

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
МИКОЛАЇВСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ІМЕНІ В. О. СУХОМЛИНСЬКОГО
Факультет педагогіки та психології
Кафедра психології та соціальних наук

ЗАТВЕРДЖУЮ

Проректор із науково-педагогічної
роботи _____ О.А. Кузнецова

26 серпня 2020 р.

РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ
ПСИХОЛОГІЯ ТРЕНІНГОВОЇ РОБОТИ

Для всіх спеціальностей

(Бакалавр)

2020-2021 навчальний рік

Розробник: Гулькова Дар'я Сергіївна, викладач кафедри психології та соціальних наук, _____ (Гулькова Д.С.)

Робоча програма затверджена на засіданні кафедри психології та соціальних наук

Протокол № 1 від 26 серпня 2020 р.

Завідувач кафедри _____ (Савенкова І.І.)

1. Опис навчальної дисципліни
Денна форма навчання

Найменування показників	Галузь знань, освітній ступінь	Характеристика навчальної дисципліни
Кількість кредитів – 5	Галузь знань 05 Соціальні та поведінкові науки	Нормативна
		Рік підготовки:
		1-й
Індивідуальне науково-дослідне завдання – скласти сценарій та провести тренінгові заняття	Спеціальність психологія	Семестр
Загальна кількість годин – 150		1-й
		Практичні, семінарські
		26
		Лабораторні
		-
		Самостійна робота
		124
		Вид контролю: залік
Тижневих годин для денної форми навчання: аудиторних – 2 самостійної роботи студента – 2	Ступінь: бакалавра	

Мова навчання - українська

Примітка.

Співвідношення кількості годин аудиторних занять до самостійної та індивідуальної роботи становить: для денної форми навчання – год.: 26 год. – аудиторні заняття, 124 год.– самостійна робота 25%-75%

Заочна форма навчання

Найменування показників	Галузь знань, освітній ступінь	Характеристика навчальної дисципліни
Кількість кредитів – 5	Галузь знань 05 Соціальні та поведінкові науки	Нормативна
	Спеціальність психологія	<i>Рік підготовки:</i>
		1-й
Розробка сценарію соціально-психологічного тренінгу		<i>Семестр</i>
Загальна кількість годин – 150		1-й
	Ступінь: бакалавра	
		<i>Практичні, семінарські</i>
		14
		<i>Лабораторні</i>
		-
		<i>Самостійна робота</i>
		136
	Вид контролю: залік	

Мова навчання - українська

Примітка.

Співвідношення кількості годин аудиторних занять до самостійної та індивідуальної роботи становить: для денної форми навчання – 14 год.: 14 год. – аудиторні заняття, 136 год.– самостійна робота 80% - 20%

2. Мета, завдання навчальної дисципліни та очікувані результати навчання

Мета курсу: формування у студентів теоретичних знань та вироблення практичних навичок щодо організації та проведення тренінгових занять, а саме оволодіння ними відповідними методами, техніками та прийомами. Ознайомлення слухачів із принципами та нормами групової взаємодії, характеристиками групової динаміки.

Завдання курсу:

- засвоїти психологічні знання з історії розвитку та становлення психології соціально-психологічного тренінгу;
- опанувати методами проведення групової роботи;
- ознайомити з різноманітними техніками проведення групової роботи;
- застосовувати окремі психотерапевтичні вправи та методики.

Передумови для вивчення дисципліни: загальна психологія, вікова психологія, психологічне консультування, психологія тренінгової роботи.

Навчальна дисципліна складається з 5-и кредитів.

Очікувані результати навчання:

- знання основних понять, принципів та методів проведення тренінгової роботи;
- знання основних напрямків тренінгової роботи та їхніх характеристик;
- знання характеристик рольових позицій учасників групи;
- знання характеристик групової динаміки та стадій розвитку групи;
- знання основних прийомів роботи ведучого групи комунікативних умінь;
- вміння виявляти та характеризувати структурні та динамічні компоненти розвитку тренінгової групи;
- здатність аналізувати процес групової взаємодії в групі комунікативних умінь;
- здатність використовувати в процесі спілкування основні комунікативні уміння;
- вміння використовувати психотехнічні вправи, розігрівальні ігри та ігри, що орієнтовані на зворотній зв'язок;
- здатність подавати та приймати зворотній зв'язок.

Згідно з вимогами ОПП студент оволодіває такими *компетентностями*:

У результаті вивчення курсу студент оволодіває такими компетентностями:

I. Загальнопредметні:

- бути теоретично обумовленим у виборі методів групової роботи;
- бути здатним адекватно використовувати терміни соціально-психологічного тренінгу;
- бути готовим оцінювати межі власних знань, умінь, можливостей та виходити за ці межі;
- бути здатним творчо осмислювати та долати проблемно-конфліктні ситуації;
- бути готовим набувати нові смисли та цінності;
- бути готовим сприймати та оцінювати свої взаємовідносини з іншими членами групи;
- бути готовим адаптуватися у незвичних міжособистісних відносинах;
- бути готовим ставити та вирішувати неординарні практичні завдання;

II. Фахові:

- організовувати групові роботи з урахуванням рольових характеристик учасників групи;
- грамотно використовувати методи роботи ведучого групи;
- ефективно взаємодіяти з учасниками групи в ході комунікативного тренінгу;
- мати високий рівень логічного мислення в ході аналізу поведінки учасників групи;
- узагальнювати результати роботи групи;
- використовувати техніки, що сприяють розвитку комунікативних вмінь;
- організовувати роботу групи на засадах етичних принципів.

3. Програма навчальної дисципліни

Кредит 1. Соціально-психологічний тренінг як метод практичної психології

Тема 1. Загальне уявлення про соціально-психологічний тренінг. Соціально-психологічний тренінг як метод практичної психології. Співвідношення понять "групова психотерапія", "групова психокорекція" та "груповий тренінг". Специфічні риси та основні парадигми тренінгу. Історія розвитку групових методів практичної психології. Теорія «животинного магнетизму» Ф.А. Месмера. «Гіпнотизм» Дж. Брейда. Груп-аналіз (З. Фоулкс, В. Бюн, Т. Майн). Психодрама Дж. Морено. Групова робота з безпритульними (А.С. Макаренко). Основні ідеї групового руху сучасності.

Тема 2. Тренінг як напрямок психологічної роботи. Теоретико-методологічні засади проведення тренінгу. Історія розвитку групової психотерапії. Історія розвитку, основні процедури роботи Т-груп, груп зустрічей. Переваги групової форми роботи. Процеси у психокорекційних групах. Класифікація груп. Їх склад. Ролі та норми поведінки в групі.

Тема 3. Психологічні особливості тренінгової групи. Цілі тренінгової роботи. Переваги групових форм психологічної роботи. Групові норми. Принципи: «тут та тепер», «щирість та відвертість», «активність», «принцип Я», «конфіденційність». Рольові позиції в групі. Ігрова та соціальна ролі. Основні ролі в групі за В.Ю. Большаковим. Ролі учасників групи за критерієм підтримки та вирішення завдання. Групова згуртованість. Гомогенність та гетерогенність тренінгових груп. Якісний та кількісний склад тренінгових груп. Групові процеси.

Тема 4. Класифікація та основні види тренінгових груп. Критерії класифікації тренінгових груп. Т-групи, їх історія та розвиток. Групи зустрічі, їхня історія та розвиток. Ознаки груп зустрічей та їх орієнтація. Групи зорієнтовані на певну задачу та групи орієнтовані на почуття єдності. Гештальтгрупи, їх історія та розвиток. Цілі гештальтгруп. Психодрама. історія та розвиток цього групового процесу. Рольова гра, спонтанність, теле, катарсис, інсайт. Основні ролі та методики. Групи тілесної терапії. Основні підходи тілесної терапії. Групи тренінгу умінь. Трансактний аналіз у групі. Его-стани: Дитина, Батько, Дорослий. Структурний аналіз, аналіз ігор та сценарний аналіз. Методи групової роботи в НЛП. Репрезентативна, ведуча та референтна системи співрозмовника.

Тема 5. Сутність та класифікація тренінгових методів. Основні види тренінгових методів. Бізнес-тренінги компаній, вільні тренінги. Замовлення, види замовлень. Класифікація за відкритістю-закритістю. Корпоративні бізнес-тренінги.

Кредит 2. Прикладні аспекти тренінгової роботи

Тема 6. Динаміка тренінгових груп. Стадії розвитку тренінгових груп. Стадії розвитку групи за Б. Тукманом. Стадії групового процесу за критерієм динаміки самосвідомості (О.В. Немірінський). Модель конструктивних змін поведінки (Л.М. Мітіна). Характеристика етапу підготовки, основні мотиваційні зміни. Криза в розвитку тренінгової групи. Стадія усвідомлення та зміни когнітивної сфери учасників тренінгового процесу. Рішення діяти як основний результат стадії переоцінки. Апробація нових засобів поведінки на стадії дії. Стадії розвитку груп з вільною динамікою та динамікою, що керується.

Тема 7. Керівництво тренінговою групою Ведучий тренінгової групи. Основні ролі ведучого групи (І. Ялом, С.Кратохвіл). Стилі керівництва групою. Переваги демократичного стилю керівництва тренінговою групою. Стилі керівництва групою та традиційні психологічні школи. Характеристика особистості групового тренера. Професійно важні якості ведучого групи. Підготовка ведучого тренінгової групи. Етичний кодекс керівника групи.

Тема 8. Засоби діагностики різних типів побоювання членів тренінгової групи. Техніки подолання побоювань. Особливості поведінки тренера, що стимулюють використання правил прийому та подачі зворотного зв'язку. Готовність ведучого групи до прийому проблем членів групи. Фізичні вправи як засіб зняття психологічної напруги. Засоби проходження етапу лабілізації: проведення рольових ігор, групових дискусій та програвання особистісних проблем учасників групи. Правила проведення рольової гри на

етапі лабілізації: формулювання мети, вибір теми та учасників. Техніки інструктування активного, пасивного учасників гри та спостерігачів. Використання техніки вербалізації в ході аналізу гри. Типи помилок, що виникають при обговоренні партнерської бесіди. Орієнтовні основи поведінки: парціальні цілі бесіди, активне слухання, повідомлення про те, що зазнаєш, прийоми аргументації

Тема 9. Основні принципи проходження кожного з етапів розвитку тренінгової групи. Типи вправ, що використовуються ведучим на кожному з етапів (суха, полусуха вправи, цілісна дія). Критерії складання пари та трійки з учасників групи. Вибір учасників гри. Характеристика активного та пасивного учасника. Техніки обговорення гри, правила зупинки гри. Соціометрична картка як засіб систематизації знань ведучого групи, можливості її використання на різних етапах групової роботи.

Тема 10. Види тренінгових методів, як засобів організації подій тренінга (І. Вачков). Події тренінгу за шкалою часу та простору. Характеристика тренінгових методів з минулими подіями, подіями, що відбуваються та з конструйованими подіями. Методи, що реалізуються у психологічному просторі, просторі дискурсу та у просторі фізичної реальності. Ігрові методи. Види ігор. Використання ігрових методів на різних етапах розвитку тренінгової групи. Гра її атрибути та значення. Ігри як інструмент виявлення психологічних проблем членів групи. Можливості ігрових методів в тренінговій роботі. Методи розвитку соціальної перцепції. Медитативні методи. Загальне уявлення про медитацію. Медитації-візуалізації як метод психологічного тренінгу. Правила використання медитативних технік.

Кредит 3.

Тема 11. Група розвитку комунікативних умінь. Групи розвитку комунікативних умінь, правила та принципи роботи. Мета та завдання групи розвитку комунікативних умінь. Основні методичні прийоми ведучого групи. Етапи розвитку групи комунікативних умінь, їхня характеристика. Види комунікативних тренінгів. Комунікативний тренінг для дітей та підлітків, принципи та загальні рекомендації.

Тема 12. Створення концепції тренінгу. Моделі та концепції створення тренінгових програм. Види тренінгів та моделі організації роботи на тренінгових заняттях. Використання потенціалу метафори у тренінгових заняттях. Доцільність та ефективність застосування психотерапевтичних методик в тренінгових заняттях.

Тема 13. Техніки роботи ведучого групи. Розігрівання як засіб створення позитивної атмосфери в групі. Ініціювання як засіб створення нової ситуації в групі. Каналізування як спрямування уваги членів групи на певні аспекти поведінки. Рефлексія як постійна вимога усвідомлення всього, що виникає в групі. Надання розумної свободи групі. Ситуації та правила використання «стоп»-техніки. Ставлення бар'єрів учасникам групи, що поводять себе некоректно. Повідомлення про те, що зазнаєш. Вербалізація як засіб ефективного обміну інформацією з членами групи. Техніки підбору та комплектування групи. Правила використання відеозапису в ході роботи групи. Зупинка відеозапису при обговоренні гри.

Тема 14. Рефлексія та психодіагностика у процесі проведення тренінгу. Рефлексія після тренінгу. Система рефлексивних питань. Зворотній зв'язок під час тренінгу. Маркери ефективності групової роботи. Домашнє завдання в тренінгових заняттях.

Тема 15. Типові помилки тренера під час організації тренінгу. Основні помилки тренера при підготовці програми, написанні сценаріїв, театралізації. Доцільність та ефективність використання методик групової діагностики на тренінгових заняттях. Способи та методи заобігання й розв'язання конфліктних ситуацій на тренінгових заняттях.. Етичні проблеми тренера під час організації тренінгу.

Кредит 4. Тренінг як унікальна система психологічного конструювання

Тема 16. Структура тренінгових програм: основні вимоги. Сучасні методи та прийоми тренінгової роботи

Тема 17. Практикум: тренінг особистісного зростання

Тема 18. Короткострокові та довгострокові тренінги

Тема 19. Тренінги на замовлення. Корпоративні тренінги

Тема 20. Практикум: тренінг рефлексивності

Кредит 5. Тематичні тренінги

Тема 21. Специфіка тренінгових занять, технологія їх проведення. Різновиди тренінгів, їх особливості та механізми впливу на особистість

Тема 22. Активне слухання. Формування ефективних навичок активного слухання. Прийоми вербалізації, уточнення. Вихід з тренінгу. Особистісний зворотній зв'язок. Діагностика індивідуальної ефективності навчання; визначення головної лінії подальшої індивідуальної роботи над собою; зняття залишкової напруги в групі.

Тема 23. Програма тренінгу партнерського спілкування в професійній діяльності психолога. Орієнтація і мотивація учасників. Можливості тренінгового методу. Засоби виявлення труднощів в спілкуванні між членами групи. Знайомство з групою, з самим собою. Засоби створення клімату психологічної безпеки. Формування установки на взаєморозуміння. Конкретизація особистих і групових цілей. Психологічний контакт. Формування навичок встановлення психологічного контакту як необхідної умови ефективного спілкування професійного психолога. Невербальна поведінка. Удосконалення навичок зчитування та інтерпретації невербальної інформації клієнта. Комунікація чуттів. Визначення невербальних і вербальних засобів передачі чуттів; двозначність проявів почуттів; формування професійних навичок визначення емоційного стану партнера по спілкуванню.

Тема 24. Прийом і передача інформації в тренінговому колі. Виявлення чинників, що впливають на успішність прийому і передачі інформації; визначення помилок, що допускаються при рішенні задачі прийому і передачі інформації. Визначення орієнтовних основ прийому та передачі інформації: підготовка повідомлень, передача інформації, прийом і структуризація повідомлень.

Тема 25. Супервізія: завдання, методика проведення. Критерії ефективності тренінгової діяльності психолога.

4. Структура навчальної дисципліни
Денна форма навчання

Назви кредитів і тем	Кількість годин					
	усь ого	у тому числі				
		л	П	лаб	інд	сп
1	2	3	4	5	6	7
Кредит 1. Соціально-психологічний тренінг як метод практичної психології						
Тема 1. Загальне уявлення про соціально-психологічний тренінг.	1		1			
Тема 2. Тренінг як напрямок психологічної роботи.	1		1			
Тема 3. Психологічні особливості тренінгової групи.	1		1			
Тема 4. Класифікація та основні види тренінгових груп.	1		1			
Тема 5. Сутність та класифікація тренінгових методів.	1		1			
Разом за кредитом 1	5		5			
Кредит 2. Прикладні аспекти тренінгової роботи						
Тема 6. Динаміка тренінгових груп. Стадії розвитку тренінгових груп.	1		1			
Тема 7. Керівництво тренінговою групою. Ведучий тренінгової групи.	1		1			
Тема 8. Засоби діагностики різних типів побоювання членів тренінгової групи.	1		1			
Тема 9. Основні принципи проходження кожного з етапів розвитку тренінгової групи.	1		1			
Тема 10. Види тренінгових методів, як засобів організації подій тренінга (І. Вачков). Події тренінгу за шкалою часу та простору.	1		1			
Разом за кредитом 2	5		5			
Кредит 3. Знайомство з групою, з самим собою. Конкретизація особистих і групових цілей.						
Тема 11. Група розвитку комунікативних умінь. Групи розвитку комунікативних умінь, правила та принципи роботи.	1		1			
Тема 12. Створення концепції тренінгу.	1		1			
Тема 13. Техніки роботи ведучого групи.	1		1			
Тема 14. Рефлексія та психодіагностика у процесі проведення тренінгу.	1		1			
Тема 15. Типові помилки тренера під час організації тренінгу.	1		1			
Разом за кредитом 3	5		5			
Кредит 4. Тренінг як унікальна система психологічного конструювання						
Тема 16. Структура тренінгових програм: основні вимоги. Сучасні методи та прийоми тренінгової роботи.	1		1			
Тема 17. Практикум: тренінг особистісного зростання.	1		1			
Тема 18. Короткострокові та довгострокові тренінги.	1		1			

Тема 19. Тренінги на замовлення. Корпоративні тренінги.	1		1			
Тема 20. Практикум: тренінг рефлексивності.	1		1			
Разом за кредитом 4	5		5			
Кредит 5. Тематичні тренінги						
Тема 21. Специфіка тренінгових занять, технологія їх проведення. Різновиди тренінгів, їх особливості та механізми впливу на особистість.	1		1			
Тема 22. Активне слухання. Формування ефективних навичок активного слухання.	1		1			
Тема 23. Програма тренінгу партнерського спілкування в професійній діяльності психолога.	1		1			
Тема 24. Прийом і передача інформації в тренінговому колі.	1		1			
Тема 25. Супервізія: завдання, методика проведення. Критерії ефективності тренінгової діяльності психолога.	1		1			
Разом за кредитом 5	5		5			
Усього годин:	25		25			

Заочна форма навчання

Назви кредитів і тем	Кількість годин					
	усьо го	у тому числі				
		л	П	лаб	інд	ср
1	2	3	4	5	6	7
Кредит 1. Соціально-психологічний тренінг як метод практичної психології						
Тема 1. Загальне уявлення про соціально-психологічний тренінг.	1		1			
Тема 2. Тренінг як напрямок психологічної роботи. Психологічні особливості тренінгової групи.	1		1			
Тема 3. Класифікація та основні види тренінгових груп.	1		1			
Разом за кредитом 1	3		3			
Кредит 2. Прикладні аспекти тренінгової роботи						
Тема 4. Динаміка тренінгових груп. Засоби діагностики різних типів повоювання членів тренінгової групи.	1		1			
Тема 5. Керівництво тренінговою групою. Ведучий тренінгової групи.	1		1			
Тема 6. Основні принципи проходження кожного з етапів розвитку тренінгової групи.	1		1			
Разом за кредитом 2	3		3			
Кредит 3. Знайомство з групою, з самим собою. Конкретизація особистих і групових цілей.						
Тема 7. Створення концепції тренінгу.	1		1			
Тема 8. Техніки роботи ведучого групи.	1		1			
Тема 9. Рефлексія та психодіагностика у процесі проведення тренінгу.	1		1			
Разом за кредитом 3	3		3			
Кредит 4. Тренінг як унікальна система психологічного конструювання						
Тема 10. Структура тренінгових програм:	1		1			

основні вимоги. Сучасні методи та прийоми тренінгової роботи.					
Тема 11. Типові помилки тренера під час організації тренінгу.	1		1		
Тема 12. Практикум: тренінг особистісного зростання.	1		1		
Разом за кредитом 4	3		3		
Кредит 5. Тематичні тренінги					
Тема 13. Програма тренінгу партнерського спілкування в професійній діяльності психолога.	1		1		
Тема 14. Супервізія: завдання, методика проведення. Критерії ефективності тренінгової діяльності психолога.	1		1		
Разом за кредитом 5	2		2		
Усього годин:	14		14		

5. Теми практичних занять Денна форма навчання

№ теми	Назва теми	Кількість годин
	Кредит 1. Соціально-психологічний тренінг як метод практичної психології	
1	Тема 1. Загальне уявлення про соціально-психологічний тренінг.	2
2	Тема 2. Тренінг як напрямок психологічної роботи.	2
3	Тема 3. Психологічні особливості тренінгової групи.	2
4	Тема 4. Класифікація та основні види тренінгових груп.	2
5	Тема 5. Сутність та класифікація тренінгових методів.	2
	Кредит 2. Прикладні аспекти тренінгової роботи	
6	Тема 6. Динаміка тренінгових груп. Стадії розвитку тренінгових груп.	2
7	Тема 7. Керівництво тренінговою групою. Ведучий тренінгової групи.	2
8	Тема 8. Засоби діагностики різних типів побоювання членів тренінгової групи.	2
9	Тема 9. Основні принципи проходження кожного з етапів розвитку тренінгової групи.	2
10	Тема 10. Види тренінгових методів, як засобів організації подій тренінга (І. Вачков). Події тренінгу за шкалою часу та простору.	2
	Кредит 3. Знайомство з групою, з самим собою. Конкретизація особистих і групових цілей.	
11	Тема 11. Група розвитку комунікативних умінь. Групи розвитку комунікативних умінь, правила та принципи роботи.	2
12	Тема 12. Створення концепції тренінгу.	2
13	Тема 13. Техніки роботи ведучого групи.	2
14	Тема 14. Рефлексія та психодіагностика у процесі проведення тренінгу.	2
15	Тема 15. Типові помилки тренера під час організації тренінгу.	2
	Кредит 4. Тренінг як унікальна система психологічного конструювання	
16	Тема 16. Структура тренінгових програм: основні вимоги. Сучасні методи та прийоми тренінгової роботи.	2
17	Тема 17. Практикум: тренінг особистісного зростання.	2
18	Тема 18. Короткострокові та довгострокові тренінги.	2
19	Тема 19. Тренінги на замовлення. Корпоративні тренінги.	2

20	Тема 20. Практикум: тренінг рефлексивності.	2
Кредит 5. Тематичні тренінги		
21	Тема 21. Специфіка тренінгових занять, технологія їх проведення. Різновиди тренінгів, їх особливості та механізми впливу на особистість.	2
22	Тема 22. Активне слухання. Формування ефективних навичок активного слухання.	2
23	Тема 23. Програма тренінгу партнерського спілкування в професійній діяльності психолога.	2
24	Тема 24. Прийом і передача інформації в тренінговому колі.	2
25	Тема 25. Супервізія: завдання, методика проведення. Критерії ефективності тренінгової діяльності психолога.	2
Разом:		50

Заочна форма навчання

№ теми	Назва теми	Кількість годин
Кредит 1. Соціально-психологічний тренінг як метод практичної психології		
1	Тема 1. Загальне уявлення про соціально-психологічний тренінг.	1
2	Тема 2. Тренінг як напрямок психологічної роботи. Психологічні особливості тренінгової групи.	1
3	Тема 3. Класифікація та основні види тренінгових груп.	1
Кредит 2. Прикладні аспекти тренінгової роботи		
4	Тема 4. Динаміка тренінгових груп. Засоби діагностики різних типів повоювання членів тренінгової групи.	1
5	Тема 5. Керівництво тренінговою групою. Ведучий тренінгової групи.	1
6	Тема 6. Основні принципи проходження кожного з етапів розвитку тренінгової групи.	1
Кредит 3. Знайомство з групою, з самим собою. Конкретизація особистих і групових цілей.		
7	Тема 7. Створення концепції тренінгу.	1
8	Тема 8. Техніки роботи ведучого групи.	1
9	Тема 9. Рефлексія та психодіагностика у процесі проведення тренінгу.	1
Кредит 4. Тренінг як унікальна система психологічного конструювання		
10	Тема 10. Структура тренінгових програм: основні вимоги. Сучасні методи та прийоми тренінгової роботи.	1
11	Тема 11. Типові помилки тренера під час організації тренінгу.	1
12	Тема 12. Практикум: тренінг особистісного зростання.	1
Кредит 5. Тематичні тренінги		
13	Тема 13. Програма тренінгу партнерського спілкування в професійній діяльності психолога.	1
14	Тема 14. Супервізія: завдання, методика проведення. Критерії ефективності тренінгової діяльності психолога.	1
Разом:		14

6. Індивідуальне навчально-дослідне завдання

Індивідуальне науково-дослідне завдання складається з двох напрямів:

I – підготовка та захист контрольної роботи (для студентів ЗФН);

II – скласти сценарій тренінгового заняття (для студентів ДФН).

Форми роботи та критерії оцінювання

Рейтинговий контроль знань студентів здійснюється за 100-бальною шкалою:

Шкала оцінювання: національна та ECTS

ОЦІНКА ECTS	СУМА БАЛІВ	ОЦІНКА ЗА НАЦІОНАЛЬНОЮ ШКАЛОЮ	
		екзамен	залік
A	90-100	5 (відмінно)	5/відм./зараховано
B	80-89	4 (добре)	4/добре/ зараховано
C	65-79		
D	55-64	3 (задовільно)	3/задов./ зараховано
E	50-54		
FX	35-49	2 (незадовільно)	Не зараховано

Форми поточного та підсумкового контролю.

Поточний контроль здійснюється під час проведення практичних занять; має на меті перевірку рівня підготовки студентів до виконання конкретної роботи. Види поточного контролю: усне та письмове опитування, тестування, самоконтроль, складання схем, таблиць, опорних конспектів.

Підсумковий контроль здійснюється з метою оцінки результатів навчання студента. Вид підсумкового контролю: контрольна робота, залік.

Контрольна робота (КР) є обов'язковою складовою підсумкового контролю навчальних досягнень студентів. Виконання студентами КР спрямоване на всебічну і комплексну перевірку обсягу, рівня та якості засвоєння ними всього навчального матеріалу, що входить до кожного модуля: як матеріалу, що підлягає вивченню під час аудиторної роботи, так і самостійної роботи.

Іспит – вид підсумкового контролю, що полягає в оцінюванні засвоєння студентом навчального матеріалу на підставі виконання ним певних типів робіт на практичних заняттях, у процесі самостійної роботи, індивідуального навчально-дослідного завдання, контрольних робіт, виконання тестових завдань.

Критерії оцінювання відповідей на практичних заняттях:

“відмінно” – студент демонструє повні і глибокі знання навчального матеріалу, достовірний рівень розвитку умінь та навичок, правильне й обґрунтоване формулювання практичних висновків, уміння приймати необхідні рішення в нестандартних ситуаціях, вільне володіння науковими термінами, аналізує причинно-наслідкові зв'язки;

“дуже добре” – студент демонструє повні знання навчального матеріалу, допускає незначні пропуски матеріалу, вміє застосувати його щодо конкретно поставлених завдань, у деяких випадках нечітко формулює правильні відповіді;

“добре” – студент демонструє повні знання навчального матеріалу, але допускає незначні пропуски фактичного матеріалу, вміє застосувати його щодо конкретно поставлених завдань, у деяких випадках нечітко формулює загалом правильні відповіді, допускає окремі несуттєві помилки та неточності;

“достатньо” – студент володіє більшою частиною фактичного матеріалу, але викладає його не досить послідовно і логічно, допускає істотні пропуски у відповіді, не завжди вміє інтегровано застосувати набуті знання для аналізу конкретних ситуацій, нечітко, а інколи й невірно формулює основні теоретичні положення та причинно-наслідкові зв'язки;

“задовільно” – студент не володіє достатнім рівнем необхідних знань, умінь, навичок, науковими термінами.

Кількість балів у кінці **семестру** повинна складати від 500 балів (за 5 кредитів), тобто сума балів за виконання усіх завдань.

Відповідний **розподіл балів, які отримують студенти за 5 крд.**

7. Розподіл балів, які отримують студенти

Поточне тестування та самостійна робота				КР	Накопичувальні бали/ Сума
T1-3	T4-7	T8-11	T12-14	100	400
50	50	50	50		
T15-17	T18-20	T21-23	T24-25		
50	50	50	50		

10. Засоби діагностики

Засобами діагностики та методами демонстрування результатів навчання є: завдання до практичних занять, завдання для самостійної та індивідуальної роботи (зокрема есе, реферати), презентації результатів досліджень, тестові завдання, контрольні роботи.

11. Методи навчання

Усний виклад матеріалу: наукова розповідь, спрямована на аналіз фактичного матеріалу; пояснення – вербальний метод навчання, за допомогою якого розкривається сутність певного явища, закону, процесу; семінари-дискусії, інтерактивні заняття з використанням інтернет-технологій, розв'язування задач на основі психотерапевтичних випадків, презентації, герменевтичний аналіз, ділові ігри, психотерапевтичні вправи й техніки, ілюстрація – метод навчання, який передбачає показ процесів у їх символічному зображенні (малюнки, схеми, графіки та ін.).

12. Рекомендована література

Базова

1. Вачков И.В. Психология тренинговой работы: Содержательные, организационные и методические аспекты ведения тренинговой группы / И.В. Вачков. — М.: Эксмо, 2007. — 416 с.
2. Джонсон Д.У. Тренинг общения и развития: Пер. с англ. / Д.У. Джонсон. - М.: Изд. Группа «Прогресс», 2000. - 248 с.
3. Емельянов Ю.Н. Активное социально-психологическое обучение / Ю.Н. Емельянов. Л., ЛГУ. 1985 – 256 с.
4. Лейтц Г. Психодрама: Теория и практика Классическая психодрама Я.Л. Морено / Г. Лейтц. М.: Изд. Группа «Прогресс» «Универс». 1994. - 352 с.
5. Марасанов Г.И. Методы моделирования и анализа ситуаций в социально-психологическом тренинге / Г.И. Марасанов. - Киров, 1995. - 152 с.
6. Перлз Ф. Опыты психологии самопознания / Ф. Перлз. М., «Гиль-Эстель». 1993. -324 с.
7. Петровская Л.А. Теоретические и методологические проблемы социально-психологического тренинга / Л.А. Петровская. М., МГУ. 1982. – 208 с.
8. Петровская Л.А. Компетентность в общении. Социально-психологический тренинг. М.: издво МГУ. 1989. – 216 с.
9. Психогимнастика в тренинге/ Под ред. Н.Ю. Хрящевой. – СПб.: «Ювента», Институт Тренинга, 1999. – 256 с.
10. Пузиков В. Г. Технология ведения тренинга / В.Г. Пузиков. — СПб.: Издательство «Речь», 2007.-224 с.
11. Рудестам К. Групповая психотерапия / Кьел Рудестам. М., «Прогресс» «Универс» 1993. – 368 с.
12. Фопель К. Психологические группы (рабочие материалы для ведущего) / Клаус Фопель. М., «Генезис». 1999. – 253 с.

Допоміжна література

4. Агеев В.С. Межгрупповое взаимодействие / В.С. Агеев. М, МГУ. 1990. – 178 с.
5. Берн Э. Игры, в которые играют люди. Психология человеческих

- взаимоотношений; Люди, которые играют в игры. Психология человеческой судьбы: Пер. с англ. / Эрик Берн. - СПб.: Лениздат, 1992. - 400с.
6. Берн Э. Трансакционный анализ и психотерапия. Пер. с англ. / Э. Берн. - СПб., изд. «Братство», 1992. - 224 с.
7. Большаков В.Ю. Психотренинг: Социодинамика. Упражнения. Игры / В.Ю.Большаков. - СПб.: «Социально-Психологический центр», 1996. - 380 с.
8. Джеймс М. Рожденные выигрывать. Трансакционный анализ с гештальтупражнениями / М. Джеймс, Д. Джонгвард. - М.: Изд. Группа «Прогресс», «Прогресс-Универс», 1995. - 336 с.
9. Игры - обучение, тренинг, досуг... / Под ред. В.В. Петрусинского// в четырех книгах. - М.: Новая школа, 1994. - 368с.
10. Коломинский Я.Л. Психология взаимоотношений в малых группах (общие и возрастные особенности): Учебное пособие/ Я.Л. Коломинский. - Мн.: Тетра Системс, 2000 - 432с.
11. Минделл А. Лидер как мастер единоборства (введение в психологию демократии) В двух частях. Часть 1. П. Пер с англ. / А. Минделл - М.: Институт психологии РАН, 1993. - 88с.
12. Сидоренко Е.В. Мотивационный тренинг / Е.В. Сидоренко. – СПб.: Речь, 2000. – 234 с.
13. Фопель К. Как научить детей сотрудничать? Психологические игры и упражнения: Практическое пособие/ Пер. с нем., в 4-х томах / К. Фопель. – М. «Генезис», 1998.

Інформаційні ресурси

1. www.library.ru
2. www.psylib.myword.ru

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
МИКОЛАЇВСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ІМЕНІ В. О. СУХОМЛИНСЬКОГО
Факультет педагогіки та психології
Кафедра психології та соціальних наук**

ЗАТВЕРДЖУЮ

Проректор із науково-педагогічної
роботи _____ О.А. Кузнецова

26 серпня 2020 р.

**ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ
ПСИХОЛОГІЯ ТРЕНІНГОВОЇ РОБОТИ**

Ступінь «бакалавра»

Галузь знань 05 Соціальні та поведінкові науки

спеціальність 053 «Психологія»

освітня програма Психологія

РОЗРОБНИК ПРОГРАМИ: Гулькова Дар'я Сергіївна, викладач кафедри психології та соціально-поведінкових наук, _____ (Гулькова Д.С.)

Програму схвалено на засіданні кафедри психології та соціальних наук
Протокол від «26» серпня 2020 року № 1

Завідувач кафедри психології _____ (Савенкова І.І.)

Програму погоджено навчально-методичною комісією факультету педагогіки та психології:

Протокол від «26» серпня 2020 року № 1
Голова навчально-методичної комісії факультету _____ (Чугусва І.Є.)

Програму погоджено навчально-методичною комісією університету

Протокол від «26» серпня 2020 року № 1
Голова навчально-методичної комісії університету _____ (Кузнецова О.А.)

ВСТУП

Предметом вивчення навчальної дисципліни є: інструменти та засоби впливу на особистість при виникненні порушень когнітивної, емоційно-вольової, поведінкової, особистісної, міжособистісної сфер психіки людини.

Міждисциплінарні зв'язки: дисципліна пов'язана з загальною, віковою, соціальною психологією, психологією сім'ї, диференціальною психологією, психологічним консультуванням, патопсихологією, клінічною психологією, психологією самосвідомості.

1. Мета та завдання навчальної дисципліни

Мета курсу: формування у студентів теоретичних знань та вироблення практичних навичок щодо організації та проведення тренінгових занять, а саме оволодіння ними відповідними методами, техніками та прийомами. Ознайомлення слухачів із принципами та нормами групової взаємодії, характеристиками групової динаміки.

Завдання курсу:

- засвоїти психологічні знання з історії розвитку та становлення психології соціально-психологічного тренінгу;
- опанувати методами проведення групової роботи;
- ознайомити з різноманітними техніками проведення групової роботи;
- застосовувати окремі психотерапевтичні вправи та методики.

Передумови для вивчення дисципліни: загальна психологія, вікова психологія, психологічне консультування, психологія тренінгової роботи.

Навчальна дисципліна складається з 5-и кредитів.

Очікувані результати навчання:

- знання основних понять, принципів та методів проведення тренінгової роботи;
- знання основних напрямків тренінгової роботи та їхніх характеристик;
- знання характеристик рольових позицій учасників групи;
- знання характеристик групової динаміки та стадій розвитку групи;
- знання основних прийомів роботи ведучого групи комунікативних умінь;
- вміння виявляти та характеризувати структурні та динамічні компоненти розвитку тренінгової групи;
- здатність аналізувати процес групової взаємодії в групі комунікативних умінь;
- здатність використовувати в процесі спілкування основні комунікативні уміння;
- вміння використовувати психотехнічні вправи, розігрівальні ігри та ігри, що орієнтовані на зворотній зв'язок;
- здатність подавати та приймати зворотній зв'язок.

Згідно з вимогами освітньо-професійної програми студент оволодіває такими компетентностями:

I. Загальнопредметні:

- бути теоретично обумовленим у виборі методів групової роботи;
- бути здатним адекватно використовувати терміни соціально-психологічного тренінгу;
- бути готовим оцінювати межі власних знань, умінь, можливостей та виходити за ці межі;
- бути здатним творчо осмислювати та долати проблемно-конфліктні ситуації;
- бути готовим набувати нові смисли та цінності;
- бути готовим сприймати та оцінювати свої взаємовідносини з іншими членами групи;
- бути готовим адаптуватися у незвичних міжособистісних відносинах;
- бути готовим ставити та вирішувати неординарні практичні завдання;

II. Фахові:

- уміти реалізовувати в психокорекційній роботі різні методологічні підходи, методики та процедури;
- організовувати групові роботи з урахуванням рольових характеристик учасників групи;
- грамотно використовувати методи роботи ведучого групи;
- ефективно взаємодіяти з учасниками групи в ході комунікативного тренінгу;
- мати високий рівень логічного мислення в ході аналізу поведінки учасників групи;
- узагальнювати результати роботи групи;
- використовувати техніки, що сприяють розвитку комунікативних вмінь;
- організовувати роботу групи на засадах етичних принципів.

На вивчення навчальної дисципліни відводиться 50 годин / 5 кредити ECTS.

2. Інформаційний обсяг навчальної дисципліни

Кредит 1. Соціально-психологічний тренінг як метод практичної психології

Тема 1. Загальне уявлення про соціально-психологічний тренінг.

Тема 2. Тренінг як напрямок психологічної роботи.

Тема 3. Психологічні особливості тренінгової групи.

Тема 4. Класифікація та основні види тренінгових груп.

Тема 5. Сутність та класифікація тренінгових методів.

Кредит 2. Прикладні аспекти тренінгової роботи

Тема 6. Динаміка тренінгових груп. Стадії розвитку тренінгових груп.

Тема 7. Керівництво тренінговою групою. Ведучий тренінгової групи.

Тема 8. Засоби діагностики різних типів повоювання членів тренінгової групи.

Тема 9. Основні принципи проходження кожного з етапів розвитку тренінгової групи.

Тема 10. Види тренінгових методів, як засобів організації подій тренінга (І. Вачков). Події тренінгу за шкалою часу та простору.

Кредит 3. Знайомство з групою, з самим собою. Конкретизація особистих і групових цілей.

Тема 11. Група розвитку комунікативних умінь. Групи розвитку комунікативних умінь, правила та принципи роботи.

Тема 12. Створення концепції тренінгу.

Тема 13. Техніки роботи ведучого групи.

Тема 14. Рефлексія та психодіагностика у процесі проведення тренінгу.

Тема 15. Типові помилки тренера під час організації тренінгу.

Кредит 4. Тренінг як унікальна система психологічного конструювання

Тема 16. Структура тренінгових програм: основні вимоги. Сучасні методи та прийоми тренінгової роботи.

Тема 17. Практикум: тренінг особистісного зростання.

Тема 18. Короткострокові та довгострокові тренінги.

Тема 19. Тренінги на замовлення. Корпоративні тренінги.

Тема 20. Практикум: тренінг рефлексивності.

Кредит 5. Тематичні тренінги

Тема 21. Специфіка тренінгових занять, технологія їх проведення. Різновиди тренінгів, їх особливості та механізми впливу на особистість.

Тема 22. Активне слухання. Формування ефективних навичок активного слухання.

Тема 23. Програма тренінгу партнерського спілкування в професійній діяльності психолога.

Тема 24. Прийом і передача інформації в тренінговому колі.

Тема 25. Супервізія: завдання, методика проведення. Критерії ефективності тренінгової діяльності психолога.

3. Рекомендована література

Базова

1. Айви А.Е., Айви М.Е., Саймек-Даунинг Л. Психологическое консультирование и психотерапия. Методы, теории и практики. – М., 2016. – 487 с.
2. Бондаренко А.Ф. Психологическая помощь: теория и практика. – М.: Независимая фирма «Класс», 2014. – 336 с.
3. Бурлачук Л.Ф. Основы психотерапии. – К., 2014.
4. Бурно М.Е. Практическое руководство по терапии творческим самовыражением. – М.: Академический проект. – 2016. – 648 с.
5. Бурно М.Е. Клиническая психотерапия. – М., 2014. 5. Бэндлер Р., Гриндер Д., Сатир В. Семейная терапия. – Воронеж: НПО «Модэк», 2014. – 128 с.
6. Горностай П.П., Васьковская С.В. Теория и практика психологического консультирования: Проблемный подход. – К.: Наукова думка, 2014. – 128 с.
7. Зейгарник Б.В. Патопсихология. – М.: Изд-во Моск. Ун-та, 2017. – 238 с.
8. Калина Н.Ф. Основы психотерапии. – ”Ваклер”, 2015.
9. Карвасарский Б.Д. Групповая психотерапия. – М., 2015.
10. Карвасарский Б.Д. Психотерапевтическая энциклопедия. – СПб, 2016.
11. Карвасарский Б.Д. Учебник психотерапии. – СПб., 2014.
12. Клименко В.В. Психологические тесты таланта. – Харьков: Фолио, 2016. – 416 с.
13. Кривоніс Т.Г. Основи особистісної психотерапії. Навчально-методичний посібник. – К.: Видавничий дім „Слово”, 2018. – 192 с.
14. Кондрашенко В. Общая психотерапия. – Минск., 2015.
15. Кузікова, С. Б. Основи психокорекції [Текст] : навчальний посібник для студентів вищих навчальних закладів / С. Б. Кузікова. – К. : Академвидав, 2018. – 320 с. Мак Маллин Практикум по когнитивной терапии. – СПб., 2015.
16. Мамайчук, І. І. Діти з розладами поведінки: психологічна допомога [Текст] / І. І. Мамайчук, М. І. Смирнова. – К. : Редакції загальнопедагогічних газет, 2018. – 120 с. Мортон Ч. Техники детской психотерапии. – СПб.: Питер, 2017 – 256 с.
17. Мэй Р. Искусство психологического консультирования. – М.: Изд-во Апрель- пресс, ЭКСМО-ПРЕСС, 2016. – 256 с.
18. Нельсон-Джоунс Р. Теория и практика консультирования. – СПб.: Изд-во «Питер», 2014. – 464 с.
19. Овчарова Р.В. Технологии практического психолога образования. – М.: ТЦ «Сфера», 2014. – 448 с.
20. Осипова А.А. Общая психокоррекция. – М.: ТЦ «Сфера», 2014. – 512 с.
21. Пезешкиан Н. Торговец и попугай. Восточные истории и психотерапия. – М., 2014.
22. Перлз Ф. Гештальт-семинары: Гештальт-терапия дословно. – М.: Институт общегуманитарных исследований, 2016. – 325 с.
23. Петровская Л.А. Теоретические и методические проблемы социально-психологического тренинга. – М.: Изд-во Моск. ун-та, 2017. – 168 с.
24. Психологічне консультування. Хрестоматія / Упор. І.В.Кошова, Н.Ф.Литовченко, І.М.Наказна. – Ніжин: «Міланік», 2017. – 623 с.
25. Психотерапевтичний прктикум. Випуск І. Класичний психоаналіз / Редактор-упорядник З.С.Карпенко. – Івано-Франківськ, 2017. – 60 с.
26. Роджерс К. Взгляд на психотерапию: Становление человека. _ М., 2015. – с. 27. Роджерс К. Клиент-центрированная психотерапия. - АП., 2015.
27. Роджерс К. О групповой психотерапии. – М.: «Гиль-Эстель», 2014. – 224 с.
28. Рудестам К. Групповая психотерапия. – СПб., 2016.
29. Сапогова Е.Е. Практикум по консультативной психологии. – М.: «Академия», 2015. – 352 с.

30. Сахакиан У.С. Техники консультирования и психотерапии. Тексты. – М.: Апрель-Пресс, Изд-во ЭКСМО-Пресс, 2014. – 624 с.
31. Семейная психотерапия. Хрестоматия / Составители: Эйдемиллер Э.Г., Александрова Н.В., Юстицкис В. – СПб.: Питер. 2014. – 512 с.
32. Спиваковская А.С. Психотерапия: игра, детство, семья. Том 2. – М.: ООО Апрель-Пресс, ЗАО Изд-во ЭКСМО-Пресс, 2014. – 464 с.
33. Теорія і технології застосування сучасних підходів до психотерапії і вітчизняних соціокультурних умовах [Текст] : монографія / за ред. З.Г. Кісарчук. – К. – Кіровоград : Імекс-ЛТД, 2014. – 268 с.
34. Фрейд З. Основные принципы психоанализа. – М.: Рефл-бук, К.: Ваклер, 2016. – 284 с.
35. Хейли Д., Эриксон М. Стратегии семейной терапии. – М.: Институт общегуманитарных исследований, 2015. – 448 с.
36. Цимбалюк І.М. Психологічне консультивання та корекція. – Навч. Посібник. Модульно-рейтинговий курс. – К.: «Професіонал», 2017. – 544 с.
37. Черников А.В. Системная семейная терапия: Интегративная модель диагностики. – М.: Независимая фирма «Класс», 2015. – 208 с.
38. Эйдемиллер Э.Г., Юстицкис В. Психология и психотерапия семьи. – СПб.: Изд-во «Питер», 2015. – 656 с.
39. Эллис А. Практика рационально-эмотивной поведенческой терапии. – СПб., 2016.
40. Ялом И. Психотерапевтические истории. – М.: Изд-во ЭКСМО, 2016. – 960 с.

Допоміжна

1. Аммон .Психосоматическая терапия. – СПб., 2014.
2. Ассаджоли Р. Психосинтез. – АП., 2015.
3. Гнездилов. Психология и психотерапия потерь. – СПб., 2016.
4. Гроф С. Области человеческого бессознательного. – М., 2015.
5. Калина И.Ф. Речевое общение в психотерапия. – Симферополь, 2016.
6. Кочюнас Р. Основы психологического консультирования. – М.: Академический проект, 2015. – 239 с.
7. Кэдьосон. Практикум по игровой терапии. – СПб., 2014.
8. Рожнов В.Е. Руководство по психотерапии. – Ташкент, 2019.
9. Сандлер Дж. Пациент и психоаналитик. – М., 2014.
10. Смит. Тренинг прогнозирования поведения. – СПб., 2015.
11. Франкл В. Человек в поисках смысла. – М.: Прогресс, 2015.
12. Яценко Т.С. Психологічні основи групової психотерапії. – К. 2016. фирма «Класс», 2017. – 176 с.

4. Форма підсумкового контролю успішності навчання: залік.

5. Засоби діагностики успішності навчання: накопичення балів, тестові завдання.