

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РФ
ФГБОУ ВО «ИНГУШСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

ИСТОРИЧЕСКИЙ ФАКУЛЬТЕТ

УТВЕРЖДАЮ
Проректор по УР и КО

_____ С.А. Льянова
«_29_» __06__ 2023 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Б1.В.04 Теория и практика психологического тренинга

Направление подготовки (бакалавриат/магистратура/специальность)
37.03.01 Психология

Направленность (*профиль подготовки /специализация/магистерская программа*) _____
(наименование профиля, магистерской программы, специализации)

Квалификация выпускника: бакалавр

Форма обучения: очная, очно-заочная

Магас, 2023

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 межличностного 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 приёмами осуществления просветительской, психопрофилактической деятельности с целью повышения уровня психологической культуры индивидов и групп.

4. Структура и содержание дисциплины (модуля) Б1.В.04 Теория и практика психологического тренинга

4.1. Структура дисциплины (модуля)

Общая трудоемкость дисциплины составляет 2 зачетных единицы, 72 часа.

№ п/п	Наименование разделов и тем дисциплины (модуля)	семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)									Формы текущего контроля успеваемости (по неделям семестра)						
			Контактная работа					Самостоятельная работа				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)						
			Всего	Лекции	Практические занятия	Лабораторные занятия	Др. виды контакт. работы	Всего	Курсовая работа(проект)	Подготовка к зачету	Другие виды самостоятельной работы	Собеседование	Коллоквиум	Проверка тестов	Проверка контрол.н. работ	Проверка реферата	Проверка эссе и иных творческих работ	курсовая работа (проект)
1.	Теоретические и методологические основы психологического тренинга	5		2	4													
2	Организация групповой работы и динамические процессы в тренинговой группе	5		4	4													

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.

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.

История создания метода 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.

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.

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

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	Реком. литература	Кол-во 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	Литература к теме, работа с интернет-источниками	2

			тренинга.		
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	Литература к теме, работа с интернет-источниками	2

			социальной перцепции: вербальные и невербальные техники. Принципы подбора психотехнических упражнений. Учёт возрастных особенностей участников тренинговых групп		
7	Тема 7. Классификация и основные виды тренинговых групп	Работа в библиотеке, включая ЭБС. Подготовка доклада-презентации	Критерии классификации тренинговых групп. Группы встреч - особый вид групповой работы. Гештальт-подход в тренинговой работе. Трансактный анализ в тренинговой работе. Психодраматический подход тренинговой работе. Коммуникативные тренинги. Тренинги личностного роста. Тренинги делового общения. Профориентационные тренинги	Литература к теме, работа с интернет-источниками	2
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 зачет 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:

Основная литература

1. Бобченко, Т. Г. Психологические тренинги: основы тренинговой работы: учебное пособие для вузов / Т. Г. Бобченко. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2023. — 132 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-12444-6.
2. Евтихов, О. В. Теория и практика тренинга: учебное пособие / О.В. Евтихов. — 3-е изд. — Москва: ИНФРА-М, 2021. — 174 с. — (Высшее образование: Бакалавриат). - ISBN 978-5-16-109590-4.
3. 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

Дополнительная литература

1. 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
2. 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.
3. 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.
4. Фопель К. 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
5. Шамардина, М.В. Теория и практика психологического тренинга: учебно-методическое пособие / М.В. Шамардина; Алтайский государственный университет. — Барнаул: АлтГУ, 2019. — 126 с. — URL: <http://elibrary.asu.ru/xmlui/bitstream/handle/asu/8471/read.7book?sequence=1&isAllowed=y>

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 Б1.В.04 Теория и практика психологического тренинга составлена в соответствии с требованиями ФГОС ВО по направлению подготовки 37.03.01 Психология (уровень бакалавриата), утвержденного приказом Министерства науки и высшего образования РФ от 27.07. 2020 г. N 839.

Программу составили:

1. _____ Дзейтова Марета Хасановна, доцент кафедры психологии и педагогики _____

(Ф.И.О., должность, подпись)

Программа одобрена на заседании кафедры психологии и педагогики

Протокол № _6_ от «_22_» _06_ 2023 года

Программа одобрена Учебно-методическим советом исторического факультета

протокол № _10_ от «_26_» _06_ 2023 года

Программа рассмотрена на заседании Учебно-методического совета университета

протокол № _10_ от «_28_» _06_ 2023 г.

Сведения о переутверждении программы на очередной учебный год и регистрации изменений

Учебный год	Решение кафедры (№ протокола, дата)	Внесенные изменения	Подпись зав. кафедрой