

САНКТ-ПЕТЕРБУРГСКОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ
АВТОНОМНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ

**«САНКТ-ПЕТЕРБУРГСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ИНСТИТУТ
ПСИХОЛОГИИ И СОЦИАЛЬНОЙ РАБОТЫ»
(СПбГИПСР)**

КАФЕДРА ПРИКЛАДНОЙ СОЦИАЛЬНОЙ ПСИХОЛОГИИ И КОНФЛИКТОЛОГИИ

УТВЕРЖДАЮ

Руководитель образовательной программы,
кандидат психологических наук, доцент,
доцент кафедры общей и консультативной психологии

Л.В. Кузьменкова

«10» июня 2021 г

Рабочая программа дисциплины

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ТРЕНИНГОВОЙ РАБОТЫ

по образовательной программе 37.03.01 Психология

Разработчик: канд. психол. наук, доцент Горбатова Елена Александровна

Санкт-Петербург

2021

РАЗДЕЛ 1. Учебно-методический раздел рабочей программы дисциплины

1.1. Аннотация рабочей программы дисциплины

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ТРЕНИНГОВОЙ РАБОТЫ

Цель изучения дисциплины: формирование представлений о психологических основах, целях, принципах тренинговой работы и приобретение опыта использования методов тренинговой работы в практической деятельности психолога.

Задачи дисциплины:

1. Дать представление студентам о теоретических основах и принципах тренинговой работы;
2. Развивать умение компетентного применения в тренинговой группе базовых методов тренинга;
3. Сформировать навыки использования основных методов тренинга для решения проблем;
4. Стимулировать интерес студентов к специальности на основе расширения профессиональной компетентности.

Содержание дисциплины:

Определение и специфические черты психологического тренинга.

Основные методические приемы тренинга: групповая дискуссия, игра, медитация, и методы невербальной активности.

Вспомогательные методические приемы в тренинге.

Классификация тренинговых групп

Групповая динамика. Групповые нормы. Структура группы.

Этапы развития группы.

Механизмы терапевтического воздействия группы на участников

Оценка результативности тренинговой работы

1.2. Цель и задачи обучения по дисциплине

Цель – формирование представлений о психологических основах, целях, принципах тренинговой работы и приобретение опыта использования методов тренинговой работы в практической деятельности психолога.

Задачи:

1. Дать представление студентам о теоретических основах и принципах тренинговой работы;
2. Развивать умение компетентного применения в тренинговой группе базовых методов тренинга;
3. Сформировать навыки использования основных методов тренинга для решения проблем;
4. Стимулировать интерес студентов к специальности на основе расширения профессиональной компетентности.

В случае успешного освоения дисциплины студенты **должны:**

знать:

- структурные характеристики социально-психологического тренинга;
- основные принципы и правила работы в группе;

- специфику ведения тренинга с учетом фактора групповой динамики;

уметь:

- применять и использовать базовые методики тренинга;
- оценивать состояние групповой динамики в рабочей тренинговой группе;
- оценивать эффективность групповой работы и уровень достижения поставленных целей.

иметь навыки:

- навыками установления доверительного контакта и поддержки людей с позиции тренера;
- навыками применения основных методов тренинговой работы;
- навыками саморефлексии и этики в процессе применения основных техник тренинговой работы.

1.3. Язык обучения

Язык обучения – русский.

1.4. Объем дисциплины в зачетных единицах с указанием количества академических часов, выделенных на контактную работу обучающихся с преподавателем по видам учебных занятий, самостоятельную работу, форму промежуточной аттестации*

Форма обучения	Общий объем дисциплины			Объем в академических часах									
	В зач.ед.	В астрон. часах	В академ. часах	Объем самостоятельной работы	Объем контактной работы обучающихся с преподавателем							В том числе контактная работа (занятия) в интерактивных формах	Промежуточная аттестация (экзамен)
					Всего	Виды учебных занятий							
						Всего учебных занятий	Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Групповые консультации	Индивидуальные консультации			
Очная	4	108	144	76	68	64	26	38	-	-	20	4	
Очно-заочная	4	108	144	96	48	44	20	24	-	-	14	4	
Заочная	4	108	144	124	20	16	-	-	16	-	6	4	

* В случае реализации смешанного обучения рабочая программа дисциплины адаптируется преподавателем в части всех видов учебных занятий и промежуточной аттестации к использованию дистанционных образовательных технологий.

1.5. Планируемые результаты обучения по дисциплине, обеспечивающие достижение планируемых результатов освоения образовательной программы

Планируемые результаты обучения по образовательной программе (перечень компетенций в соответствии с ФГОС)	Планируемые результаты обучения по дисциплине (перечень компетенций по дисциплине)
с ОК-1 по ОК-9 ОПК-1 с ПК-1 по ПК-14 ВПК-1	- способность к реализации стандартных программ, направленных на предупреждение отклонений в социальном и личностном статусе и развитии, профессиональных рисков в различных видах деятельности (ПК-1) - способность к осуществлению стандартных базовых процедур оказания индивиду, группе, организации психологической помощи с использованием традиционных методов и технологий (ПК-3)

РАЗДЕЛ 2. Структура и содержание дисциплины

2.1. Учебно-тематический план дисциплины

Очная форма обучения

Тема (раздел) дисциплины (указывается номер темы, название)	Общее количество аудиторных часов	Общее кол-во часов на занятия лекционного типа	Общее кол-во часов на занятия семинарского типа	
			Всего	Из них интерактивные формы
Тема 1. Определение и специфика психологического тренинга	4	2	2	2
Тема 2. Основные методические приемы в тренинге	6	2	4	2
Тема 3. Вспомогательные методические приемы в тренинге	8	2	6	2
Тема 4. Классификация тренинговых групп	8	2	6	4
Тема 5. Групповая динамика в тренинговой работе	7	3	4	2
Тема 6. Механизмы терапевтического воздействия группы на участников	5	3	2	-
Тема 7. Оценка результативности тренинговой работы	10	4	6	4
Итого:	48	18	30	16

Очно-заочная форма обучения

Тема (раздел) дисциплины (указывается номер темы, название)	Общее количество аудиторных часов	Общее кол-во часов на занятия лекционного типа	Общее кол-во часов на занятия семинарского типа	
			Всего	Из них интерактивные формы
Тема 1. Определение и специфика психологического тренинга	4	2	2	2
Тема 2. Основные методические приемы в тренинге	4	2	2	2
Тема 3. Вспомогательные методические приемы в тренинге	4	2	2	2
Тема 4. Классификация тренинговых групп	6	2	4	2
Тема 5. Групповая динамика в тренинговой работе	4	2	2	2
Тема 6. Механизмы терапевтического воздействия группы на участников	6	2	4	-
Тема 7. Оценка результативности тренинговой работы	6	2	4	2
Итого:	34	14	20	12

Заочная форма обучения

Тема (раздел) дисциплины (указывается номер темы, название)	Общее количество аудиторных часов	Общее кол-во часов на занятия лекционного типа	Общее кол-во часов на занятия семинарского типа	
			Всего	Из них интерактивные формы
Тема 1. Определение и специфика психологического тренинга	1	-	-	-
Тема 2. Основные методические приемы в тренинге	1	-	-	-
Тема 3. Вспомогательные методические приемы в тренинге	2	-	-	-
Тема 4. Классификация тренинговых групп	2	-	-	-
Тема 5. Групповая динамика в тренинговой работе	2	-	-	-
Тема 6. Механизмы терапевтического воздействия группы на участников	2	-	-	-
Тема 7. Оценка результативности тренинговой работы	2	-	-	-
Итого:	12	-	-	-

2.2. Краткое содержание темы (раздела) дисциплины

Тема 1. Определение и специфика психологического тренинга

Определение и специфические черты психологического тренинга. Цели тренинговой работы. Личные, общие и универсальные цели в тренинге. Принципы работы тренинговой группы. Роль «обратной связи» в тренинговом процессе.

Сферы применения тренинговой работы. Преимущества групповой психологической работы над индивидуальной. Психотерапевтичность тренинговой атмосферы. Возможные ограничения в работе тренинговых групп.

Тема 2. Основные методические приемы в тренинге

Основные методические приемы тренинга: групповая дискуссия, игра, медитация, и методы невербальной активности. Основные функции групповой дискуссии в тренинге. Основные виды дискуссии. Роль и значение игровых методов в тренинге. Виды игр в тренинге.

Варианты использования медитации в тренинге. Ограничения при работе с суггестивными техниками. Медитации – визуализации. Техника «активное фантазирование».

Методы невербальной активности. Варианты применения в тренинге техник телесной терапии. Возможности применения в тренинге техник музыкальной и арт-терапии.

Тема 3. Вспомогательные методические приемы в тренинге

Вспомогательные методические приемы в тренинге. Прием «Предоставление информации». Введения информации с помощью метафоры. Самораскрытие тренера. Использование интерпретации в тренинговой работе. Прием «Конфронтация» и возможные противопоказания для применения его в групповой работе. Психотерапевтическая ценность использования ритуалов на тренинге. Применение на тренинге приема «Домашнее задание».

Тема 4. Классификация тренинговых групп

Критерии классификации тренинговых групп. Группы поддержки: характеристика, специфическая особенность, используемые техники. Обучающие группы: характеристика, специфическая особенность, используемые техники.

Развивающие группы. Особенности групп личностно-ориентированного направления. Типы терапевтического воздействия, применяемые в психоаналитических группах. Стадии психотерапевтической работы в гештальт-группах. Основные принципы работы в группах, использующих трансактный анализ. Особенности работы в группах, использующих психосинтез. Специфические особенности работы в группах арт-терапии.

Тема 5. Групповая динамика в тренинговой работе

Групповая динамика. Групповые нормы. Структура группы.

Этапы развития группы. Стадия адаптации группы: задачи тренера, проблемы и потребности участников тренинга. Стадия активного напряжения: задачи тренера, проблемы и

потребности участников тренинга. Стадия устойчивой работоспособности: задачи тренера, проблемы и потребности участников тренинга. Стадия завершения.

Тема 6. Механизмы терапевтического воздействия группы на участников

Способы исследования факторов воздействия на участников группы. Механизмы терапевтического воздействия группы на участников: универсальность переживаний, вселение надежды, помощь другим, информирование участников, обратная связь, самонаблюдение, имитационное поведение; межличностное научение; коррегирующий эмоциональный опыт, катарсис.

Тема 7. Оценка результативности тренинговой работы

Методы отслеживания результативности тренинговой работы. Самоотчеты участников для выявления результатов работы группы. Тестирование как метод исследования результативности группы. Метод наблюдения. Ловушки при использовании метода наблюдения. Оценка третьих лиц как способ измерения результативности группы. Процедура измерения результатов работы тренинговой группы.

2.3. Описание занятий семинарского типа

В рамках семинаров используется *метод презентации* как самостоятельный способ подготовки студентов к семинарскому занятию и как метод активного обучения. Студенты готовят четко выстроенный план своей презентации заданной темы, раскрывая таким образом ее концептуальные аспекты. Презентация понимается как «представление» темы с акцентом на тех аспектах, которые лично заинтересовали студента в процессе ее изучения. Задача – *заинтересовать* этим материалом студентов своей группы.

Материал презентации включает в себя:

1. Вступление – здесь следует продумать риторические «приемы», способные побудить аудиторию активно слушать; следует обозначить проблемную ситуацию, побудить группу предлагать возможные способы ее решения и т.д.

2. Основная часть – собственно тема научного сообщения. Важно концептуально выстроить материал и иллюстрировать его мультимедийно в форме эвристической визуализации (схемы, графики, диаграммы и другие слайды).

3. Заключение – краткое резюме сказанного. Формулирование значимых выводов.

Образовательные цели презентации:

1) формирование у студентов основ профессионального отношения к изучаемой научно-практической проблеме;

2) овладение профессиональным языком в процессе презентации заданной темы;

3) формирование искусства самопрезентации: овладение навыками ораторского мастерства, умениями «подавать себя» аудитории, побудить самых разных людей слушать себя и увлекать своим рассказом.

СЕМИНАРСКОЕ ЗАНЯТИЕ 1.

ТЕМА: Определение и специфика психологического тренинга

Цель: формирование представления о специфических чертах психологического тренинга

Понятийный аппарат: психологический тренинг; специфические черты тренинга; цели тренинговой работы; принципы тренинговой работы; тренинговая атмосфера.

Вопросы для обсуждения:

1. Какие специфические черты тренинга отличают его от других методов психологической работы?
2. Как связаны между собой личные, общие и универсальные цели в тренинге?
3. Какие принципы работы тренинговой группы делают ее успешной?
4. Каким образом достигается и чем обусловлен принцип безопасности в работе тренинговой группы?
5. Какие ограничения в работе тренинговых групп вы можете назвать? Каким образом можно уменьшить эти негативные аспекты?

СЕМИНАРСКОЕ ЗАНЯТИЕ 2.

ТЕМА: Основные методические приемы в тренинге

Цель: формирование представления о возможностях использования основных методических приемов тренинга.

Понятийный аппарат: основные методические приемы тренинга; дискуссии; медитация; суггестивные техники; активное фантазирование; методы невербальной активности.

Вопросы для обсуждения:

1. Выделите основные функции групповой дискуссии в тренинге.
2. Роль и значение игровых методов в тренинге.
3. Варианты использования медитации в тренинге.
4. Ограничения при работе с суггестивными техниками.
5. Расшифруйте понятие «Методы невербальной активности».

СЕМИНАРСКОЕ ЗАНЯТИЕ 3.

ТЕМА: Вспомогательные методические приемы в тренинге

Цель: формирование представления о возможностях использования вспомогательных методических приемов тренинга.

Понятийный аппарат: вспомогательные методические приемы тренинга; предоставление информации в тренинге; самораскрытие тренера; интерпретация; конфронтация; ритуалы в тренинге.

Вопросы для обсуждения:

1. Что представляет собой прием «Предоставление информации»?
2. О каких ограничениях нужно помнить, пользуясь приемом «Самораскрытие тренера»?
3. На что следует обращать внимание тренеру при введении в тренинг приема «Интерпретация»?
4. Охарактеризуйте условия, противопоказанные применению в тренинге приема «Конфронтация».
5. В чем психотерапевтическая ценность использования ритуалов на тренинге?
6. Определите свое отношение к применению на тренинге приема «Домашнее задание».

СЕМИНАРСКОЕ ЗАНЯТИЕ 4.

ТЕМА: Классификация тренинговых групп

Цель: формирование представления о классификации тренинговых групп.

Понятийный аппарат: группы поддержки; обучающие группы; развивающие группы; группы лично-ориентированного направления; психоаналитические группы; гештальт-группы.

Вопросы для обсуждения:

1. Какие существуют критерии для классификации тренинговых групп?
2. Дайте характеристику группе поддержки.
3. В чем специфическая особенность обучающих групп?
4. Расскажите об особенностях групп лично-ориентированного направления.
5. Перечислите типы терапевтического воздействия, применяемые в психоаналитических группах.
6. Назовите стадии психотерапевтической работы в гештальт-группах.
7. Назовите основные принципы работы в группах, использующих трансактный анализ.

СЕМИНАРСКОЕ ЗАНЯТИЕ 5.

ТЕМА: Групповая динамика в тренинговой работе

Цель: формирование представления о групповой динамике в тренинговой работе.

Понятийный аппарат: групповая динамика; групповые нормы; структура группы; этапы развития группы.

Вопросы для обсуждения:

1. Что означает понятие «групповая динамика?»
2. Каким образом вырабатываются групповые нормы?

3. Охарактеризуйте понятие «структура группы».
4. Назовите и кратко охарактеризуйте этапы развития группы.
5. Каковы задачи тренера на каждом из этапов развития группы.

СЕМИНАРСКОЕ ЗАНЯТИЕ 6.

ТЕМА: Механизмы терапевтического воздействия группы на участников

Цель: осознание возможностей актуализации механизмов терапевтического воздействия группы на участников в контексте целей и задач групповой работы.

Понятийный аппарат: вселение надежды; универсальность переживаний; альтруизм; развитие навыков социализации; имитационное поведение; межличностное научение; катарсис.

Вопросы для обсуждения:

1. Содержание и условия применения основных механизмов терапевтического воздействия группы на участников.
2. Какие упражнения могут служить средством для актуализации механизмов терапевтического воздействия группы на участников?
3. Связь мотивации и воздействия на группу терапевтического фактора «вселение надежды».
4. Фактор «универсальности переживаний» и его значение для начальной стадии групповой динамики.
5. Значение терапевтического фактора «корректирующий эмоциональный опыт» для задач социализации в групповой работе.
6. «Катарсис» как универсальный фактор роста/перемен, его дефиниции и происхождение понятия.

СЕМИНАРСКОЕ ЗАНЯТИЕ 7.

ТЕМА: Оценка результативности тренинговой работы

Цель: формирование представлений о способах оценки результативности тренинговой работы.

Понятийный аппарат: Оценка результативности тренинговой работы; самоотчеты участников; процедура измерения результатов работы тренинговой группы.

Вопросы для обсуждения:

1. Перечислите и кратко охарактеризуйте методы отслеживания результативности групповой работы.
2. Каким образом можно использовать самоотчеты участников для выявления результатов работы группы?
3. В каком случае тестирование является наиболее подходящим методом исследования результативности группы?

4. Какие существуют ловушки при использовании метода наблюдения для отслеживания результативности работы группы?

5. Какова процедура измерения результатов работы тренинговой группы?

2.4. Описание занятий в интерактивных формах

Общие замечания об интерактивных формах занятий:

В качестве интерактивной формы проведения занятия используются следующие методы: **дискуссия, тренинг группового взаимодействия, методика разбора конкретных ситуаций (кейсов).**

Тренинг группового взаимодействия – моделирование работы в малой и средней группах в формате социально-психологического тренинга.

Дискуссия это – разновидность интеллектуальной игры для обучающихся, представляющей собой групповую форму обсуждения вопросов, которая ведется по определенным правилам. Она выполняет функцию подготовки сознания обучающихся к усвоению идеи комплексного подхода, его технологических аспектов. Обучающиеся вовлекаются в активное групповое взаимодействие.

Методика разбора конкретных ситуаций - это техника обучения, использующая описание реальной проблемы студента, для анализа обучающимися с целью определения сути проблем, предложения возможных решений, выбора лучших из них. Несколько студенческих мини-групп, по 4-6 человек в каждой, знакомятся с содержанием проблемы, обсуждают ситуацию и готовят свой вариант разрешения ситуации с помощью коучинга. Результаты обсуждения в форме «решений» презентуются каждой группой и комментируются преподавателем.

Интерактивное занятие к теме 1.

1. Дискуссия на темы:

-Представьте, что человек, далекий от психологии, спрашивает Вас: «Что такое тренинг?». Дайте Вашему собеседнику исчерпывающий и доступный ответ.

-Представьте, что человек, решающий для себя вопрос, пойти ли ему на тренинг, попросит совета у Вас. Пользуясь полученными знаниями и личным опытом, убедите его сделать положительный выбор.

2. Разбор кейсов

Кейс 1: «*Соппротивление на этапе знакомства*». Отдельные участники группы под разными предлогами отказываются выполнять предлагаемые тренером упражнения. В этой ситуации изменяется состояние группы как целого, падает активность, участники принимают «закрытые позы» и т.п.

Задание: определить суть проблемы, предложить аргументированные решения возникшей ситуации.

Кейс 2: «*Мы устали*». После обеденного перерыва группа теряет интерес к тренингу, жалуется на утомление, выражает стремление закончить сегодня «пораньше», потому что у всех есть домашние дела и проблемы, а они «уже не дети, чтобы играть во все эти игры».

Задание: предложить задание, непохожее на игру, с целью активации интереса участников к достижению поставленных в тренинге целей.

Интерактивное занятие к теме 2. Основные методические приемы в тренинге

1. Дискуссия

- Выберите тему для дискуссии, значимую в Вашей группе;
- разделите группу на две части: наблюдателей и активных участников;
- проведите дискуссию среди активных участников, а другой подгруппе дайте задание: тщательно наблюдать за процессом;
- обсудите результаты дискуссии, ориентируясь на чувства участников и мысли наблюдателей;
- получите обратную связь от группы как тренер.

2. Тренинг группового взаимодействия

Выберите ролевую игру:

- проведите ее в группе;
- обсудите, в чем проявилась ее освобождающая, диагностическая и развивающая функции;
- получите обратную связь от группы как тренер.

Интерактивное занятие к теме 3. Вспомогательные методические приемы в тренинге

1. Разбор кейсов

Пример кейса: Представьте ситуацию: один из участников тренинга в начале работы заявляет о своей проблеме: ему мешают полноценно жить его стеснительность, зажатость, нерешительность. В течение двух дней тренинга Павел отказывался участвовать в играх, дискуссиях; а когда на нем центрировалось внимание тренера или группы, реагировал раздражением: «Займитесь еще кем-нибудь, мне и так хорошо».

Задание к кейсу: Придумайте метафорический подход и окажите Павлу помощь в понимании того, что тренинговая работа будет более эффективной, если он проявит активность.

Интерактивное занятие к теме 4. Классификация тренинговых групп

1. Разбор кейсов

Пример кейса: «Не могу сказать «нет»». Студентам предлагается смоделировать ситуацию разговора с вышестоящим авторитарным лицом, которое предъявляет необоснованные требования по сверхурочной работе.

Задания по кейсу:

Провести сравнительный анализ собственного выбора стратегии поведения: оптимальный выбор (ассертивно аргументированный) и его мотивация; неоптимальный выбор (агрессивное, либо неуверенное поведение) и его мотивация.

2.Тренинг группового взаимодействия

Выбрать ролевые игры на развитие ассертивности, основанные на типовых ситуациях и на личном жизненном опыте студентов.

Работая в тройках («начальник», «подчиненный», «наблюдатель») смоделировать и отработать оптимальную модель поведения.

Интерактивное занятие к теме 5. Групповая динамика в тренинговой работе

Разбор кейсов

Пример кейса: «Моя социальная ниша». Студентам предлагается провести сравнительный анализ собственного выбора при распределения ролей («социальной ниши») – в учебной тренинговой группе и в обычной жизни. В ходе занятия используется техника «горячего стула».

Задания по кейсу:

1. Определите, какое решение вы чаще всего принимаете относительно своей социальной роли («лидер», «эксперт», «группа поддержки» и т.п.) в незнакомой или малознакомой группе – тренинговой, либо случайной.

2. Аргументируйте свое решение.

3. Проведите дифференциальный анализ для разных ситуаций, если это имеет значение для вашего выбора.

4. Определите, какая мотивация является для вас наиболее комфортной и какая потребность подвергается фрустрации.

5. Смоделируйте оптимальный сценарий поведения в группе на будущее.

Для проработки содержания факторов, их значения для групповой работы вообще и СПТ в частности, используются интерактивные техники: «Займи позицию», «Аквариум», «Карусель» и др.

Интерактивное занятие к теме 7 Оценка результативности тренинговой работы

Тренинг группового взаимодействия:

- Выберите упражнение для тренинга

- проведите его в группе.

- обсудите результативность работы.
- получите обратную связь как тренер.

2.5. Организация планирования встреч с приглашенными представителями организаций

Встречи с приглашенными представителями организаций не предусмотрены.

2.6. Особенности освоения дисциплины инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья

Обучение студентов с ограниченными возможностями здоровья при необходимости осуществляется на основе адаптированной рабочей программы с использованием специальных методов обучения и дидактических материалов, составленных с учетом особенностей психофизического развития, индивидуальных возможностей и состояния здоровья таких обучающихся (обучающегося).

В целях освоения учебной программы дисциплины инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья обеспечивается:

1) для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья по зрению:

- размещение в доступных для обучающихся, являющихся слепыми или слабовидящими, местах и в адаптированной форме справочной информации о расписании учебных занятий;
- присутствие ассистента, оказывающего обучающемуся необходимую помощь;
- выпуск альтернативных форматов методических материалов (крупный шрифт или аудиофайлы);

2) для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья по слуху:

- надлежащими звуковыми средствами воспроизведение информации;

3) для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья, имеющих нарушения опорно-двигательного аппарата:

- возможность беспрепятственного доступа обучающихся в учебные помещения, туалетные комнаты и другие помещения института, а также пребывание в указанных помещениях.

Получение образования обучающимися с ограниченными возможностями здоровья может быть организовано как совместно с другими обучающимися, так и в отдельных группах или в отдельных организациях.

Перечень учебно-методического обеспечения самостоятельной работы обучающихся по дисциплине.

Учебно-методические материалы для самостоятельной работы обучающихся из числа инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья предоставляются в формах, адаптированных к ограничениям их здоровья и восприятия информации:

Категории студентов	Формы
С нарушением слуха	- в печатной форме; - в форме электронного документа
С нарушением зрения	- в печатной форме увеличенным шрифтом; - в форме электронного документа; - в форме аудиофайла
С нарушением опорно-двигательного аппарата	- в печатной форме; - в форме электронного документа; - в форме аудиофайла

Данный перечень может быть конкретизирован в зависимости от контингента обучающихся.

Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине.

Перечень фондов оценочных средств, соотнесённых с планируемыми результатами освоения образовательной программы.

Для студентов с ограниченными возможностями здоровья предусмотрены следующие оценочные средства:

Категории студентов	Виды оценочных средств	Формы контроля и оценки результатов обучения
С нарушением слуха	тест	преимущественно письменная проверка
С нарушением зрения	собеседование	преимущественно устная проверка (индивидуально)
С нарушением опорно-двигательного аппарата	Решение дистанционных тестов, контрольные вопросы	–

Студентам с ограниченными возможностями здоровья увеличивается время на подготовку ответов к зачёту, разрешается готовить ответы с использованием дистанционных образовательных технологий.

Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующие этапы формирования компетенций. При проведении процедуры оценивания результатов обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья предусматривается использование технических средств, необходимых им в связи с их индивидуальными особенностями. Процедура оценивания результатов обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья по дисциплине предусматривает

предоставление информации в формах, адаптированных к ограничениям их здоровья и восприятия информации:

Для лиц с нарушениями зрения:

- в печатной форме увеличенным шрифтом;
- в форме электронного документа;
- в форме аудиофайла.

Для лиц с нарушениями слуха:

- в печатной форме;
- в форме электронного документа.

Для лиц с нарушениями слуха:

- в печатной форме увеличенным шрифтом;
- в форме электронного документа;
- в форме аудиофайла.

Данный перечень может быть конкретизирован в зависимости от контингента обучающихся. При проведении процедуры оценивания результатов обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья по дисциплине (модулю) обеспечивается выполнение следующих дополнительных требований в зависимости от индивидуальных особенностей обучающихся:

- инструкция по порядку проведения процедуры оценивания предоставляется в доступной форме (устно, в письменной форме);

- доступная форма предоставления заданий оценочных средств (в печатной форме, в печатной форме увеличенным шрифтом, в форме электронного документа, задания зачитываются ассистентом);

- доступная форма предоставления ответов на задания (письменно на бумаге, набор ответов на компьютере, с использованием услуг ассистента, устно).

При необходимости для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов процедура оценивания результатов обучения по дисциплине (модулю) может проводиться в несколько этапов.

Проведение процедуры оценивания результатов обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья допускается с использованием дистанционных образовательных технологий.

Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины. Для освоения дисциплины инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья предоставляются основная и дополнительная учебная литература в

виде электронного документа в фонде библиотеки и / или в электронно-библиотечных системах.

Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине Освоение дисциплины инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья осуществляется с использованием средств обучения общего и специального назначения:

- лекционная аудитория – мультимедийное оборудование (для студентов с нарушениями слуха);
- учебная аудитория для практических занятий (семинаров) мультимедийное оборудование, (для студентов с нарушениями слуха).

2.7. Методические указания для студентов по освоению дисциплины

Дисциплина раскрывает базовые понятия теории и практики группового психологического тренинга как формы активного обучения, а также как средства приобретения и усвоения нового личностного знания, социально адаптивных умений и навыков. Рассматриваются основные направления и формы групповой работы, принятые в мировой и отечественной практике. Обсуждаются методологические принципы ведения групп. В режиме практических/семинарских занятий отрабатываются базовые элементы технологии СПТ и технический инструментарий.

Теоретико-методологической основой данного курса выступают междисциплинарные исследования в области социальной психологии, психологии личности и возрастной психологии.

Основным понятийным аппаратом и наиболее значимыми вопросами изучения данной программы являются: базовые концепции социальной психологии, психологии личности и психологии развития личности; закономерности и принципы групповой динамики, межличностной коммуникации, личностного роста, психотехнологий ведения групп и, особенно, личностно-ориентированного группового тренинга.

Основными принципами изучения данной дисциплины являются:

- принцип развивающего и воспитывающего обучения;
- принцип научности и связи теории с практикой;
- принцип систематичности;
- принцип наглядности;
- принцип доступности;
- принцип положительной мотивации и благоприятного климата обучения.

Методическое обеспечение дисциплины осуществляется за счёт использования современных учебников (учебных комплексов, справочной литературы, словарей, интернет-сайтов специальных зданий и организаций) и учебных пособий, касающихся проблематики изучаемой дисциплины. Для проведения занятий используются следующие методы: лекции, дискуссии, деловые и ролевые игры, психогимнастические упражнения.

2.8. Материально-техническая база, необходимая для осуществления образовательного процесса по дисциплине

Учебная аудитория, оборудованная мультимедийным оборудованием и аудио системой, с возможностью демонстрации интерактивных пособий и учебных фильмов, с доступом к сети Интернет.

Кабинет психологических тренингов и проведения медиации

Используемое оборудование: комплекты специализированной мебели, мультимедийное оборудование с доступом к сети Интернет.

РАЗДЕЛ. 3 Требования к самостоятельной работе студентов в рамках освоения дисциплины

Методические рекомендации по выполнению самостоятельной работы

Цель выполнения самостоятельной творческой работы – приобретение опыта активной самостоятельной учебно-познавательной деятельности.

Целью СРС является овладение фундаментальными знаниями, профессиональными умениями и навыками деятельности по профилю, опытом творческой, исследовательской деятельности. СРС способствует развитию самостоятельности, ответственности и организованности, творческого подхода к решению проблем учебного и профессионального уровня.

В процессе выполнения самостоятельной работы студенты должны быть ориентированы на:

- систематизацию и закрепление полученных теоретических знаний и практических умений студентов;
- формирование умений использовать нормативную, правовую, справочную документацию и специальную литературу;
- развитие познавательных способностей и активности студентов: творческой инициативы, самостоятельности, ответственности и организованности;
- формирование самостоятельности мышления, способностей к саморазвитию, самосовершенствованию и самореализации;

- развитие исследовательских умений для эффективной подготовки к зачетам и экзаменам.

Успех студента в изучении курса зависит от систематической индивидуальной деятельности по овладению учебным материалом. Студентам целесообразно наладить творческий контакт с преподавателем, придерживаться его рекомендаций и советов по успешному овладению

Типовые требования к оформлению титульного листа и текста самостоятельной работы, выполняемых в редакторе MSOfficeWord (или совместимых редакторах)

Оформление самостоятельной работы:

1. Титульный лист.

Образец титульного листа (см. ниже).

2. Устанавливаются следующие требования к оформлению самостоятельной работы:

- параметры страницы (210x297 мм) А4;
- интервал полуторный;
- шрифт 12, TimesNewRoman;
- поля страницы: левое – 2 см, правое – 1,5 см, верхнее – 2 см, нижнее – 2 см.
- все страницы должны иметь сквозную нумерацию арабскими цифрами в верхнем правом углу.

3.1. Задания для самостоятельной работы по каждой теме (разделу) учебно-тематического плана

Самостоятельная работа студентов в рамках дисциплины Психологические основы тренинговой работы является одним из базовых компонентов обучения, приобретения общекультурных и профессиональных компетенций, предусмотренных компетентностно-ориентированным учебным планом и рабочей программой учебной дисциплины. В процессе самостоятельной работы студенты проявляют свои творческие качества, поднимаются на более высокий уровень профессионализации.

Формы выполнения студентами самостоятельной работы могут быть разнообразны: как выполнение ряда заданий по темам, предложенным преподавателем, так и выполнение индивидуальных творческих заданий (в согласовании с преподавателем): составление библиографии, картотеки статей по определенной теме; составление опорных схем для осмысления и структурирования учебного материала; создание электронных презентаций; выступления на научно-практических конференциях и мн. др.

Типовые задания СРС:

- работа с первоисточниками;

- подготовка докладов;
- изучение отдельной темы и разработка опорного конспекта;
- решение исследовательских задач;
- составление понятийного тезауруса;
- подготовка презентации;
- написание эссе;
- составление аннотированного списка литературы по одной из тем;
- исследовательские работы (возможна разработка проекта).

Самостоятельная работа студентов – способ активного, целенаправленного приобретения студентом новых для него знаний, умений и компетенций без непосредственного участия в этом процессе преподавателей. Самостоятельная работа по дисциплине является единым видом работы, которая может состоять из нескольких заданий.

Тема 1. Определение и специфика психологического тренинга (время на изучение и выполнение данной темы 8 часов для дневной формы обучения, 12 часов - для очно-заочной. 16 – для заочной)

Задания к теме:

1. Выписать из трех источников разных авторов определение целей и средств групповой работы в формате СПТ. Выявить их общие и отличительные характеристики.
2. Разработать план проведения тренинга для группы подростков с проблемами общения (состав группы, цели, задачи, средства, продолжительность).

Тема 2. Основные методические приемы в тренинге (время на изучение и выполнение данной темы 10 часов для дневной формы обучения, 14 часов - для очно-заочной. 18 – для заочной)

Задания к теме:

1. Из рекомендуемой литературы подобрать упражнения для проведения тренинга с группой подростков, имеющих проблемы общения.

Тема 3. Вспомогательные методические приемы в тренинге (время на изучение и выполнение данной темы 12 часов для дневной формы обучения, 14 часов - для очно-заочной. 18 – для заочной)

Задания к теме:

1. Просмотрите по телевизору известные телешоу (Например, «Дом-2»). Выделите применение ведущими приемов: «Самораскрытие», «Интерпретация», «Конфронтация». Насколько Вам показалось уместным их использование? Докажите свою точку зрения.
2. Предложите свои варианты тренинговых ритуалов.

Тема 4. Классификация тренинговых групп (время на изучение и выполнение данной темы 12 часов для дневной формы обучения, 14 часов - для очно-заочной. 18 – для заочной)

Задания к теме:

1. Составьте классификацию тренинговых групп, основываясь на критерии, наиболее значимом для Вас.

2. Если у Вас есть опыт прохождения тренинговых групп различного теоретического основания, поделитесь своими впечатлениями по следующим вопросам:

- Чем отличалась позиция тренера в каждом из тренингов? Зависело ли это от специфики направления?

- Была ли проявлена специфика применения техник в зависимости от направления тренинга?

- Какое направление оказалось для Вас наиболее эффективным?

Тема 5. Групповая динамика в тренинговой работе(время на изучение и выполнение данной темы 12 часов для дневной формы обучения, 14 часов - для очно-заочной. 18 – для заочной)

Задания к теме:

Проанализировать особенности групповой динамики в малой группе персонажей источника (книга либо фильм по выбору студента). Структура анализа:

1) цели и задачи группы,

2) распределение ролей в группе,

3) признаки внутриличностной динамики отдельных персонажей.

Тема 6. Механизмы терапевтического воздействия группы на участников (время на изучение и выполнение данной темы 12 часов для дневной формы обучения, 14 часов - для очно-заочной. 18 – для заочной)

Задания к теме:

Используя материалы популярных в молодежной культуре («культовых») мультсериалов «Симпсоны» и «Южный парк», подобрать выразительные примеры, иллюстрирующие удачное либо не удачное воздействие на членов группы каждого из 11-ти «универсальных факторов роста/перемен».

Тема 7. Оценка результативности тренинговой работы (время на изучение и выполнение данной темы 10 часов для дневной формы обучения, 14 часов - для очно-заочной. 18 – для заочной)

Задания к теме:

Написать рецензию на материалы психологических Интернет-сайтов (не менее семи), рекламирующих тренинговые программы личностного роста.

3.2. Критерии оценки результатов выполнения самостоятельной работы

Оценка самостоятельной работы осуществляется в соответствии с Положением об аттестации учебной работы студентов института в рамках балльно-рейтинговой системы оценки учебной работы студентов.

Баллы БРС присваиваются следующим образом:

- 30 баллов – самостоятельная работа выполнена в срок, в полном объеме, все работы достойны отличной оценки;
- 25 баллов – самостоятельная работа выполнена в срок, в полном объеме, все работы в среднем достойны хорошей оценки;
- 20 баллов – самостоятельная работа выполнена в срок, в полном объеме, все работы в среднем достойны удовлетворительной оценки;
- 10 баллов – самостоятельная работа выполнена в срок, в не полном объеме (не менее 75% заданий), все работы в среднем достойны оценки не ниже хорошей;
- 0 баллов – работа в среднем достойна неудовлетворительной оценки.

РАЗДЕЛ 4. Фонд оценочных средств

4.1. Материалы, обеспечивающие методическое сопровождение оценки качества знаний по дисциплине на различных этапах ее освоения

К основным формам контроля, определяющим процедуры оценивания знаний, умений, навыков, характеризующих этапы формирования компетенций по дисциплине «Психологические основы тренинговой работы» относится рубежный контроль (контрольная работа), промежуточная аттестация в форме экзамена.

Критериями и показателями оценивания компетенций на различных этапах формирования компетенций являются:

- знание терминов, понятий, категорий, концепций и теорий по дисциплине;
- понимание связей между теорией и практикой;
- сформированность аналитических способностей в процессе изучения дисциплины;
- знание специальной литературы по дисциплине.

Шкала оценивания для экзамена

Уровень знаний, аттестуемых на экзамене, оценивается по четырехбалльной шкале оценками «отлично», «хорошо», «удовлетворительно», «неудовлетворительно».

Оценка «отлично» соответствует высокому уровню теоретических знаний, владения студентом понятийным аппаратом дисциплины, умения решать проблемные ситуации и устанавливать междисциплинарные связи.

Оценка «хорошо» может быть выставлена в случае, если студент продемонстрировал достаточный уровень владения понятийным аппаратом и знанием основ теории и закономерности учебной дисциплины, но проявил недостаточные умения и навыки в решении профессионально-ориентированных задач и междисциплинарных ситуаций.

Оценка «удовлетворительно» соответствует поверхностному владению теоретическими знаниями и понятийным аппаратом дисциплины, недостаточным умениям решать практические задачи.

Оценка «неудовлетворительно» выставляется в случае, если студент не продемонстрировал необходимый минимум теоретических знаний и понятийного аппарата, умений решать практические задачи.

4.2. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения дисциплины

Тема (раздел) дисциплины (указывается номер темы, название)	Компетенции по дисциплине
Тема 1. Определение и специфика психологического тренинга	ПК-1, ПК-3
Тема 2. Основные методические приемы в тренинге	ПК-1, ПК-3
Тема 3. Вспомогательные методические приемы в тренинге	ПК-1, ПК-3
Тема 4. Классификация тренинговых групп	ПК-1, ПК-3
Тема 5. Групповая динамика в тренинговой работе	ПК-1, ПК-3
Тема 6. Механизмы терапевтического воздействия группы на участников	ПК-1, ПК-3
Тема 7. Оценка результативности тренинговой работы	ПК-1, ПК-3

4.3. Описание форм аттестации текущего контроля успеваемости (рубежного контроля) и итогового контроля знаний по дисциплине (промежуточной аттестации по дисциплине)

Рубежный контроль (текущий контроль успеваемости) – задания или иные варианты контроля успеваемости студентов, проводимых преподавателем в процессе изучения дисциплины в форме теста минимальной компетентности (письменно). Порядок проведения рубежного контроля регулируется Положением об аттестации учебной работы студентов института.

Рубежный контроль по дисциплине проводится в середине семестра в форме проверочной (контрольной) работы.

Рубежный контроль (контрольная работа) проводится в середине семестра.

Примерные вопросы к контрольной работе:

Определение психологического тренинга.

1. Специфика психологического тренинга
2. Цели в тренинге
3. Сферы применения тренинговой работы
4. Основные методические приемы тренинга
5. Вспомогательные методические приемы в тренинге
6. Критерии классификации тренинговых групп и др.

Промежуточная аттестация по дисциплине является итоговой проверкой знаний и компетенций, полученных студентом в ходе изучения дисциплины.

Промежуточная аттестация по дисциплине проводится в виде экзамена. Промежуточная аттестация проводится в соответствии с требованиями Положения об аттестации учебной работы студентов института. В экзаменационных билетах первый вопрос – теоретический, второй - предполагает разбор кейса по заданным вопросам.

4.4. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения дисциплины

Примерные вопросы к экзамену:

1. Определение и специфика психологического тренинга
2. Цели тренинговой работы
3. Принципы работы тренинговой группы
4. Преимущества и ограничения психологического тренинга
5. Основные методические приемы в тренинге
6. Дискуссия как основной методический прием в тренинге
7. Игра как основной методический прием в тренинге
8. Медитация как основной методический прием в тренинге
9. Методы невербальной активности в тренинге
10. Вспомогательные методические приемы в тренинге
11. Предоставление информации как вспомогательный методический прием в тренинге
12. Самораскрытие тренера как вспомогательный методический прием в тренинге
13. Интерпретация как вспомогательный методический прием в тренинге
14. Конфронтация как вспомогательный методический прием в тренинге
15. Ритуалы в тренинге
16. Домашнее задание в тренинге

17. Классификация тренинговых групп
18. Особенности ведения групп поддержки
19. Особенности ведения обучающих групп
20. Особенности ведения развивающих групп
21. Особенности групп личностно-ориентированного направления
22. Типы терапевтического воздействия, применяемые в психоаналитических группах
23. Назовите стадии психотерапевтической работы в гештальт-группах
24. Основные принципы работы в группах, использующих трансактный анализ
25. Стадии развития группы
26. Механизмы психотерапевтического воздействия группы
27. Методы отслеживания результативности групповой работы
28. Требования, предъявляемые к ведущему тренинговых групп
29. Основные этические требования, которые должен соблюдать тренер
30. Тренер и «синдром эмоционального выгорания»

Пример типовых заданий в форме теста для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья

1. Какой методический прием на тренинге выполняет следующие функции: позволяет каждому проявить свою компетентность; содействует сплочению группы; разрешает скрытые конфликты между участниками?

- А) игра
- Б) дискуссия
- В) медитация.

Выберите правильный ответ.

2. Какое определение отражает суть тренингового методического приема «Интерпретация»?

А) дипломатическое обращение внимания участника группы на противоречия в его поведении, словах, чувствах.

Б) разъяснение неясного или скрытого для участника тренинга значения некоторых аспектов его переживаний и поведения.

В) осуществляемая в виде церемониала совместная деятельность условного характера, несущая в себе эмоциональный заряд

Выберите правильный ответ.

3. Какая базовая личностная характеристика тренера отражена в данном определении: «способность человека в общении отказываться от различных социальных ролей, проявление подлинных мыслей»

- А) личностная интегрированность;
- Б) аутентичность;
- В) эмоциональная активность

Выберите правильный ответ.

Пример типового практико-ориентированного задания

Задание 1

Идут первые минуты тренинга. Участники представляются и говорят о своих ощущениях и ожиданиях. Процесс идет несколько формально из-за «зажатости» участников, пока Яна не заявляет о своем раздражении, вызванном домашними проблемами: для того, чтобы уйти на тренинг, она попросила посидеть с дочерью свою свекровь, а та (как всегда!) выразила недовольство, хотя и согласилась помочь.

Данная тема нашла отклик у некоторых участниц, пожаловавшихся на своих свекровей (матерей, сестер), которые не умеют с радостью оказывать услуги.

Вопросы для обсуждения

1. Стоит ли тренеру поддержать спонтанно вспыхнувшую дискуссию? Аргументируйте.
2. Какие задачи стоят перед тренером в ситуации спонтанно вспыхнувшей дискуссии?
3. На чем следует заканчивать спонтанно вспыхнувшую дискуссию?

Задание 2

Идет тренинг коммуникативной компетентности.

Завершилась игра «Бармен», в процессе которой участники должны были убедить «бармена» выдать им по чашке кофе. Проблема заключалась в том, что чашек было всего три, и главный игрок должен был сделать свой выбор, исходя из оценки уровня коммуникации просивших. Организованное тренером обсуждение велось на тему: «Какие ожидания были у каждого, в чем причина его выигрыша или проигрыша». Внимание многих зацепилось за тот факт, что одна из участниц, получивших кофе, скорее не просила об услуге, а высокомерно требовала предпочтения в свою пользу.

«Бармен», пережив удивление, согласилась, что и в реальной жизни ей очень трудно отказывать людям, которые «давят» на нее. Данная тема нашла отклик практически в каждом из участников.

Вопросы для обсуждения

1. Стоит ли тренеру поддержать участников и перейти от заявленного тренинга коммуникативной компетентности к тренингу асертивности? Аргументируйте.

2. Каким образом должны сочетаться в тренинге общая цель тренинга и личные цели участников?

Задание 3

Идет тренинг «Повышение эффективности семейных отношений». В дискуссии о супружеском счастье разговор не сходит с одной колеи: все участницы так или иначе высказываются о необходимости терпения. Очередная участница Юлия рассказывает о своей проблеме: муж (единственный финансовый источник в семье), выдавая ей деньги, всегда ждет полной отчетности о расходах. Ей это не нравится, но она не готова портить отношения. Участницы очередной раз вяло соглашаются, что терпение – основа семейного счастья.

Вопросы для обсуждения

1. Каким образом тренер может «оживить» дискуссию? Аргументируйте.

2. Какие вопросы следует задать, чтобы более глубоко разобраться в существующей проблеме?

3. Какие задачи стоят перед тренером при проведении дискуссии?

РАЗДЕЛ 5. Глоссарий

Аутентичность – «подлинность» человека, соответствие способа бытия человека в мире внутренней природе его личности.

Групповая работа – особый род психологической и, более широко подходя, – антропологической практики профессионального воздействия на сознание, поведение и социальные установки участников различных сообществ.

Групповая динамика – совокупность событий и межличностных взаимодействий в группе, процесс движения группы как единого целого во времени. Выделяют три уровня и четыре стадии этого процесса.

Групповой тренинг – это метод активного обучения в составе специально созданной малой группы, участники которой (психически здоровые люди, имеющие психологические проблемы) с помощью ведущего-психолога осуществляют коммуникативное взаимодействие, направленное на достижение обща поставленных целей.

Группы встреч – относительно неструктурированная форма групповой работы, обеспечивающая климат максимальной свободы для выражения личности, для исследования чувств и межличностной коммуникации. Акцент на отказе от своей защищенности дает участника возможность относиться к другим членам группы максимально открыто.

Гуманистическая психология – (англ. humanistic psychology) – направление в психологии, предметом изучения которого является целостный человек в его высших, специфических только для человека проявлениях, в т. ч. рост и самоактуализация личности, ее высшие ценности и смыслы, любовь, творчество, свобода, ответственность, автономия, переживание мира, психическое здоровье, глубинное межличностное общение и т. п.

Инсайт – (от англ. insight – постижение, озарение): психологический феномен – внезапного постижения существенных отношений и структуры ситуации в целом, нового и невы выводимого из прошлого опыта понимания, посредством чего становится возможным решение проблемы.

Катарсис – термин, употребляемый в эстетике и в психологии искусства применительно к реакции зрителя, а в психотерапии – в связи с высвобождением вытесненного аффекта или психической энергии. В древнегреч. языке слово katharsis чаще всего означало «очищение», в особенности от чувства вины.

Конгруэнтность – (от англ. congruence) – подлинность, открытость, честность. Будучи конгруэнтным, ведущий группы старается создать равноправные межличностные отношения, а не занимать профессиональную позицию, вынуждающую его скрывать или маскировать личные чувства.

Конфронтация – в психотерапии один из основных технических приемов. Указание участнику или группе на их неосознаваемые или амбивалентные установки, отношения или стереотипы поведения с целью их осознания и проработки. Может проводиться как в прямой (жесткой, вербальной) форме, так и в скрытой – с использованием психотерапевтических метафор и невербальных приемов.

Малая группа – функциональное сообщество людей от 3 до 15-20 человек, находящихся в непосредственном контакте и в регулярном общении между собой. Малая группа позволяет моделировать процессы, происходящие в человеческом обществе, поскольку в ней проявляют себя почти все значимые социальные эффекты.

Манипулирование – обращение с людьми (или с клиентами) как с объектами личного интереса и в корыстных целях приобретения односторонних преимуществ.

Нормы группы – это совокупность правил и требований, «стандартов» поведения, регулирующих отношения и взаимодействия между участниками группы.

Обратная связь – базовый элемент группового тренинга. В принципе это любая реакция участников группы на поведение друг друга. Технологически правильная ОС является формой взаимной помощи, так как она помогает человеку оценить, насколько его поведение соответствует его же намерениям.

Поведенческий тренинг – запрограммированный курс обучения; основывается на модели поведения, принятой в бихевиоризме. Целью тренинга является обучение приспособительным умениям, необходимым при столкновении со сложными жизненными ситуациями. Подбор участников в группы осуществляется на основе сходных проблем и четких задач.

Психогимнастика – термин для обозначения комплекса разнообразных упражнений и техник в тренинговой работе, целью которых является воздействие на те или иные структуры психики участников, например память или внимание, либо на личность каждого участника в отдельности, либо на состояние группы как целого.

Психокоррекция – психологическое воздействие, направленное на те или иные психологические структуры личности или группы с целью нормализации их функционирования.

Психотерапия – коммуникативный процесс взаимодействия врача (психолога) с клиентом (группой клиентов), имеющий целью вызвать устойчивые изменения в существенно важных сферах жизни клиента. Этот процесс происходит в рамках профессиональных отношений, характеризующихся наличием договорных обязательств между участвующими сторонами, доверительностью и эмпатией.

Психотехнология – научное психологическое описание способов и алгоритмов действий (операций), дающих необходимый практический эффект. Креативная составляющая деятельности специалиста в области практической психологии, целенаправленно и упорядоченно ведущая к достижению желаемого результата.

Психотренинг – это практика самопознания и развития личности. Цель тренинга в общем случае: создание непосредственного личностного опыта позитивных изменений человека в его отношениях с миром, с другими людьми и с самим собой.

Соппротивление – естественная составляющая группового процесса на этапе начала работы с группой. При недобровольном участии в тренинге часто является проблемой для тренера, т.к. участники могут демонстрировать циничное отношение к группе, либо отмалчиваться, либо развлекаться за счет группы и тренера.

Социально-психологический тренинг – область практической психологии, ориентированная на использование активных методов различных видов групповой психологической работы с целью развития компетентности в общении и личностного роста.

Сплоченность – мера привлекательности группы для ее участников; тотальное поле сил, заставляющих участников оставаться в группе.

Тренинг – (от англ. train – тренировать, дословно: научение, повторение). В отличие от других форм обучения это знание, добытое на фоне эмоционального вовлечения обучаемого в

процесс обучения. Таким образом, приобретаемое знание не столько рационально, сколько интуитивно.

Фасилитация – (от англ. tofacilitate – облегчать) – обеспечение условий, благоприятствующих развитию и росту; ненавязчивый способ ведения группы.

Приложение 1 к рабочей программе дисциплины

РАЗДЕЛ 6. Информационное обеспечение дисциплины**6.1. Перечень рекомендуемой литературы, необходимой для освоения дисциплины**

№	Наименование издания	Тема 1	Тема 2	Тема 3	Тема 4	Тема 5	Тема 6	Тема 7
Основная литература								
1	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. – Текст: электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. – URL: https://biblio-online.ru/bcode/434158	+	+	+	+	-	-	+
2	Тренинги. Психокоррекционные программы [Электронный ресурс]. Деловые игры: учебное пособие / под ред. Л.Г. Бузуновой, О.П. Степановой. – М.: Флинта, 2015. – 266 с. – Режим доступа: https://ibooks.ru/reading.php?productid=352523	-	+	+	+	+	+	+
Дополнительная литература								
1	Акимова А.Р. Психология тренинга: исследование субъективных и объективных компонентов эффективности [Электронный ресурс]: монография / А.Р. Акимова. – М.: ФЛИНТА, 2019. – 119 с. – Режим доступа: https://ibooks.ru/reading.php?productid=344749	+	-	-	+	-	+	-
2	Григорьев, Н.Б. Психотехнологии группового тренинга [Электронный ресурс]: учебное пособие / Н. Б. Григорьев. – СПб.: СПбГИПСР, 2008. – 176 с. – Режим доступа: https://ibooks.ru/reading.php?productid=24785	-	+	-	-	+	-	+
3	Основы социально-психологического тренинга [Электронный ресурс]: учебное пособие / авт.-сост. М. А. Василенко. – Ростов н/Д.: Феникс, 2014. – 125 с. – Режим доступа: https://ibooks.ru/reading.php?productid=341399	+	-	+	-	+	+	-
4	Прорыв! 11 лучших тренингов по личностному росту [Электронный ресурс] / А. Парабеллум, Н. Мрочковский, А. Толкачев, О. Горячо. – СПб.: Питер, 2012. – 352 с. – Режим доступа: https://ibooks.ru/reading.php?productid=26110	-	+	-	+	-	-	+

6.2. Перечень профессиональных баз данных и информационных справочных систем, используемых при изучении дисциплины

1. Мир психологии [Электронный ресурс]: психология для всех и каждого. – Режим доступа: <http://www.psyworld.ru>

2. ПСИ-ФАКТОР [Электронный ресурс]: центр по научной и практической психологии. – Режим доступа: <http://psyfactor.org>

3. Психология [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://psychologiya.com.ua>

6.3. Перечень программного обеспечения, профессиональных баз данных и информационных справочных систем, необходимых для изучения дисциплины

В рамках дисциплины используется следующее лицензионное программное обеспечение: MSOFFICE – Word, Excel, PowerPoint.

В учебном процессе используются следующие информационные базы данных и справочные системы:

EastView [Электронный ресурс]:informationservices. – Электрон. текстовые дан. – Режим доступа:<https://dlib.eastview.com/browse/udb/12> . – Загл. с экрана.

Ibooks.ru [Электронный ресурс]: электронно-библиотечная система. – Электрон. текстовые дан. – Режим доступа:<https://ibooks.ru> – Загл. с экрана.

Гарант [Электронный ресурс]: информационно-правовое обеспечение. – Электрон. текстовые дан. – Режим доступа: <http://cloud.garant.ru/#/startpage:0> . – Загл. с экрана.

Электронная библиотека СПбГИПСР [Электронный ресурс]. – Электрон. текстовые дан. – Режим доступа:

http://lib.gipsr.ru:8087/jirbis2/index.php?option=com_irbis&view=irbis&Itemid=456 – Загл. с экрана.

Электронный каталог библиотеки СПбГИПСР [Электронный ресурс]. – Электрон. текстовые дан. – Режим доступа: http://lib.gipsr.ru:8087/jirbis2/index.php?option=com_irbis&view=irbis&Itemid=435 . - Загл. с экрана.

ЮРАЙТ [Электронный ресурс]: электронно-библиотечная система. – Электрон. текстовые дан. – Режим доступа:<https://biblio-online.ru/> – Загл. с экрана.

Заведующая библиотекой

_____ Г.Л. Горохова
(подпись, расшифровка)