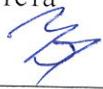


МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
СЕВЕРО-ВОСТОЧНЫЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ

УТВЕРЖДАЮ  
Декан социально-гуманитарного  
факультета

 Ю.Е. Якунина

" 05 " 10 2018 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

Б1.В.ОД.9 Социально-психологический тренинг  
(наименование дисциплины)

Направления (специальности) подготовки

37.03.01 «Психология»

Квалификация (степень) выпускника  
**Бакалавр**

Форма обучения

очная и заочная

г. Магадан  
2018 г.

Рабочая программа учебной дисциплины рассмотрена и одобрена на заседании кафедры психологии, протокол от «18» сентября 2018 г. № 1.

## **1. Цели освоения учебной дисциплины**

Целью освоения дисциплины «Социально-психологический тренинг» является изучение студентами теоретических, методологических и методических основ тренинговых технологий.

## **2. Место учебной дисциплины в структуре ООП бакалавриата**

Дисциплина «Социально-психологический тренинг» относится к профессиональному циклу ООП.

Для освоения дисциплины «Социально-психологический тренинг» студентам необходимы знания, полученные при изучении дисциплин «Введение в профессию», «Социальная психология» и «Профессиональная этика».

Полученные в ходе изучения дисциплины знания и умения могут быть использованы студентами при освоении таких дисциплин как «Организационная психология», «Психологическая служба» и других, а так же при прохождении производственной практики.

## **3. Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения дисциплины «Социально-психологический тренинг»**

Дисциплина «Социально-психологический тренинг» способствует формированию следующих компетенций, предусмотренных ФГОС по направлению подготовки 37.03.01 «Психология»:

### **общекультурных (OK):**

- способностью работать в коллективе, толерантно воспринимая социальные, этнические, конфессиональные и культурные различия (OK-6).

### **профессиональных (ПК):**

- способностью к постановке задач в области научно-исследовательской и практической деятельности (ПК-6)
- способностью к проектированию, реализации и оценке учебно-воспитательного процесса, образовательной среды при подготовке психологических кадров с учетом современных активных и интерактивных методов обучения и инновационных технологий (ПК-10);
- способностью к использованию дидактических приемов при реализации стандартных коррекционных, реабилитационных и обучающих программ по оптимизации психической деятельности человека (ПК-11).

## **4. Структура и содержание учебной дисциплины**

Общая трудоемкость дисциплины составляет 3 зачетных единицы, 108 часов.

Контактная работа при проведении учебных занятий по дисциплинам (модулям) включает в себя занятия лекционного типа, семинарского типа (практические занятия, лабораторные работы), консультации.

Объем (в часах) контактной работы занятий лекционного типа, семинарского типа (практические занятия, лабораторные работы) определяется расчетом аудиторной учебной нагрузки по данной дисциплине и составляет 68 часов (заочная форма - 16).

Контактная работа при проведении промежуточной аттестации включает в себя индивидуальную сдачу зачета. Объем (в часах) для индивидуальной сдачи зачета определяется нормами времени для расчета объема учебной нагрузки, выполняемой профессорско-преподавательским составом, и составляет 0,25 час на одного обучающегося.

Таблица 1. Очная форма обучения

**Структура и содержание учебной дисциплины**

Формы промежуточного контроля по семестрам: в 6 семестре зачет.

№ п/п	Наименование модулей, разделов, тем	Количество часов				Общая трудо- ем. с учетом зачетов и экза- менов (час/ зачет. ед.)	
		Аудиторные заня- тия					
		Лекции	Семи- нарские (прак- тиче- ские) занятия	Лабораторные занятия	Самостоятельная работа		
1.	<i>Первый модуль. Психологический тренинг как метод активного социально-психологического обучения</i>	11	7	10	14	108 / 3	
1.1.	Тема 1.1. Актуальные проблемы активного социально-психологического обучения	1					
1.2.	Тема 1.2. Психологическое содержание активного социально-психологического обучения	2					
1.3.	Тема 1.3. Активный характер обучения в психологическом тренинге	2	1	2			
1.4.	Тема 1.4. Содержательные и организационные аспекты тренинга	2	2	2			
1.5.	Тема 1.5. Групповая динамика в тренинге	2	2	4			
1.6.	Тема 1.6. Тренер, его функции и стили	2	2	2			
2.	<i>Второй модуль. Практическая тренинговая деятельность: подготовка программы тренинга</i>	4	6	8	18		
2.1.	Тема 2.1. Определение темы, целей и задач тренинга	2	3	4			
2.2.	Тема 2.2. Написание программы тренинга	2	3	4			
3.	<i>Третий модуль. Практическая тренинговая деятельность: апробация программы тренинга</i>	2	4	16	8		
3.1.	Тема 3.1. Проведение тренинга		2	14			
3.2.	Тема 3.2. Посттренинговое сопровождение	2	2	2			
<b>ИТОГО:</b>		<b>17</b>	<b>17</b>	<b>34</b>	<b>40</b>		

Таблица 2. Заочная форма обучения  
Структура и содержание учебной дисциплины

Формы промежуточного контроля по годам: на 4 курсе зачет.

№ п/п	<b>Наименование модулей, разделов, тем</b>	<b>Количество часов</b>				<b>Общая трудоемкость с учетом зачетов и экзаменов (час/кредит)</b>
		<b>Лекции</b>	<b>Семинарские (практические) занятия</b>	<b>Лабораторные занятия</b>	<b>Самостоятельная работа</b>	
1.	<i>Первый модуль. Психологический тренинг как метод активного социально-психологического обучения</i>	2		2	<b>44</b>	<i>108 / 3</i>
2.	<i>Второй модуль. Практическая тренинговая деятельность: подготовка программы тренинга</i>		2	2	<b>22</b>	
3.	<i>Третий модуль. Практическая тренинговая деятельность: апробация программы тренинга</i>		2	4	<b>22</b>	
<b>ИТОГО:</b>		2	4	<b>10</b>	<b>88</b>	

## 5. Образовательные технологии

Дисциплина «Социально-психологический тренинг» включает в себя ряд лекций и семинаров, тематика и содержание которых содержатся в рабочей программе курса.

В целях активизации мыслительной деятельности студентов, развития способности анализировать научные и практические проблемы необходимо включение в лекцию следующих методов и приемов: элементов диалога, эвристической беседы, групповой дискуссии. Так же возможно использование следующих средств:

1. Включение в лекцию проблемных вопросов, ситуаций, заданий. Такие вопросы можно использовать в конце лекции как задание на следующее занятие.
2. Обращение к уже пройденному материалу с целью показать системность тем и понятий как внутри модуля, так и между модулями дисциплины, а так же с целью закрепления пройденного.
3. Использование эвристической беседы как тщательно продуманной системы вопросов способствует лучшему усвоению нового материала.
4. Актуализация прежних знаний и опыта студентов в период чтения лекции посредством вопросов, анализа конкретных ситуаций. Рекомендуется задавать вопросы к студентам, требующие приведения жизненных примеров.
5. Анализ конкретных ситуаций.
6. Использование фактических данных (жизненных примеров, знакомых студентам; отрывков из художественной литературы, известных кинофильмов).
7. Использование наглядного материала на лекции (использование рисунков, иллюстраций, фотографий, кинофильмов, слайдов и др.).
8. Использование опорных сигналов, опорных тезисов лекций.
9. Введение в содержание лекции научного, профессионального и личного опыта преподавателя: что он считает важным в даваемой информации, почему так утверждает или отрицает что-то, как поступает в таких случаях и многое другое.

10. Одним из средств активизации мыслительной деятельности студента являются задания привести пример на основании изложенного лектором материала, соотнести понятия, найти взаимосвязь между понятиями или темами, произвести сравнение.

Для проведения **лабораторных занятий** используются методы активного обучения. Основной формой проведения лабораторных работ является осуществление тренинговых сессий, вследствие чего достигается эффект погружения студентов в специально созданные тренинговые условия, максимально приближенные к реальным условиям работы тренинговой группы. Желательно, чтобы у преподавателя был практический опыт ведения тренингов и/или участия в работе тренинговых групп.

Первоначально учебные тренинги проводятся самим преподавателем. Затем, по мере овладения студентами лекционного материала и написания тренинговых программ, акцент переносится на проведение тренингов самими студентами.

Подготовительная работа проводится индивидуально с каждым студентом и заключается в оказании методической помощи при написании развернутой программы тренинга.

В процессе проведения тренинга преподаватель сокращает свое вмешательство до необходимого минимума.

По окончании тренинга студент должен сдать отчет по предложенной форме.

При **подготовке программы тренинга** необходимо следовать данному алгоритму:

1. Выбрать одну из предложенных тем.
2. Самостоятельно определить цели и задачи тренинга.
3. Ознакомиться с предложенной литературой.
4. Подобрать подходящие к теме и целям тренинга упражнения я и игры.
5. Обозначить предполагаемые временные затраты на выполнение упражнений и проведение игр.
6. Составить вопросы для групповой рефлексии.
7. Указать место в предварительном плане и описать упражнения, необходимые для разминки и поддержания тонуса участников тренинга.
8. Описать ожидаемые результаты и критерии оценки успешности тренинга.
9. После консультации с преподавателем провести тренинг.
10. Написать отчет о проведенном тренинге, содержащий следующие пункты: ФИО, дата проведения тренинга, программа тренинга, саморефлексия (что понравилось/не понравилось, какие чувства испытывал(а) во время проведения тренинга и после него, какие есть плюсы/минусы проведенного тренинга).

## **6. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы студентов**

### **6.1. Перечень примерных контрольных вопросов и заданий для самостоятельной работы**

#### ***Первый модуль. Психологический тренинг как метод активного социально-психологического обучения***

1. В чем заключается психологическое содержание активного социально-психологического обучения?
2. В чем заключаются психологические особенности игровых методов обучения.
3. История развития методов активного обучения.
4. Классификация методов активного обучения.
5. Групповая динамика в тренинговой группе.
6. Подготовка и организация работы тренинговой группы.
7. Основные подходы к классификации тренинговых групп.

#### ***Второй модуль. Практическая тренинговая деятельность: подготовка программы тренинга***

1. Подготовка и организация работы тренинговой группы.
2. Структура социально-психологического тренинга.
3. Терапевт группы: личность, квалификация, навыки.

**Третий модуль. Практическая тренинговая деятельность: апробация программы тренинга**

1. Методы развития творческих способностей в тренинге.
2. Типы «трудных» участников и методы работы с ними.
3. Основные сложности в работе с детскими и подростковыми группами.
4. Проблемы мотивации участников тренинга.
5. Характеристика тренингов личностного роста и корпоративных тренингов.
6. Гомогенность и гетерогенность тренинговых групп.

**6.2. Методические рекомендации по подготовке к зачету**

При самостоятельной подготовке к зачету следует обратить внимание на проработку следующих вопросов дисциплины.

**Первый модуль. Психологический тренинг как метод активного социально-психологического обучения**

**Актуальные проблемы активного социально-психологического обучения**

Отличие традиционных и активных методов обучения. Классификация методов активного обучения, подходы к ее построению.

**Психологическое содержание активного социально-психологического обучения**

Характеристика основных понятий: активность, активность личности, активизация учебной деятельности. Принцип формирования психического в деятельности. Учение как процесс усвоения обучаемым различных видов деятельности. Группа как фактор активного обучения.

**Активный характер обучения в психологическом тренинге**

Цели, задачи и возможности тренинга как метода активного социально-психологического обучения. Проблема определения психологического тренинга. Основные парадигмы тренинга. Соотношение понятий «групповая психотерапия», «психокоррекция», «тренинг», «обучение». Основные подходы к классификации тренингов.

**Содержательные и организационные аспекты тренинга**

Специфические черты тренингов. Основные цели и задачи психологических тренингов. Важнейшие принципы работы тренинговой группы. Принцип «здесь и теперь» в работе тренинговой группы. Групповая этика в тренинге. Общая характеристика основных тренинговых методов. Игровые методы в тренинге. Общее представление о ролевых играх. Ролевые игры в психодраме. Характеристика игр, применяемых в тренинге. Общее представление о разминочных играх. Организационные аспекты комплектования групп. Психологические аспекты оптимизации внешних условий работы группы. Психологические

особенности гомогенных и гетерогенных групп. Ролевые позиции в группе. Понятие о групповых нормах. Приемы развития сензитивности в тренинге. Невербальные техники.

#### Групповая динамика в тренинге

Групповая сплоченность и её психологические механизмы. Общее представление об основных этапах развития группы. Стадии развития группы с управляемой динамикой. Психологическая характеристика кризиса в развитии тренинговой группы. Подходы к классификации тренинговых групп.

#### Тренер, его функции и стили

Общее представление о позиции и статусе ведущего группы. Основные требования, предъявляемые к личности ведущего группы. Система подготовки групповых ведущих и тренеров.

#### ***Второй модуль. Практическая тренинговая деятельность: подготовка программы тренинга***

##### Определение темы, целей и задач тренинга. Написание программы тренинга

Основные правила написания программ тренингов.

#### ***Третий модуль. Практическая тренинговая деятельность: апробация программы тренинга***

##### Посттренинговое сопровождение

Понятие о супервизорстве в групповой работе.

#### **7. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины (модуля) «Социально-психологический тренинг»**

##### *а) основная литература*

1. Вачков И.В. Групповые методы в работе школьного психолога: Учебно-методическое пособие. - М.: "Ось -89". 2002. - 224 с.
2. Лидерс А.Г. Психологический тренинг с подростками: Учеб. пособие для студентов, обучающихся по психол. специальностям. – М., Академия, 2001.
3. Прутченков А. С. Трудное восхождение к себе. Методические разработки и сценарии занятий социально-психологических тренингов. – М.: Российское педагогическое агентство, 1995. – 140 с.
4. Обозов Н.Н. Социально-психологический тренинг. - СПб., Акад. психологии, предпринимательства и менеджмента. -2002. 20с.

##### *б) дополнительная литература*

1. Вачков И.В. Основы технологии группового тренинга. Психотехники. – М., 2001.
2. Вачков И. В. Основные виды тренинговых групп в западной практической психологии. – Деп. в ИТОП РАО, № 20-96. – М., 1996. – 24 с.
3. Вачков И. В. Введение в тренинговые технологии // Психологическое сопровождение выбора профессии / Под ред. Л. М. Митиной. – М.: Московский психолого-социальный институт, 1998. – с. 66-78.
4. Введение в практическую социальную психологию / Л. И. Донцов, Ю. М. Жуков, Л. Л. Петровская и др. / Под ред. Ю. М. Жукова. – М.: "Смысл", 1996. – 373 с.
5. Джейкобс Д., Дэвид П., Майер Д. Супервизорство. Техника и методы корректирующих консультаций. – СПб.: Б. С. К., 1997. – 235 с.

6. Емельянов Ю. Н. Активное социально-психологическое обучение. Л.: Изд. ЛГУ, 1985. – 166 с.
7. Зайцева Т.В. Теория психологического тренинга. СПб.: Речь, М.: Смысл, 2002
8. Захаров В.П. Практические рекомендации по ведению групп социально-психологического тренинга. – ЛГТУ, 1990
9. Захаров В. П., Хрищева Н. Ю. Социально-психологический тренинг. - Учебное пособие. Л.: Изд-во ЛГУ, 1989.
10. Игры – обучение, тренинг, досуг... / Под ред. В. В. Петрусинского // В четырех книгах. – М.: Новая школа, 1994. – 368 с.
11. Исурина Г. Л. Групповые методы психотерапии и психокоррекции // Методы психологической диагностики и коррекции в клинике. – Л.: Медицина, 1983. – с. 231-254.
12. Киннер Д. Клинические ролевые игры и психодрама. – М.: Независимая фирма "Класс", 1993. – 224 с.
13. Ковалева Г.А. Основные направления использования методов активного социального обучения в странах Запада//Психол. журнал Т. 2, № 1, 1999.
14. Козлов Н. И. Лучшие психологические игры и упражнения. – Екатеринбург: Изд. АРД ЛТД, 1997. – 144 с.
15. Коротаева Е. В. Игровые модули общения: учебные материалы к тренингу. – Екатеринбург, 1995. – 31 с.
16. Макшанов С. П.. Хрищева Н. Ю. Психогимнастика в тренинге, каталог. Часть 1. СПб., 1993.
17. Марасанов Г. И. Методы моделирования и анализа ситуаций в социально-психологическом тренинге. – Киров, 1995. – 152 с.
18. Рудестам К. Групповая психотерапия. Психокоррекционные группы: теория и практика. – М.: Прогресс, 1993. – 368 с.
19. Цзен Н.В., Пахомов Ю.В. Психотренинг: игры и упражнения. М., 1998.

## **8. Материально-техническое обеспечение дисциплины «Социально-психологический тренинг»**

Специальные помещения представляют собой учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации, а также помещения для самостоятельной работы (научно-техническая библиотека СВГУ). Специальные помещения укомплектованы специализированной мебелью и техническими средствами обучения, служащими для представления учебной информации большой аудитории.

Для проведения занятий лекционного типа используется демонстрационное оборудование (мультимедиа проектор).

Помещения для самостоятельной работы обучающихся (научно-техническая библиотека СВГУ) оснащены компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду организации.

Состав необходимого лицензионного обеспечения: Windows, Microsoft Office

**9. Рейтинг-план дисциплины****РЕЙТИНГ-ПЛАН ДИСЦИПЛИНЫ****Б1.В.ОД.9 Социально-психологический тренинг**Социально-гуманитарный факультетКурс 3, группа ПС-, семестр 6 201/201 учебного годаПреподаватель: Кузнецова Снежана Анатольевна, к. психол. наук, доцентКафедра психологии

Аттестационный период	№ модуля	Название модуля	Виды работ, подлежащие оценке	Максимальное кол-во баллов
1	1	Психологический тренинг как метод активного социально-психологического обучения	Активность (ответы на вопросы, участие в обсуждениях) (за 1 занятие)	5
			Лабораторная работа (участие в тренинге) (за 1 занятие)	10
			Текущий контроль	20
2	2	Практическая тренинговая деятельность: подготовка программы тренинга	Активность (ответы на вопросы, участие в обсуждениях) (за 1 занятие)	10
			Лабораторная работа (участие в тренинге) (за 1 занятие)	10
			Подготовка программы тренинга	100
3	3	Практическая тренинговая деятельность: апробация программы тренинга	Активность (ответы на вопросы, участие в обсуждениях) (за 1 занятие)	10
			Лабораторная работа (проведение тренинга)	100
			Отчет по тренингу	30

**10. Протокол согласования программы с другими дисциплинами направления (специальности) подготовки.**

Не требуется

**11. Приложения**

Приложение 1 Ф СВГУ 8.1.4-02 Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине

Приложение 2 Лист изменений и дополнений.

Автор:

Кузнецова Снежана Анатольевна,  
кандидат психологических наук, доцент,



05.10.18

подпись

дата

Заведующий кафедрой психологии:

Кузнецов Игорь Юрьевич,  
кандидат психологических наук,  
доцент



05.10.18

подпись

дата

**Приложение 2**

**Лист изменений и дополнений на 20\_\_/20\_\_ учебный год**

в рабочую программу учебной дисциплины

**Б1.В.ОД.9 Социально-психологический тренинг**  
(код, наименование дисциплины)

Направления подготовки (специальности)

**37.03.01 «Психология»**

(Шифр и название направления подготовки (специальности))

1. В рабочую программу учебной дисциплины вносятся следующие изменения:

**1. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины (модуля)  
«Социально-психологический тренинг»**

a) основная литература

1. Григорьев, Н.Б. Психотехнологии группового тренинга / Н.Б.&nbsp;Григорьев. – Санкт-Петербург : Санкт-Петербургский государственный институт психологии и социальной работы, 2008. – 176 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <a href='http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=277328'>http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=277328</a> (дата обращения: 28.10.2019). – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-98238-012-8. – Текст : электронный.
  2. Левкин, В.Е. Социально-психологический тренинг для психолога / В.Е.&nbsp;Левкин. – Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2016. – 209 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: <a href='http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=450202'>http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=450202</a> (дата обращения: 28.10.2019). – Библиогр.: с. 195-203. – ISBN 978-5-4475-8755-0. – DOI 10.23681/450202. – Текст : электронный.
  3. Левкин, В.Е. Тренинг сензитивности / В.Е.&nbsp;Левкин. – Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2016. – 150 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <a href='http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=450207'>http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=450207</a> (дата обращения: 28.10.2019). – Библиогр.: с. 136-146. – ISBN 978-5-4475-8757-4. – DOI 10.23681/450207. – Текст : электронный.
  4. Основы социально-психологического тренинга / авт.-сост. М.А. Василенко. – Ростов-на-Дону : Издательство «Феникс», 2014. – 128 с. – (Психологический практикум). – Режим доступа: по подписке. – URL: <a href='http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=256452'>http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=256452</a> (дата обращения: 28.10.2019). – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-222-22832-6. – Текст : электронный.
  5. Трифонова, Т.А. Основы социально-психологического тренинга / Т.А.&nbsp;Трифонова ; Институт экономики, управления и права (г. Казань). – Казань : Познание, 2008. – 184 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: <a href='http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=257910'>http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=257910</a> (дата обращения: 28.10.2019). – Текст : электронный.
2. В п.№4 "Структура и содержание учебной дисциплины" внести изменения в контактную работу, а именно: "Объем (в часах) для индивидуальной сдачи зачета определяется нормами времени и составляет 0,15 часа на одного обучающегося"(приказ №102/общ. от 17.05.19 г.).

Автор: Смирнова Инна Анатольевна

Рабочая программа учебной дисциплины пересмотрена и одобрена на заседании кафедры социальных и гуманитарных наук, протокол №7 от 22. II. 2019г.

И.о.заведующего кафедрой  
социальных и гуманитарных наук  
Якунина Юлия Евгеньевна,  
кандидат психологических наук,  
доцент

22-II-19

подпись

дата