

**МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ИНГУШСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»**

ИСТОРИЧЕСКИЙ ФАКУЛЬТЕТ

УТВЕРЖДАЮ

И.о. проректора по учебной работе

_____ Ф.Д. Кодзоева

« 30 » _____ 06 _____ 2022_г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Б1.В.04 Теория и практика психологического тренинга

Направление подготовки

37.03.01 Психология

Направленность

Общая психология

Квалификация выпускника

бакалавр

Форма обучения

очная, заочная

Магас, 2022

1. Цели освоения дисциплины

Целями освоения дисциплины (модуля) Б1.В.04 Теория и практика психологического тренинга является обучение студентов основам проведения психологического тренинга как совокупности психотерапевтических, психокоррекционных и обучающих методов, направленных на развитие навыков самопознания и саморегуляции, обучения и межперсонального взаимодействия, коммуникативных и профессиональных умений.

Рабочая программа дисциплины «Теория и практика психологического тренинга» составлена в соответствии с требованиями федерального государственного образовательного стандарта, утвержденного приказом Министерства науки и высшего образования Российской Федерации № 839 от 29.07.2020 и основной профессиональной образовательной программы подготовки по направлению 37.03.01 «Психология».

Практическая подготовка реализуется на основе Профессионального стандарта 01.002 «Педагог-психолог (психолог в сфере образования)», утвержденного приказом № 514н Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации (Минтруд России) от 24 июля 2015 года.

№ п/п	Наименование ПС, уровень квалификации	Код, обобщенная трудовая функция	Код, трудовая функция	Трудовые знания, умения
1	Профессиональный стандарт «Педагог-психолог (психолог в сфере образования)», утвержденный приказом № 514н Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации 24 июля 2015 года. Регистрационный номер 509. Код профессиональной деятельности 01.002 Уровень квалификации 7	А. Психолого-педагогическое сопровождение образовательного процесса в образовательных организациях общего, профессионального и дополнительного образования, сопровождение основных и дополнительных образовательных программ	А/04.7 Коррекционно-развивающая работа с детьми и обучающимися, в том числе работа по восстановлению и реабилитации	Знания: - Современные теории формирования и поддержания благоприятного социально-психологического климата в коллективе, технологии и способы проектирования безопасной и комфортной образовательной среды. - Превентивные методы работы с обучающимися «группы риска» (из неблагополучных семей, находящихся в состоянии посттравматического стрессового расстройства, попавших в трудную жизненную ситуацию, склонных к суициду и другим формам аутоагрессии).

2. Место дисциплины в структуре ОПОП бакалавриата

Настоящая дисциплина включена в часть, формируемую участниками образовательных отношений обязательную Блока 1 учебных планов по направлению подготовки 37.03.01 Психология (уровень бакалавриата). Дисциплина изучается на 4 курсе в 7 семестре.

3. Результаты освоения дисциплины (модуля) Б1.В.04 Теория и практика психологического тренинга

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

Код компетенции	Наименование компетенции	Индикатор достижения компетенции	В результате освоения дисциплины обучающийся должен:
ПК-2	способность к осуществлению мероприятий, ориентированных на сохранение и укрепление психологического благополучия личности, группы в процессе жизнедеятельности.	ПК-2.1.	Знать основные закономерности и факты проявления индивидуальности человека, а также индивидуальных особенностей отдельных людей в сферах воспитания, обучения, производства, организации и регуляции человеческих взаимоотношений. Знать основы разработки программ профилактической и психокоррекционной работы, направленной на улучшение состояния и динамики психологического здоровья населения
		ПК-2.2.	Уметь на основе исследования индивидуально-психологических особенностей человека выработать рекомендации по их учету в трудовой, учебной, спортивной, коммуникативной деятельности личности
		ПК-2.3.	Владеть приемами анализа проблем человека, социализации индивида, профессиональной и образовательной деятельности, функционирования людей с ограниченными возможностями, в том числе и при различных заболеваниях. Владеть способами реализации программ профилактической и психокоррекционной работы, направленной на улучшение состояния и динамики психологического здоровья населения.
ПК-3	способность к проведению групповых и индивидуальных консультаций о возможности получения психологических услуг.	ПК-3.1.	Знать базовые процедуры анализа проблем человека, социализации индивида, профессиональной и образовательной деятельности, функционирования людей; основные направления психологической помощи для решения конкретной проблемы отдельных лиц, групп населения и (или) организаций, в том числе лицам с ограниченными возможностями здоровья и при организации инклюзивного образования
		ПК-3.2.	Уметь составлять схему групповых и индивидуальных консультаций о возможности получения психологических услуг для решения конкретной проблемы отдельных лиц, групп населения и (или) организаций, в том числе лицам с ограниченными возможностями здоровья и при организации

			инклюзивного образования.
		ПК-3.3.	Владеть четким представлением о сферах использования психологического знания и возможностях получения клиентами психологических услуг; о профессиональной ответственности и этических проблемах при проведении индивидуальных и групповых консультаций о возможности получения психологических услуг.
ПК-4	способность к просветительской, психопрофилактической деятельности с целью повышения уровня психологической культуры индивидов и групп	ПК-4.1.	Знать психологические особенности индивидов, личности, психологические особенности различных социальных, этнических, конфессиональных групп.
		ПК-4.2.	Уметь на основе базовых процедур анализа психологических особенностей индивидов, личности, психологических особенностей различных социальных, этнических, конфессиональных групп составлять программы просветительской, психопрофилактической деятельности с целью повышения уровня психологической культуры индивидов и групп.
		ПК-4.3.	Владеть приемами осуществления просветительской, психопрофилактической деятельности с целью повышения уровня психологической культуры индивидов и групп.

4.2. Содержание дисциплины (модуля)

Тема 1. Теоретические и методологические основы психологического тренинга.

Содержание лекционных занятий:

Предпосылки возникновения групповой формы работы. История возникновения и развитие тренинга. Сущность и основные характеристики психологического тренинга. Общие и конкретные цели и задачи психологического тренинга. Отличие от других видов психологического воздействия (обучение, психологическое консультирование, психотерапия, психокоррекция). Принципы проведения психологического тренинга. Виды и основные направления психологического тренинга. Область применения психологического тренинга и типы решаемых проблем в ходе проведения тренинга.

Содержание практических занятий

1. История возникновения тренинговой формы работы.
2. Основные характеристики психологического тренинга.

Тема 2. Организация групповой работы и динамические процессы в тренинговой группе.

Содержание лекционных занятий:

Требования к комплектованию групп. Нормы и правила групповой работы. Основные стадии развития группы тренинга, основные операции, обеспечивающие управление групповыми процессами. Выделение лидера, проявление конформизма и групповое давление, групповая сплоченность и принятие группового решения. Понятие обратной связи и принципы ее предоставления в процессе групповой работы. Составление программы психологического тренинга. Выделение целей и задач в зависимости от направленности тренинга.

Содержание практических занятий

1. Основные принципы ведения тренинга.
2. Основные стадии развития группы тренинга.

Тема 3. Роль и функции психологического тренинга.

Содержание лекционных занятий:

Специфика тренерской деятельности. Основные требования к профессиональным навыкам ведущего группы психологического тренинга. Стили ведения группы психологического тренинга. Анализ трудностей и проблемных ситуаций для ведущего. Слагаемые профессионализма. Создание благоприятного климата и фасилитирующих отношений в группе. Креативность и гибкость ведущего, способствующие удовлетворению возникающих запросов участников тренинга в процессе работы.

Содержание практических занятий

1. Роль и функции ведущего психологического тренинга.
2. Основные требования к личности и профессиональным навыкам ведущего группы.

Тема 4. Процедурные аспекты организации и проведения психологического тренинга.

Содержание лекционных занятий:

Требования к комплектованию групп тренинга. Нормы и правила групповой работы (добровольность, активность, персонификация высказываний, конфиденциальность и т.д.). Основные стадии развития группы тренинга. Основные операции, обеспечивающие управление групповыми процессами. Понятие обратной связи и принципы её предоставления в процессе групповой работы. Временные рамки отдельного занятия и программы тренинга в целом. Пространственное расположение участников тренинга. Техники, используемые на начальном этапе реализации программы тренинга (процедура знакомства участников, снятие напряжения, мотивирование участников на дальнейшую работу и т.д.). Понятие номера и подбор номеров для проведения тренинга.

Содержание практических занятий

1. Особенности комплектования группы для проведения социально-психологического тренинга.

2. Составление программы тренинга: определение темы, целей и задач тренинга.

Тема 5. Групповая дискуссия – один из базовых методов тренинга.

Содержание лекционных занятий:

История создания методы групповой дискуссии. Групповая дискуссия как метод социально-психологического тренинга: цели применения, общая характеристика процесса. Этапы и фазы групповой дискуссии (ориентировка, оценка, завершающая фаза). Профессиональные умения, необходимые ведущему при проведении дискуссии. Типы дискуссии. Формы проведения. Эффекты групповой дискуссии. Использование метода групповой дискуссии для решения различных задач в различных тренинговых группах.

Содержание практических занятий

1. Общая характеристика процесса групповой дискуссии.
2. Формы групповой дискуссии, возможности использования для решения конкретных задач.

Тема 6. Методы проведения психологического тренинга.

Содержание лекционных занятий:

Общие тренинговые методы: анализ конкретных ситуаций или кейс-метод, сюжетно-ролевая игра, психотехнические упражнения, методы, направленные на развитие социальной перцепции, методы телесно-ориентированной терапии, медитативные техники. Возможности использования каждого метода. Спектр решаемых задач при использовании различных методов на различных этапах развития тренинговой группы.

Содержание практических занятий

1. Сюжетно-ролевая игра как метод проведения психологического тренинга.
2. Игровые методы: ситуационно-ролевые игры, дидактические, творческие, деловые, имитационные игры.

Тема 7. Классификация и основные виды тренинговых групп.

Содержание лекционных занятий:

Классификация методов групповой работы в рамках основных психологических и психотерапевтических подходов современности. Психоаналитический подход, экзистенциально - гуманистический подход, поведенческий подход. Группы интрапсихического направления и поведенческие группы. Отличие тренинга от терапии, терапевтическая составляющая при проведении любого тренинга.

Содержание практических занятий

1. Критерии классификации тренинговых групп.
2. Группы встреч - особый вид групповой работы.

Тема 8. Эффективность психологического тренинга

Содержание лекционных занятий:

Завершающий этап социально-психологического тренинга. Необходимость осуществления процедур: деролинг, дебрифинг, ключи анализа, шеринг. Подведение итогов, обсуждение результатов. Выход из ситуации «здесь и теперь». Уровни оценки эффективности социально-психологического тренинга.

Содержание практических занятий

1. Необходимость проведения завершающего этапа. «Оранжевый эффект».
2. Роль профессионализма ведущего в эффективности тренинга.

5. Образовательные технологии

Преподавание дисциплины предполагает широкое использование в учебном процессе активных и интерактивных форм проведения занятий, таких как:

- работа в группах, решение ситуационных задач;
- моделирование ситуаций;
- просмотр и обсуждение видеозаписи процесса;

В процессе практических занятий рекомендуется приводить примеры из практики психологической работы с группой и использовать их для наглядности и в качестве материала. Информационные и интерактивные технологии уместны при обсуждении проблемных и неоднозначных вопросов, требующих выработки решения в ситуации неопределенности и аргументированного изложения своих взглядов, профессиональной позиции.

6. Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы студентов. Оценочные средства для текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации по итогам освоения дисциплины.

6.1. План самостоятельной работы студентов

№ нед.	Тема	Вид самостоятельной работы	Задание	Рекомендуемая литература	Количество часов
1	Тема 1. Теоретические и методологические основы социально-психологического тренинга	Работа в библиотеке, включая ЭБС. Подготовка доклада-презентации	История возникновения тренинговой формы работы. Основные характеристики социально-психологического тренинга. Основные направления ведения групповой работы.	Литература к теме, работа с интернет источниками	2
2	Тема 2. Организация групповой работы и динамические процессы в тренинговой группе	Работа в библиотеке, включая ЭБС. Подготовка доклада-презентации	Основные принципы ведения тренинга. Основные стадии развития группы тренинга. Понятие обратной связи в ходе тренинга. Основные области применения социально-психологического тренинга.	Литература к теме, работа с интернет источниками	2
3	Тема 3. Роль и функции ведущего социально-психологического тренинга	Работа в библиотеке, включая ЭБС. Подготовка доклада-презентации	Роль и функции ведущего социально-психологического тренинга. Основные требования к личности и профессиональным навыкам ведущего группы. Профессионально-важные качества ведущего тренинговой группы. Стили ведения группы тренинга.	Литература к теме, работа с интернет источниками	

4	Тема 4. Процедурные аспекты организации и проведения социально-психологического тренинга	Работа в библиотеке, включая ЭБС. Подготовка доклада-презентации	Особенности комплектования группы для проведения социально-психологического тренинга. Составление программы тренинга: определение темы, целей и задач тренинга. Общая схема проведения тренинга. Подбор номеров при проведении тренинга	Литература к теме, работа с интернет источниками	2
5	Тема 5. Групповая дискуссия - один из базовых методов тренинга	Работа в библиотеке, включая ЭБС. Подготовка доклада-презентации	Общая характеристика процесса групповой дискуссии. Формы групповой дискуссии, возможности использования для решения конкретных задач. Задача ведущего на каждом из этапов дискуссии. Эффекты групповой дискуссии. Определение темы дискуссии для различных тренинговых групп	Литература к теме, работа с интернет источниками	2
6	Тема 6. Методы проведения социально-психологического тренинга	Работа в библиотеке, включая ЭБС. Подготовка доклада-презентации	Сюжетно-ролевая игра как метод проведения социально-психологического тренинга. Игровые методы: ситуационно-ролевые игры, дидактические, творческие, деловые, имитационные игры. Кейс-метод. Спектр решаемых задач при использовании кейс- метода. Методы, направленные на развитие социальной перцепции: вербальные и невербальные техники. Принципы подбора психотехнических упражнений. Учёт возрастных особенностей участников тренинговых групп	Литература к теме, работа с интернет источниками	2
7	Тема 7. Классификация и основные виды тренинговых групп	Работа в библиотеке, включая ЭБС. Подготовка доклада-	Критерии классификации тренинговых групп. Группы встреч - особый вид групповой работы. Гештальт-подход в	Литература к теме, работа с интернет источниками	2

		презентации	тренинговой работе. Трансактный анализ в тренинговой работе. Психодраматический подход тренинговой работе. Коммуникативные тренинги. Тренинги личностного роста. Тренинги делового общения. Профорориентационные тренинги		
8	Тема 8. Эффективность социально-психологического тренинга	Работа в библиотеке, включая ЭБС. Подготовка доклада-презентации	Необходимость проведения завершающего этапа. «Оранжевый эффект». Роль профессионализма ведущего в эффективности тренинга. Методика оценки эффективности проведения тренинга. Возможности переноса навыков и умений в группе за её пределы.	Литература к теме, работа с интернет источниками	2

6.2. Методические указания по организации самостоятельной работы студентов

Самостоятельная работа студентов по дисциплине «Теория и практика психологического тренинга» предполагает более глубокую проработку ими отдельных тем курса, определенных программой. Основными видами и формами самостоятельной работы студентов по данной дисциплине являются:

- выполнение практических заданий;
- самоподготовка по вопросам;
- подготовка к экзамену.

Важной частью самостоятельной работы является чтение учебной литературы. Основная функция учебников - ориентировать студента в системе тех знаний, умений и навыков, которые должны быть усвоены по данной дисциплине будущими специалистами. Учебник также служит путеводителем по многочисленным произведениям, ориентируя в именах авторов, специализирующихся на определённых научных направлениях, в названиях их основных трудов. Вторая функция учебника в том, что он очерчивает некий круг обязательных знаний по предмету, не претендуя на глубокое их раскрытие.

Чтение рекомендованной литературы - это та главная часть системы самостоятельной учебы студента, которая обеспечивает подлинное усвоение науки. Читать эту литературу нужно по принципу: «идея, теория, метод в одной, в другой и т.д. книгах». Во всех случаях рекомендуется рассмотрение теоретических вопросов не менее чем по трем источникам. Изучение проблемы по разным источникам - залог глубокого усвоения науки. Именно этот блок, наряду с выполнением практических заданий является ведущим в структуре самостоятельной работы студентов. В процессе самостоятельной работы студент может пользоваться электронным материалом по курсу, находящимся в методическом кабинете СПФ ауд., лаборатории психосоциальных технологий ауд. на кафедре социальной психологии и психосоциальных технологий ауд.

В процессе изучения данной дисциплины учитывается посещаемость лекций, оценивается активность студентов на семинарских занятиях, а также качество и своевременность подготовки теоретических материалов, творческих заданий и презентаций

рефератов. По окончании изучения дисциплины проводится индивидуальный зачёт по предложенным вопросам.

Вопросы, выносимые на зачет, должны служить постоянными ориентирами при организации самостоятельной работы студента. Таким образом, усвоение учебного предмета в процессе самостоятельного изучения учебной и научной литературы является и подготовкой к зачету, а сам зачет становится формой проверки качества всего процесса самостоятельной учебной деятельности студента.

Студент, показавший высокий уровень владения знаниями, умениями и навыками по предложенному вопросу, считается успешно освоившим учебный курс. В случае большого количества затруднений при раскрытии предложенного на зачёте вопроса студенту предлагается повторная подготовка и перезачёт.

Для успешного овладения курсом необходимо выполнять следующие требования:

- 1) все рассматриваемые на семинарских занятиях вопросы обязательно фиксировать в отдельную тетрадь и сохранять её до окончания обучения в вузе;
- 2) обязательно выполнять все домашние задания;
- 3) проявлять активность на занятиях и при подготовке, т.к. конечный результат овладения содержанием дисциплины необходим, в первую очередь, самому студенту.

6.3. Материалы для проведения текущего и промежуточного контроля знаний студентов

Контроль освоения компетенций

№ п/п	Вид контроля	Контролируемые темы (разделы)	Компетенции, компоненты которых контролируются
1	Практическое занятие(дискуссия)	Тема 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8	ПК-2.1. ПК-2.2. ПК-2.3. ПК-3.1. ПК-3.2. ПК-3.3. ПК-4.1. ПК-4.2. ПК-4.3.
2	Доклад	Тема 1, 6, 7, 8	ПК-2.1. ПК-2.2. ПК-2.3. ПК-3.1. ПК-3.2. ПК-3.3. ПК-4.1. ПК-4.2. ПК-4.3.

Материалы для проведения текущего контроля знаний и промежуточной аттестации составляют отдельный документ – Фонд оценочных средств по дисциплине Б1.В.ОД.7 Основы социально-психологического тренинга.

7. Учебно-методическое и материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля) Б1.В.04 Теория и практика социально-психологического тренинга

7.1. Учебная литература:

1. Марасанов Г.И. Социально-психологический тренинг / Марасанов Г.И.. — Москва: Когито-Центр, 2019. — 251 с. — ISBN 5-89353-042-X. — Текст: электронный // Электроннобиблиотечная система IPR BOOKS: [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/88390.html> — Режим доступа: для авторизир. пользователей

2. Клаус Фопель Технология ведения тренинга: теория и практика / Клаус Фопель. — Москва : Генезис, 2020. — 263 с. — ISBN 978-5-98563-430-3. — Текст: электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS: [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/95350.html> — Режим доступа: для авторизир. пользователей

3. Василенко М.А. Основы социально-психологического тренинга / Василенко М.А.. — Ростов-на-Дону: Феникс, 2014. — 126 с. — ISBN 978-5-222-22832-6. — Текст: электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS: [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/59408.html> — Режим доступа: для авторизир. пользователей

дополнительная учебная литература:

1. Пахальян В.Э. Групповой психологический тренинг: методология и технология: учебное пособие / Пахальян В.Э. — Саратов: Ай Пи Эр Медиа, 2018. — 206 с. — ISBN 978-5-4486-0379-2. — Текст: электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS:

[сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/76798.html> — Режим доступа: для авторизир. пользователей.

2. Петрушин С.В. Психологический тренинг в многочисленной группе (методика развития компетентности в общении в группах от 40 до 100 человек) / Петрушин С.В.. — Москва: Академический проект, 2020. — 249 с. — ISBN 978-5-8291-2821-0. — Текст: электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS: [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/110180.html> — Режим доступа: для авторизир. пользователей

3. Емельянова Е.В. Психологические проблемы современных подростков и их решение в тренинге / Емельянова Е.В.. — Москва: Генезис, 2020. — 376 с. — ISBN 978-5-98563-337-5. — Текст: электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS: [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/89326.html> — Режим доступа: для авторизир. пользователей

7.2. Интернет-ресурсы:

1.База данных информационной системы «Единое окно доступа к образовательным ресурсам» <http://window.edu.ru>

2.Электронно-библиотечная система издательства «Лань» <http://e.lanbook.com>

3.Национальный цифровой ресурс «Руконт» - межотраслевая электронная библиотека на базе технологии Контекстум <http://www.ruscont>

4.Электронная библиотечная система Российского государственного аграрного заочного университета <http://ebs.rgazu.ru>

5. База электронно-библиотечного ресурса «Psylib». – Режим доступа: <http://psylib.org.ua/books/andrg01/index.htm>.

6. База электронно-библиотечного ресурса «Studopedia». – Режим доступа: <http://studopedia.ru/socialpsihol.php>.

7.3. Программное обеспечение:

1. Microsoft Open License, Windows 7 Professional.

2. Microsoft Office Professional.

3. WinRAR. 4. AST Test.

5. Антивирус Avira.

6. Графическая платформа labVIEW2012 для лабораторных практикумов.

7. Пакет программ 1С V8.3.

8. Система автоматизированного проектирования и черчения AutoCaD.

9. Система автоматизированного проектирования Mathcad V14.

10. Система автоматизированного проектирования – КОМПАС 3D V9.

11. Программное обеспечение для компьютерного лингафонного кабинета Linco v 8.2.

7.4. Материально-техническое обеспечение

Материально-техническое обеспечение образовательного процесса по дисциплине (модулю) включает в себя следующие компоненты: Помещения для самостоятельной работы обучающихся, укомплектованные специализированной мебелью (столы и стулья) и оснащенные компьютерной техникой с возможностью подключения к сети "Интернет" и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду КФУ. Учебные аудитории для контактной работы с преподавателем, укомплектованные специализированной мебелью (столы и стулья). Компьютер и принтер для распечатки раздаточных материалов. Мультимедийная аудитория.

Рабочая программа дисциплины «Теория и практика психологического тренинга» составлена в соответствии с требованиями ФГОС ВО по направлению подготовки 37.03.01 Психология (уровень бакалавриат), утвержденного приказом Министерства образования и науки РФ от 29.07.2020 г. № 839.

Программу составила: доцент кафедры психологии и педагогики Дзейтова М.Х.

Программа одобрена на заседании кафедры «Психология и педагогика»

Протокол №5 от «20» июня 2022 года

Программа одобрена Учебно-методическим советом исторического факультета

Протокол № 11 от «23» июня 2022 года

Программа рассмотрена на заседании Учебно-методического совета университета

Протокол № 10 от «29» июня 2022 года

