск, связанный с работой в группе.
17. Понятие социально-психологического тренинга и его основные характеристики.

ОПОП		СМК-РПД-Б1.В.11-2019
Рабочая программа дисциплины Б1.В.11 «Основы социально-психологического тренинга» для направления подготовки 37.03.01 «Психология», общий профиль		

18. Основные принципы проведения тренинга.
19. Методы психологического воздействия в группе.
20. Дискуссия как метод активного обучения: понятие и цели.
21. Основные этапы проведения дискуссии.
22. Задачи и роли организатора дискуссии.
23. Брейнсторминг и его применение в групповой работе. Правила использования данного метода.
24. Игровые методы активного обучения: понятие и виды.
25. Деловая игра: основные цели и виды.
26. Организационно-обучающие игры: особенности и цели.
27. Ролевая игра как метод активного обучения. Основные цели.
28. Преимущества использования ролевой игры в активном обучении.
29. Типология ролевых игр.
30. Специфика ролей в ролевой игре.
31. Организация и проведение ролевой игры. Цели каждого из этапов.
32. Моделирование в группах активного обучения.
33. Тренинг сензитивности: понятие и цели.
34. Компоненты сензитивности и техники формирования каждого из них.
35. Организация и проведение тренинга сензитивности.
36. Обратная связь: составляющие и способы подачи. Условия, облегчающие подачу и восприятие обратной связи.
37. Тренинг личностного роста как метод развития самосознания и самосовершенствования.
38. Развитие творческого потенциала методами активного обучения.
39. Психолого-педагогический тренинг: понятие и цели. Основные сферы применения.
40. Т-группы: история развития, основные понятия, техники и процедуры. Функции руководителя.
41. Группы встреч: история развития, основные понятия, техники и процедуры. Функции руководителя.
42. Гештальт-группы: история развития, основные понятия, техники и процедуры. Функции руководителя.
43. Группы транзактного анализа: история развития, основные понятия, техники и процедуры. Функции руководителя.
44. Группы темоцентрированного взаимодействия: история развития, основные понятия, техники и процедуры. Функции руководителя.
45. Группы психодрамы: история развития, основные понятия, техники и процедуры. Функции руководителя.
46. Группы телесной терапии: история развития, основные понятия, техники и процедуры. Функции руководителя.
47. Группы танцевальной терапии: история развития, основные понятия, техники и процедуры. Функции руководителя.
48. Группы арттерапии: история развития, основные понятия, техники и процедуры. Функции руководителя.
49. Группы тренинга умений: история развития, основные понятия, техники и процедуры. Функции руководителя.

## **1. Перечень вопросов на зачет (дифференцированный зачет, экзамен)**

### **Примерный перечень вопросов для подготовки к зачету**

1. Активное социально-психологическое обучение: понятие, цели, история развития.
2. Типология методов активного обучения.
3. Понятие коммуникативной компетентности. Развитие коммуникативной компетентности как базовая цель активного обучения.

ОПОП		СМК-РПД-Б1.В.11-2019
Рабочая программа дисциплины Б1.В.11 «Основы социально-психологического тренинга» для направления подготовки 37.03.01 «Психология», общий профиль		

4. Групповая форма активного обучения: основные преимущества.
5. Психотерапевтические, психокоррекционные и учебно-тренировочные группы.
6. Количественный и качественный состав группы. Вопрос о гомогенности – гетерогенности групп.
7. Функции группового взаимодействия (решения задач, оказания поддержки).
8. Роли участников группы. Групповой статус.
9. Групповые нормы.
10. Руководство группой: понятие и основные стили.
11. Роли руководителя тренинговой группы.
12. Степень вмешательства руководителя в групповой процесс.
13. Этика руководителя группы.
14. Основные этапы группового процесса.
15. Психотерапевтические факторы, свойственные групповой форме работы.
16. Психологический риск, связанный с работой в группе.
17. Понятие социально-психологического тренинга и его основные характеристики.
18. Основные принципы проведения тренинга.
19. Методы психологического воздействия в группе.
20. Дискуссия как метод активного обучения: понятие и цели.
21. Основные этапы проведения дискуссии.
22. Задачи и роли организатора дискуссии.
23. Брейнсторминг и его применение в групповой работе. Правила использования данного метода.
24. Игровые методы активного обучения: понятие и виды.
25. Деловая игра: основные цели и виды.
26. Организационно-обучающие игры: особенности и цели.
27. Ролевая игра как метод активного обучения. Основные цели.
28. Преимущества использования ролевой игры в активном обучении.
29. Типология ролевых игр.
30. Специфика ролей в ролевой игре.
31. Организация и проведение ролевой игры. Цели каждого из этапов.
32. Моделирование в группах активного обучения.
33. Тренинг сензитивности: понятие и цели.
34. Компоненты сензитивности и техники формирования каждого из них.
35. Организация и проведение тренинга сензитивности.
36. Обратная связь: составляющие и способы подачи. Условия, облегчающие подачу и восприятие обратной связи.
37. Тренинг личностного роста как метод развития самосознания и самосовершенствования.
38. Развитие творческого потенциала методами активного обучения.
39. Психолого-педагогический тренинг: понятие и цели. Основные сферы применения.
40. Т-группы: история развития, основные понятия, техники и процедуры. Функции руководителя.
41. Группы встреч: история развития, основные понятия, техники и процедуры. Функции руководителя.
42. Гештальт-группы: история развития, основные понятия, техники и процедуры. Функции руководителя.
43. Группы транзактного анализа: история развития, основные понятия, техники и процедуры. Функции руководителя.
44. Группы темоцентрированного взаимодействия: история развития, основные понятия, техники и процедуры. Функции руководителя.
45. Группы психодрамы: история развития, основные понятия, техники и процедуры. Функции руководителя.
46. Группы телесной терапии: история развития, основные понятия, техники и процедуры. Функции руководителя.

ОПОП		СМК-РПД-Б1.В.11-2019
Рабочая программа дисциплины Б1.В.11 «Основы социально-психологического тренинга» для направления подготовки 37.03.01 «Психология», общий профиль		

47. Группы танцевальной терапии: история развития, основные понятия, техники и процедуры. Функции руководителя.
48. Группы арттерапии: история развития, основные понятия, техники и процедуры. Функции руководителя.
49. Группы тренинга умений: история развития, основные понятия, техники и процедуры. Функции руководителя.

### **Примерный перечень вопросов для подготовки к экзамену**

1. Методологические основы тренинга: история возникновения групповых методов. Предпосылки возникновения тренинговой работы.
2. Методологические основы тренинга: принципы и правила групповой работы.
3. Методологические основы тренинга: понятие о групповой и социальной роли. Роли участников групп.
4. Методологические основы тренинга: стадии развития группы.
5. Методологические основы тренинга: роли ведущего группы. Стили руководства группой.
6. Методологические основы тренинга: специфические черты тренинга (пространственная организация, количественный и качественный состав, гомогенность и гетерогенность групп).
7. Методологические основы тренинга: алгоритм составления тренинговой программы. Правила подбора психотехник. Групповая рефлексия.
8. Методы активного социально-психологического обучения (дискуссия, тренинги, игры)
9. Классификации тренинговых групп.
10. Особенности тренинговой работы в различных возрастных группах.
11. Особенности тренинговой работы в гомогенных и гетерогенных группах.
12. Т-группы. Социально-психологический тренинг.
13. Группы встреч, экзистенциальные группы.
14. Специфические черты основных тренинговых направлений.
15. Использование гештальт-техник в тренинговой работе.
16. Использование техник транзактного анализа в групповой работе.
17. Использование техник телесно-ориентированной терапии в тренинговой работе.
18. Использование элементов психодрамы в тренинговой работе.
19. Техники когнитивной и эмоциональной эмотивной терапии в тренинговой работе.
20. НЛП техники в тренинге.
21. Метафорический тренинг: цели, техники, специфика.
22. Тренинг развития креативности: цели, техники, специфика.
23. Тренинг семейных отношений: цели, техники, специфика.
24. Тренинг партнерских отношений: цели, техники, специфика.
25. Психогимнастический тренинг: цели, техники, специфика.
26. Тренинг развития коммуникативных навыков: цели, техники, специфика.
27. Тренинг ассертивности: цели, техника, специфика.
28. Тренинг сензитивности: цели, техника, специфика.

## **9. Учебно-методическое и информационное обеспечение**

### 9.1. Основная учебная литература:

#### 9.1. Основная учебная 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, 2020. — 132 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-12444-6. — Режим доступа : [www.biblio-online.ru/book/psihologicheskie-treningi-osnovy-treningovoy-raboty-447487](http://www.biblio-online.ru/book/psihologicheskie-treningi-osnovy-treningovoy-raboty-447487)

ОПОП		СМК-РПД-Б1.В.11-2019
Рабочая программа дисциплины Б1.В.11 «Основы социально-психологического тренинга» для направления подготовки 37.03.01 «Психология», общий профиль		

2. Рамендик, Д. М. Тренинг личностного роста : учебник и практикум для академического бакалавриата / Д. М. Рамендик. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2019. — 136 с. — (Бакалавр. Академический курс). — ISBN 978-5-534-07294-5. — Режим доступа : [www.biblio-online.ru/book/trening-lichnostnogo-rosta-434158](http://www.biblio-online.ru/book/trening-lichnostnogo-rosta-434158)
3. 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, 2019. — 136 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-07706-3. — Режим доступа : [www.biblio-online.ru/book/trening-lichnostnogo-rosta-437348](http://www.biblio-online.ru/book/trening-lichnostnogo-rosta-437348)
4. Маралов, В. Г. Педагогика и психология ненасилия в образовании : учебное пособие для бакалавриата и магистратуры / В. Г. Маралов, В. А. Ситаров. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2019. — 424 с. — (Бакалавр и магистр. Модуль). — ISBN 978-5-534-02691-7. — Режим доступа : [www.biblio-online.ru/book/pedagogika-i-psihologiya-nenasiliya-v-obrazovanii-431963](http://www.biblio-online.ru/book/pedagogika-i-psihologiya-nenasiliya-v-obrazovanii-431963)
4. Решетников, М. М. Психическая саморегуляция. Первая и вторая ступени : учебное пособие для бакалавриата, специалитета и магистратуры / М. М. Решетников. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2019. — 238 с. — (Авторский учебник). — ISBN 978-5-534-06243-4. — Режим доступа : [www.biblio-online.ru/book/psihicheskaya-samoregulyaciya-pervaya-i-vtoraya-stupeni-441483](http://www.biblio-online.ru/book/psihicheskaya-samoregulyaciya-pervaya-i-vtoraya-stupeni-441483)

#### 9.2. Дополнительная учебная литература:

1. Вачков, И.В. Психология тренинговой работы: Содержательные, организационные и методические аспекты ведения тренинговой группы / И.В. Вачков. — М.: Эксмо, 2007. — 416 с.
2. Лидерс, А.Г. Психологический тренинг со старшеклассниками и студентами. — М.: Этерна, 2009. — 416 с.
3. Ширяева О.С., Ширяева А.С. Основы организации и проведения социально-психологического тренинга: учебное пособие. — П-К., КамГУ им.Витуса Беринга, 2018. — 278 с.

#### 9.3. Ресурсы информационно-телекоммуникационной сети Интернет:

Название электронного ресурса	Описание электронного ресурса	Используемый для работы адрес
Диссертационный зал Российской государственной библиотеки	В настоящее время Электронная библиотека диссертаций РГБ содержит более 620 000 полных текстов диссертаций и авторефератов	<a href="http://diss.rsl.ru">http://diss.rsl.ru</a>
eLibrary – Научная электронная библиотека	Полные тексты журналов более 40 издательств (ИНИОН РАН, Elsevier Science, Academic Press, Kluwer, Springer, Birkhauser Publishing, Blackwell Science, Pergamon и др.), БД по медицине (MEDLINE, AIDSLINE, CANCERLIT, EMBASE ALERT) и математике (Zentralblatt MATH, European Mathematical)	<a href="http://www.elibrary.ru">www.elibrary.ru</a>
ЭБС ibooks.ru –	Электронная библиотечная система учебной и	<a href="http://ibooks.ru">http://ibooks.ru</a>



ОПОП		СМК-РПД-Б1.В.11-2019
Рабочая программа дисциплины Б1.В.11 «Основы социально-психологического тренинга» для направления подготовки 37.03.01 «Психология», общий профиль		

библиотека цифрового века	научной литературы. Основная задача – обеспечение читателей библиотек доступом к самым современным электронным книгам ведущих издательств России	
Университетская информационная система РОССИЯ (УИС РОССИЯ)	Университетская информационная система РОССИЯ (УИС РОССИЯ) – электронная библиотека и база для исследований и учебных курсов в области экономики, управления, социологии, лингвистики, философии, филологии, международных отношений и других гуманитарных наук. УИС РОССИЯ поддерживается на базе Научно-исследовательского вычислительного центра МГУ имени М.В. Ломоносова	<a href="http://uisrussia.msu.ru/docs/ips/n/about.htm">http://uisrussia.msu.ru/docs/ips/n/about.htm</a>
Российское образование	Система федеральных образовательных порталов	<a href="http://www.edu.ru">http://www.edu.ru</a>
Библиотека РФФИ	Электронные версии книг раздела «Науки о человеке и обществе», изданные при содействии Российского фонда фундаментальных исследований	<a href="http://www.rfbr.ru/rffi/ru/books">http://www.rfbr.ru/rffi/ru/books</a>
Научное наследие России	Библиотека содержит научные труды известных российских и зарубежных ученых и исследователей, работавших на территории России	<a href="http://e-heritage.ru/unicollections/list.html">http://e-heritage.ru/unicollections/list.html</a>
Электронная библиотека учебников	На сайте представлены учебники, лекции, доклады, монографии по естественным и гуманитарным наукам	<a href="http://studentam.net">http://studentam.net</a>
Cyberleninka	Содержит каталог научной периодики по большому количеству научных дисциплин, который содержит полную информацию о научных журналах в электронном виде, включающую их описания и все вышедшие выпуски с содержанием, темами научных статей и их полными текстами	<a href="http://cyberleninka.ru/journal">http://cyberleninka.ru/journal</a>
Единое окно доступа к образовательным ресурсам	Информационная система предоставляет свободный доступ к каталогу образовательных интернет-ресурсов и полнотекстовой электронной учебно-методической библиотеке для общего и профессионального образования	<a href="http://window.edu.ru/library">http://window.edu.ru/library</a>

#### 9.4. Информационные технологии.

В рамках изучения дисциплины задействована электронная информационно-образовательная среда вуза: в локальной сети размещены материалы по дисциплине (планы семинарских и практических занятий, памятки психолога с возрастными нормами, задания для самостоятельной работы, вопросы к зачету и экзамену, электронные учебники и др.). На аудиторных занятиях применяются мультимедийные презентации.

#### 10. Формы и критерии оценивания учебной деятельности студента

На основании разработанной компетентностной модели выпускника образовательные цели представлены в виде набора компетенций как планируемых результатов освоения образовательной программы. Определение уровня достижения планируемых результатов освоения образовательной программы осуществляется посредством оценки уровня

ОПОП		СМК-РПД-Б1.В.11-2019
Рабочая программа дисциплины Б1.В.11 «Основы социально-психологического тренинга» для направления подготовки 37.03.01 «Психология», общий профиль		

сформированности компетенции и оценки уровня успеваемости обучающегося по пятибалльной системе («отлично», «хорошо», «удовлетворительно», «неудовлетворительно», «зачтено», «не зачтено»).

Основными критериями оценки в зависимости от вида работы обучающегося являются: сформированность компетенций (знаний, умений и владений), степень владения профессиональной терминологией, логичность, обоснованность, четкость изложения материала, ориентирование в научной и специальной литературе.

## 10. Формы и критерии оценивания учебной деятельности студента

На основании разработанной компетентностной модели выпускника образовательные цели представлены в виде набора компетенций как планируемых результатов освоения образовательной программы. Определение уровня достижения планируемых результатов освоения образовательной программы осуществляется посредством оценки уровня сформированности компетенции и оценки уровня успеваемости обучающегося по пятибалльной системе («отлично», «хорошо», «удовлетворительно», «неудовлетворительно», «зачтено», «не зачтено»).

Основными критериями оценки в зависимости от вида работы обучающегося являются: сформированность компетенций (знаний, умений и владений), степень владения профессиональной терминологией, логичность, обоснованность, четкость изложения материала, ориентирование в научной и специальной литературе.

### Критерии оценивания уровня сформированности компетенций и оценки уровня успеваемости обучающегося

#### Текущий контроль

Уровень сформированности компетенции	Уровень освоения модулей дисциплины (оценка)	Критерии оценивания отдельных видов работ обучающихся	
		<i>Практическое занятие 1-22</i>	
Высокий	отлично	Качественное усвоение материала в полном объеме, уверенные ответы на поставленные вопросы, свободное ориентирование в рассматриваемой тематике	
Базовый	хорошо	Полное усвоение материала, свободное ориентирование в проблематике, незначительные ошибки технического характера.	
Пороговый	удовлетворительно	Достаточное усвоение изучаемого материала, в основном правильное ориентирование в изучаемой проблематике, преимущественно верное использование полученных знаний в практических целях, редкое допущение грубых ошибок при практической отработке материала.	
Компетенции не сформированы	неудовлетворительно	Слабое овладение материалом, в основном неправильное использование Слабое овладение материалом, в основном неправильное использование полученных знаний, неспособность самостоятельно найти адекватное решение прикладной задачи	

#### Промежуточная аттестация

Уровень сформированности компетенции	Уровень освоения дисциплины	Критерии оценивания обучающихся (работ обучающихся)	
		зачет/дифференцированный зачет/экзамен	контрольная работа, курсовая работа (проект)
Высокий	отлично	Качественное усвоение	Полное раскрытие выбранной

ОПОП		СМК-РПД-Б1.В.11-2019
Рабочая программа дисциплины Б1.В.11 «Основы социально-психологического тренинга» для направления подготовки 37.03.01 «Психология», общий профиль		

	(зачтено)	материала в полном объеме, точные и уверенные ответы на поставленные вопросы.	темы, свободное и уверенное изложение материала с использованием аутентичных примеров, правильные и уверенные ответы на дополнительные вопросы
Базовый	хорошо (зачтено)	Полное усвоение материала, свободное ориентирование в проблематике, незначительные ошибки технического характера при применении полученных знаний	Полное раскрытие выбранной темы, уверенное изложение материала с использованием различных примеров, незначительные ошибки при изложении материала в части дополнительных вопросов по теме
Пороговый	удовлетворительно (зачтено)	Достаточное усвоение изучаемого материала, в основном правильное ориентирование в изучаемой проблематике, преимущественно верное использование полученных знаний в практических целях, редкое допущение грубых ошибок при практической отработке материала.	Достаточное раскрытие выбранной темы, преимущественно правильное изложение материала с использованием стандартных примеров из учебной литературы, слабое ориентирование в сопряженных выбранной теме вопросах, неуверенные/неправильные ответы на дополнительные вопросы
Компетенции не сформированы	неудовлетворительно (не зачтено)	Слабое овладение материалом, в основном неправильное использование полученных знаний, неспособность самостоятельно найти адекватное решение прикладной задачи	Тезисное раскрытие выбранной темы, преимущественно неумение подкрепить излагаемый материал примерами, слабое ориентирование в сопряженных выбранной теме вопросах, неуверенные/неправильные ответы на дополнительные по теме вопросы

## 11. Материально-техническая база

- 1) компьютерное, мультимедийное оборудование;
- 2) программное обеспечение: электронная библиотека (электронный каталог), локальная сеть КамГУ им. Витуса Беринга (в сети размещаются планы семинарских и практических занятий, рабочие материалы для студентов), программа дисциплины в электронном виде;
- 3) учебная обязательная и дополнительная литература.