

Документ подписан простой электронной подписью

Информация о владельце:

ФИО: Богатырёв Дмитрий Кириллович

Должность: Ректор

Дата подписания: 22.07.2026 10:18:17

Уникальный программный ключ:

dda1af705f677e4f7a7c7f6a8996df8089a02352bf4308e9ba77f6a8f17d05

**АВТОНОМНАЯ НЕКОММЕРЧЕСКАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ
ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ**

**«РУССКАЯ ХРИСТИАНСКАЯ ГУМАНИТАРНАЯ АКАДЕМИЯ
им. Ф.М. Достоевского»**

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

Обязательная часть

«ТЕХНОЛОГИЯ ВЕДЕНИЯ ТРЕНИНГОВ»

**ОСНОВНАЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ПРОГРАММА ПОДГОТОВКИ БАКАЛАВРА
ПО НАПРАВЛЕНИЮ**

37.03.01 ПСИХОЛОГИЯ

Квалификация выпускника	<u>Бакалавр</u>
Форма обучения	<u>очно-заочная</u>
Срок освоения ОПОП	<u>5 лет</u>
Кафедра	<u>психологии</u>

Утверждено на заседании УМС
Протокол № 11/06-2026 от 16.06.2026 г.

Санкт-Петербург

СОДЕРЖАНИЕ

I. ОРГАНИЗАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИЙ РАЗДЕЛ

- 1.1. Цель и задачи освоения дисциплины
- 1.2. Место дисциплины в структуре ОПОП
- 1.3. Роль дисциплины в формировании компетенций выпускника
- 1.4. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине
- 1.5. Соответствие уровней освоения компетенции планируемым результатам обучения и критериям их оценивания

II. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ В ЗАЧЕТНЫХ ЕДИНИЦАХ С УКАЗАНИЕМ КОЛИЧЕСТВА АКАДЕМИЧЕСКИХ ЧАСОВ, ВЫДЕЛЕННЫХ НА КОНТАКТНУЮ РАБОТУ ОБУЧАЮЩИХСЯ С ПРЕПОДАВАТЕЛЕМ (ПО ВИДАМ УЧЕБНЫХ ЗАНЯТИЙ) И НА САМОСТОЯТЕЛЬНУЮ РАБОТУ ОБУЧАЮЩИХСЯ

III. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ, СТРУКТУРИРОВАННОЕ ПО ТЕМАМ С УКАЗАНИЕМ ОТВЕДЕННОГО НА НИХ КОЛИЧЕСТВА АКАДЕМИЧЕСКИХ ЧАСОВ И ВИДОВ УЧЕБНЫХ ЗАНЯТИЙ

- 3.1. Содержание дисциплины, структурированное по темам, и виды контактной работы с обучающимися
- 3.2. Самостоятельная работа обучающихся по дисциплине

IV. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

- 4.1. Структура фонда оценочных средств
- 4.2. Содержание фонда оценочных средств
- 4.3. Инструменты контроля знаний и степени освоения компетенций

V. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

- 5.1. Основная литература
- 5.2. Дополнительная литература
- 5.3. Программное обеспечение: общесистемное и прикладное программное обеспечение
- 5.4. Базы данных, информационно-справочные и поисковые системы
- 5.5. Информационные технологии, используемые при осуществлении образовательного процесса по дисциплине, включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем

VI. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

VII. СПЕЦИАЛИЗИРОВАННЫЕ УСЛОВИЯ ИНВАЛИДАМ И ЛИЦАМ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ

VIII. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ

I. ОРГАНИЗАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИЙ РАЗДЕЛ

1.1. Цель и задачи освоения дисциплины

Целью освоения дисциплины является научить студентов самостоятельной разработке и проведению тренинговых занятий.

Задачами изучения дисциплины являются:

1. Познакомить студентов с различными формами тренинговой работы.
2. Дать представление о работе ведущего тренинговой группы.
3. Дать представление об общих закономерностях составления тренинговых программ.
4. Научить студентов применять полученные знания на практике (в работе с реальной группой).

1.2. Место дисциплины в структуре ОПОП

Дисциплина «Технология ведения тренингов» относится к дисциплинам обязательной части Блока 1 учебного плана. Дисциплина читается в 8 и 9 семестре, форма промежуточной аттестации – зачет с оценкой.

1.3. Роль дисциплины в формировании компетенций выпускника

Основные знания, необходимые для освоения дисциплины формируются на базе навыков, приобретенных в ходе изучения дисциплин: Социальная психология, Психофизиология, Психология стресса, Введение в клиническую психологию, Психология развития и возрастная психология, Психология личности, Психология труда, инженерная психология и эргономика, Основы нейропсихологии, Специальная психология, Основы патопсихологии. Итоговая оценка сформированности компетенций УК-3, ОПК-4 и ПК-3 определяется в период Государственной итоговой аттестации.

1.4. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине

В результате обучения по дисциплине обучающийся должен обладать следующими компетенциями:

Код компетенции	Содержание компетенции	Код и содержание индикатора достижения компетенции
УК-3	Способен осуществлять социальное взаимодействие и реализовывать свою роль в команде.	УК-3.3 Анализирует возможные последствия личных действий в процессе социального взаимодействия
ОПК-4	Способен использовать основные формы психологической помощи для решения конкретной проблемы лиц, групп населения и (или) организаций, в том числе лицам с ограниченными возможностями здоровья и при организации инклюзивного образования.	ОПК-4.2 Применяет основные формы психологической помощи отдельным лицам, оказавшимся в сложной жизненной ситуации.
ПК-3	Способен применять знания по практической психологии при оказании помощи социальным группам и отдельным лицам	ПК 3.9 Разрабатывает и проводит тренинговые мероприятия

1.5. Соответствие уровней освоения компетенции планируемым результатам обучения и критериям их оценивания

Код и содержание компетенций	Этап освоения компетенции*	Основные признаки сформированности компетенции (дескрипторное описание уровня)			
		Признаки оценки несформированности компетенции	Признаки оценки сформированности компетенции		
			минимальный	средний	максимальный
УК-3- Способен осуществлять социальное взаимодействие и реализовывать свою роль в команде	3	Не знает, как осуществлять социальное взаимодействие и реализовывать свою роль в команде.	Плохо разбирается в том, как осуществлять социальное взаимодействие и реализовывать свою роль в команде.	В целом, знает, как осуществлять социальное взаимодействие и реализовывать свою роль в команде.	Уверенно знает, как осуществлять социальное взаимодействие и реализовывать свою роль в команде.
		Не умеет осуществлять социальное взаимодействие и реализовывать свою роль в команде.	Слабо умеет осуществлять социальное взаимодействие и реализовывать свою роль в команде.	Умеет осуществлять социальное взаимодействие и реализовывать свою роль в команде, но иногда делает ошибки.	Хорошо умеет осуществлять социальное взаимодействие и реализовывать свою роль в команде.
		Не владеет навыками, как осуществлять социальное взаимодействие и реализовывать свою роль в команде.	Слабо владеет навыками, как осуществлять социальное взаимодействие и реализовывать свою роль в команде.	Владеет навыками, как осуществлять социальное взаимодействие и реализовывать свою роль в команде, но иногда нуждается в помощи специалистов.	Хорошо владеет навыками, как осуществлять социальное взаимодействие и реализовывать свою роль в команде.
ОПК-4 Способен использовать основные формы психологической помощи для решения	3	Не знает, как использовать основные формы психологической помощи для решения конкретной проблемы лиц, групп населения и (или) организаций, в том числе лицам с	Плохо знает, как использовать основные формы психологической помощи для решения конкретной проблемы лиц, групп населения и (или) организаций, в том числе лицам с	Знает, как использовать основные формы психологической помощи для решения конкретной проблемы лиц, групп населения и (или) организаций, в том числе лицам с ограниченными	Хорошо знает, как использовать основные формы психологической помощи для решения конкретной проблемы лиц, групп населения и (или) организаций, в том числе лицам с ограниченными

конкретной проблемы лиц, групп населения и (или) организаций, в том числе лицам с ограниченными возможностями здоровья и при организации инклюзивного образования.		ограниченными возможностями здоровья и при организации инклюзивного образования.	ограниченными возможностями здоровья и при организации инклюзивного образования.	возможностями здоровья и при организации инклюзивного образования, но совершает единичные ошибки.	возможностями здоровья и при организации инклюзивного образования.
		Не умеет использовать основные формы психологической помощи для решения конкретной проблемы лиц, групп населения и (или) организаций, в том числе лицам с ограниченными возможностями здоровья и при организации инклюзивного образования.	Плохо умеет использовать основные формы психологической помощи для решения конкретной проблемы лиц, групп населения и (или) организаций, в том числе лицам с ограниченными возможностями здоровья и при организации инклюзивного образования.	В целом, умеет использовать основные формы психологической помощи для решения конкретной проблемы лиц, групп населения и (или) организаций, в том числе лицам с ограниченными возможностями здоровья и при организации инклюзивного образования, но совершает ошибки.	Хорошо умеет использовать основные формы психологической помощи для решения конкретной проблемы лиц, групп населения и (или) организаций, в том числе лицам с ограниченными возможностями здоровья и при организации инклюзивного образования.
ПК-3 - Способен применять знания по практической психологии при оказании помощи социальным группам и отдельным лицам	3	Не знает особенностей и специфики практической психологии	Плохо знает особенности и специфику практической психологии	Знает особенности и специфику практической психологии	Хорошо знает особенности и специфику практической психологии
		Не умеет применять	Слабо умеет применять	Умеет применять знания о	Хорошо умеет применять

	знания о практической психологии при оказании помощи социальным группам и отдельным лицам	знания о практической психологии при оказании помощи социальным группам и отдельным лицам	практической психологии при оказании помощи социальным группам и отдельным лицам	знания о практической психологии при оказании помощи социальным группам и отдельным лицам
	Не владеет навыками оказания помощи социальным группам и отдельным лицам с учетом знаний по практической психологии	Плохо владеет навыками оказания помощи социальным группам и отдельным лицам с учетом знаний по практической психологии	В целом, владеет навыками оказания помощи социальным группам и отдельным лицам с учетом знаний по практической психологии, но допускает единичные ошибки.	Хорошо владеет навыками оказания помощи социальным группам и отдельным лицам с учетом знаний по практической психологии

* - Формирование компетенций проходит в 3 этапа: 1-2 курс -1-й этап; 3 курс -2-й этап; 4 курс (4-5 курс -при очно-заочной и заочной формам обучения) -3-й этап - при освоении ОПОП бакалавриата

II. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ В ЗАЧЕТНЫХ ЕДИНИЦАХ С УКАЗАНИЕМ КОЛИЧЕСТВА АКАДЕМИЧЕСКИХ ЧАСОВ, ВЫДЕЛЕННЫХ НА КОНТАКТНУЮ РАБОТУ ОБУЧАЮЩИХСЯ С ПРЕПОДАВАТЕЛЕМ (ПО ВИДАМ УЧЕБНЫХ ЗАНЯТИЙ) И НА САМОСТОЯТЕЛЬНУЮ РАБОТУ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Общая трудоемкость дисциплины составляет 3 зачетные единицы, 108 часов

Дисциплина / семестр	Вид учебной работы						
	Занятия лекцион ного типа	Занятия практич еского типа	Вебин ары	Самос тоятел ьная работа	Консульт ации	Промежуточ ная аттестация	Контроль
Технология ведения тренингов/ 8 сем		8		26	2		
Технология ведения тренингов/ 8 сем			18	45, 8	8	0, 2	зачет
Всего							72

III. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ, СТРУКТУРИРОВАННОЕ ПО ТЕМАМ С УКАЗАНИЕМ ОТВЕДЕННОГО НА НИХ КОЛИЧЕСТВА АКАДЕМИЧЕСКИХ ЧАСОВ И ВИДОВ УЧЕБНЫХ ЗАНЯТИЙ

3.1. Содержание дисциплины, структурированное по темам, и виды контактной работы с обучающимися

№ темы	Название темы с кратким содержанием	Контактная работа с обучающимися				
		Лекции	Практиче ские занятия	Вебинары	Формы текущего контроля	Формируе -мые компетенц ии
1.	Понятие тренинга. Виды тренинговых групп.		1		практическое задание	УК-3 (УК 3.3) ОПК-4 (ОПК-4.2,) ПК-3 (ПК 3.9)
2.	Групповая дискуссия и ролевая игра как основные методы работы в тренинге. Типы		1	2	практическое задание	УК-3 (УК 3.3) ОПК-4 (ОПК-4.2,)

	упражнений					ПК-3 (ПК 3.9)
3.	Формирование тренинговой группы. Структура тренинговой группы.		1	2	доклад	УК-3 (УК 3.3) ОПК-4 (ОПК-4.2.) ПК-3 (ПК 3.9)
4.	Групповая динамика в тренинговой группе		1	2	практическое задание	УК-3 (УК 3.3) ОПК-4 (ОПК-4.2.) ПК-3 (ПК 3.9)
5.	Этапы организации тренинга.			2	практическое задание	УК-3 (УК 3.3) ОПК-4 (ОПК-4.2.) ПК-3 (ПК 3.9)
6.	Ведение группы. Завершение группового процесса		1	2	доклад	УК-3 (УК 3.3) ОПК-4 (ОПК-4.2.) ПК-3 (ПК 3.9)
7.	Работа со сложными клиентами		1	2	доклад	УК-3 (УК 3.3) ОПК-4 (ОПК-4.2.) ПК-3 (ПК 3.9)
8.	Особенности ведения тренингов с различными категориями граждан		1	2	доклад	УК-3 (УК 3.3) ОПК-4 (ОПК-4.2.) ПК-3 (ПК 3.9)
9.	Функции психотренера. Личность ведущего и ее влияние на групповой процесс		1	2	практическое задание	УК-3 (УК 3.3) ОПК-4 (ОПК-4.2.) ПК-3 (ПК 3.9)

10.	Технология написания тренинговых программ			2	практическое задание	УК-3 (УК 3.3) ОПК-4 (ОПК-4.2,) ПК-3 (ПК 3.9)
Промежуточная аттестация (зачет с оценкой)					Собеседовани е	
Итого:			8	18		

3.2. Самостоятельная работа обучающихся по дисциплине

Самостоятельная работа	Всего часов по учебному плану
Проработка лекций, подготовка к практическим занятиям, выполнение домашних заданий, подготовка к тестированию по темам дисциплины, подготовка к промежуточной аттестации	71, 8
Всего	71, 8

IV. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

4.1. Структура фонда оценочных средств

№ пп	Наименование раздела (темы) дисциплины	Код и наименование компетенций	Индикатор достижения компетенции	Оценочные средства текущего контроля/промежуточной аттестации
1	Понятие тренинга. Виды тренинговых групп.	УК-3 ОПК-4 ПК-3	УК 3.3 ОПК-4.2 ПК 3.9	практическое задание
2	Групповая дискуссия и ролевая игра как основные методы работы в тренинге. Типы упражнений	УК-3 ОПК-4 ПК-3	УК 3.3 ОПК-4.2 ПК 3.9	практическое задание
3	Формирование тренинговой группы. Структура тренинговой группы.	УК-3 ОПК-4 ПК-3	УК 3.3 ОПК-4.2 ПК 3.9	доклад
4	Групповая динамика в тренинговой группе	УК-3 ОПК-4 ПК-3	УК 3.3 ОПК-4.2 ПК 3.9	практическое задание
5	Этапы организации тренинга.	УК-3 ОПК-4 ПК-3	УК 3.3 ОПК-4.2 ПК 3.9	практическое задание

6	Ведение группы. Завершение группового процесса	УК-3 ОПК-4 ПК-3	УК 3.3 ОПК-4.2 ПК 3.9	доклад
7	Работа со сложными клиентами	УК-3 ОПК-4 ПК-3	УК 3.3 ОПК-4.2 ПК 3.9	доклад
8	Особенности ведения тренингов с различными категориями граждан	УК-3 ОПК-4 ПК-3	УК 3.3 ОПК-4.2 ПК 3.9	доклад
9	Функции психотренера. Личность ведущего и ее влияние на групповой процесс	УК-3 ОПК-4 ПК-3	УК 3.3 ОПК-4.2 ПК 3.9	практическое задание
	Технология написания тренинговых программ	УК-3 ОПК-4 ПК-3	УК 3.3 ОПК-4.2 ПК 3.9	практическое задание
10	Промежуточная аттестация (зачет с оценкой)	УК-3 ОПК-4 ПК-3	УК 3.3 ОПК-4.2 ПК 3.9	Вопросы для подготовки к аттестации

4.2. Содержание фонда оценочных средств

1. Текущий контроль

Практические задания (УК 3.3, ОПК-4.2, ПК 3.9)

Целью практического задания является получение студентом опыта ведения группы, оценка умения спланировать в соответствии с целями и задачами тренинговое упражнение, подобрать или сконструировать такое задание, которое будет отвечать поставленным требованиям.

Задание: Подготовить и провести отдельное тренинговое упражнение

1. Подготовить и провести упражнение, направленное на презентацию участников
2. Подготовить и провести упражнение, направленное на снятие напряжения («ледокол»)
3. Подготовить и провести упражнение, направленное на повышение энергии в группе
4. Подготовить и провести игру, моделирующую конфликт
5. Подготовить и провести групповую дискуссию на заданную тему
6. Подготовить и провести упражнение на развитие памяти
7. Подготовить и провести упражнение на развитие воображения
8. Подготовить и провести упражнение на развитие эмоциональной сферы
9. Подготовить и провести занятие по зависимому поведению
10. Подготовить и провести занятие по ЗОЖ
11. Подготовить и провести упражнение по толерантности
12. Подготовить и провести упражнение на социальные стереотипы
13. Подготовить занятие на развитие лидерских качеств
14. Подготовить и провести упражнения разминки
15. Подготовить занятие по сензитивности
16. Подготовить и провести упражнения на развитие образного мышления
17. Подготовить и провести упражнение «Лимон»
18. Подготовить и провести арт-терапевтическое занятие

19. Подготовить и провести релаксационное занятие
20. Подготовить и провести мандала-терапию
21. Подготовить и провести групповое упражнение в технике коллаж
22. Подготовить и провести групповое упражнение «Миссионеры- туземцы»
23. Подготовить и провести групповое упражнение «Красное и черное»
24. Подготовить и провести групповое упражнение «Линейка»
25. Подготовить и провести групповую диагностику
26. Подготовить и провести занятие по Ораторскому искусству
27. Составить план Бизнес-тренинга
28. Составить план работы с группой со-зависимых
29. Написать программу работы по арт-терапии с детьми дошкольного возраста
30. Написать программу тренинговой работы с пожилыми людьми
31. Написать программу работы по профессиональному выгоранию
32. Подготовить и провести занятия с использованием игротехник
33. Подготовить и провести групповое упражнение «Быстрое чаепитие»
34. Подготовить и провести упражнение на эмпатию
35. Подготовить и провести групповое упражнение «Болото»
36. Подготовить и провести занятие на развитие внимания
37. Подготовить и провести групповое упражнение «Два круга»
38. Подготовить программу тренинговых занятий по арт-терапии
39. Подготовить и провести упражнение «Нет»
40. Подготовить и провести упражнения на позитивное мышление
41. Подготовить и провести групповое упражнение «Плот»
42. Подготовить и провести упражнения по техникам визуализации
43. Подготовить и провести групповое упражнение «Остров мечты»
44. Подготовить программу тренингов на развитие познавательных процессов

Темы докладов (УК 3.3, ОПК-4.2, ПК 3.9)

1. Понятие и виды психокоррекционных групп по книге «Групповая психотерапия: теория и практика» К.Рудестама.
2. Основные методы групповой психотерапии по книге «Психотерапевтическая энциклопедия» под ред. Б.Д. Карвасарского.
3. Психотехники и тренинги
4. Тренинг коммуникативных навыков
5. Тренинг самопрезентации
6. Виды тренингов: варианты классификации.
7. Основные виды тренингов в зависимости от психотерапевтических школ.
8. Основные методы работы в тренинге.
9. Групповая дискуссия как метод групповой работы.
10. Ролевая игра как метод групповой работы.
11. Основные принципы формирования тренинговой группы.
12. Особенности работы с гомогенными и гетерогенными группами.
13. Типы поведения участников в группе. Групповые роли.
14. Понятие групповой динамики применительно к тренинговой группе.
15. Игра, как вид деятельности
16. Особенности работы со сложными клиентами
17. Роль ко-тренера в групповой работе
18. Особенности групповой работы с детьми
19. Особенности групповой работы с пожилыми людьми
20. Особенности работы с нарко- и алко- зависимыми

21. Бизнес-тренинги
22. Использование стимульного материала, для проведения тренинга
23. Использование и грамотный подбор настольных игр для проведения тренингов
24. Важная роль разминок в тренинговой работе
25. Особенности проведения тренингов на открытом воздухе
26. Особенности временных рамок тренингов
27. Особенности работы с немотивированными клиентами
28. Тренинги для волонтеров
29. Особенности проведения тренингов с разноязычными участниками
30. Символдрама
31. Расстановки по Хеллингеру
32. Психодрама
33. Аутотренинги
34. Особенности динамической группы
35. Тренинги развития личности
36. Тренинги состояний
37. Исследовательские тренинги
38. Тренинги телесно-ориентированной терапии
39. Рефлексия в тренинге
40. Позитивная психология в тренинговой работе

Контрольные вопросы по темам дисциплины для текущего опроса
(УК 3.3, ОПК-4.2, ПК 3.9)

Тема № 1 Понятие тренинга. Виды тренинговых групп.

1. Понятие “социально-психологический тренинг”; его сходства и отличия от других видов групповой работы.
2. История возникновения тренинговых групп.
3. Виды тренингов: варианты классификации.
4. Основные виды тренингов в зависимости от психотерапевтических школ.
5. Основные виды тренингов в зависимости от целей работы.

Тема № 2 Групповая дискуссия и ролевая игра как основные методы работы в тренинге.

1. Типы упражнений
2. Основные методы работы в тренинге.
3. Групповая дискуссия как метод групповой работы.

Тема № 3 Формирование тренинговой группы.

1. Структура тренинговой группы.
2. Основные принципы формирования тренинговой группы.
3. Формирование структуры группы.

Тема № 4 Групповая динамика в тренинговой группе

1. Понятие групповой динамики применительно к тренинговой группе.
2. Механизмы групповой динамики и их действие в тренинговой группе.
3. Фазы развития группы, их особенности (различные подходы).

Тема № 5 Этапы организации тренинга

1. Подготовка к началу тренинговой группы.
2. Способы разогрева группы.
3. Групповые нормы и правила, их влияние на группу.
4. Рефлексия, обратная связь и другие элементы групповой работы.

Тема № 6 Ведение группы. Завершение группового процесса

1. Уровни завершения тренинга.

2. Проблема выхода из тренинга.
3. Последствия “незавершенности гештальтов”.

4. Начало новой тренинговой группы.

Тема № 7 Работа со сложными клиентами

1. Особенности работы с гомогенными и гетерогенными группами
2. Причины и профилактика психологических травм в процессе тренинга.
3. Причины распада пролонгированной группы.
4. Конфликт и его использование в работе с группой.

Тема № 8 Особенности ведения тренингов с различными категориями граждан

1. Типы поведения участников в группе.
2. Групповые роли.
3. Ролевая игра как метод групповой работы.

Тема № 9 Функции психотренера. Личность ведущего и ее влияние на групповой процесс

1. Функции психотренера в группе.
2. Стили руководства группой.
3. Необходимые психотренеру личностные качества.
4. Перенос на тренинге.
5. Гибкость поведения психотренера.

Тема № 10 Технология написания тренинговых программ

1. Профессиональная подготовка ведущего тренинговой группы.
2. Окно “Джогари”: проявления в ходе тренинга.
3. Типы тренинговых упражнений и требования к ним.

2. Промежуточная аттестация

Список вопросов для промежуточной аттестации

(УК 3.3, ОПК-4.2, ПК 3.9)

1. Понятие “социально-психологический тренинг”; его сходства и отличия от других видов групповой работы.
2. История возникновения тренинговых групп.
3. Виды тренингов: варианты классификации.
4. Основные виды тренингов в зависимости от психотерапевтических школ.
5. Основные виды тренингов в зависимости от целей работы.
6. Основные методы работы в тренинге.
7. Групповая дискуссия как метод групповой работы.
8. Ролевая игра как метод групповой работы.
9. Основные принципы формирования тренинговой группы.
10. Особенности работы с гомогенными и гетерогенными группами.
11. Типы поведения участников в группе. Групповые роли.
12. Формирование структуры группы.
13. Понятие групповой динамики применительно к тренинговой группе.
14. Механизмы групповой динамики и их действие в тренинговой группе.
15. Фазы развития группы, их особенности (различные подходы).
16. Окно “Джогари”: проявления в ходе тренинга.
17. Подготовка к началу тренинговой группы.
18. Типы тренинговых упражнений и требования к ним.
19. Начало новой тренинговой группы.
20. Групповые нормы и правила, их влияние на группу.
21. Способы разогрева группы.

22. Конфликт и его использование в работе с группой.
23. Рефлексия, обратная связь и другие элементы групповой работы.
24. Причины и профилактика психологических травм в процессе тренинга.
25. Причины распада пролонгированной группы.
26. Уровни завершения тренинга.
27. Проблема выхода из тренинга.
28. Последствия “незавершенности гештальтов”.
29. Функции психотренера в группе.
30. Стили руководства группой.
31. Необходимые психотренеру личностные качества.
32. Перенос на тренинге.
33. Гибкость поведения психотренера.
34. Профессиональная подготовка ведущего тренинговой группы.

4.3. Инструменты контроля знаний и степени освоения компетенций

Оценка результатов производится в соответствии с утверждённой шкалой оценивания.

Шкала оценивания знаний студента

оценку «отлично» - заслуживает студент, обнаруживший всестороннее, систематическое и глубокое знание программного материала, умение свободно выполнять задания, предусмотренные рабочей программой по учебной дисциплине (модулю), усвоивший обязательную и знакомый с дополнительной литературой, рекомендованной программой.

При использовании для контроля тестовой программы, если студент набрал 85 - 100% правильных ответов;

оценку "хорошо" - заслуживает студент, показавший полное знание программного материала, усвоивший основную литературу, рекомендованную программой, способный к самостоятельному пополнению и обновлению знаний в ходе дальнейшего обучения и профессиональной деятельности.

При использовании для контроля тестовой программы, если студент набрал 70 - 84% правильных ответов;

оценку "удовлетворительно" - заслуживает студент, показавший знание основного учебно-программного материала в объеме, необходимом для дальнейшего обучения и профессиональной деятельности, справляющийся с выполнением заданий, предусмотренных программой, знакомый с основной литературой по программе курса.

При использовании для контроля тестовой программы, если студент набрал 50 - 69% правильных ответов;

оценка "неудовлетворительно" - выставляется студенту, показавшему пробелы в знании основного учебно-программного материала, допустившему принципиальные ошибки в выполнении предусмотренных программой заданий. При использовании для контроля тестовой программы, если студент набрал менее 50% правильных ответов;

«Зачтено» – заслуживает обучающийся, показавший знание основного учебно-программного материала в объеме, необходимом для дальнейшего обучения и профессиональной деятельности, справляющийся с выполнением заданий, предусмотренных программой, знакомый с рекомендованной литературой по программе курса. При использовании для контроля тестовой программы, если студент набирает 50% и более правильных ответов;

«Не зачтено» – выставляется обучающемуся, показавшему пробелы в знании основного учебно-программного материала, допустившему принципиальные ошибки в выполнении предусмотренных программой заданий. При использовании для контроля тестовой программы, если студент набирает менее 50 % правильных ответов.

V. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

5.1. Основная литература

№ п.п.	Наименование учебников, учебно-методических, методических пособий, разработок и рекомендаций
1.	Левкин В. Е. Социально-психологический тренинг для психолога: учебное пособие Москва, Берлин: Директ-Медиа, 2016 http://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&id=450202&sr=1
2.	Трифонов Т. А. Основы социально-психологического тренинга: учебное пособие Издательство: Познание, 2008 http://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&id=257910&sr=1
3.	Абрамова, Г. С. Практическая психология : учебное пособие : [16+] / Г. С. Абрамова. – Москва : Прометей, 2018. – 541 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=483174
4.	Белогай К. Н., Дранишников С. А. Психологический тренинг как технология помощи семье: учебное пособие Издательство: Кемеровский государственный университет, 2014 http://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&id=278325&sr=1

5.2. Дополнительная литература

№ п.п.	Наименование учебников, учебно-методических, методических пособий, разработок и рекомендаций
1.	Камнева Е. В., Полевая М. В., Коробанова Ж. В. Тренинг публичных выступлений: учебник Издательство: Прометей, 2017 http://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&id=494878&sr=1
2.	Неумоева-Колчеданцева Е. В. Педагогическое взаимодействие с тренингом социально-психологической компетентности: учебное пособие Издательство: Издательство Тюменского государственного университета, 2017 http://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&id=567490&sr=1
	Левкин В. Е. Тренинг сензитивности: учебное пособие Издательство: Директ-Меди 2016 http://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&id=450207&sr=1

5.3. Программное обеспечение: общесистемное и прикладное программное обеспечение

№	Наименование ПО	Реквизиты подтверждающего документа	Комментарий
1	Операционная система MS Windows Pro версии 7/8	Номер лицензии 64690501	
2	Операционная система "Альт Рабочая станция" 10	Лицензия: АОВ.1365.00	
3	Программный пакет MS Office 2007-2010	Номер лицензии 66572106	

4	Антивирус: Kaspersky Endpoint Security для бизнеса – Стандартный Russian Edition	Лицензия: 2B1E-250603-125047-2-305-30542	
5	Антивирус: Kaspersky Endpoint Security для бизнеса – Стандартный Russian Edition	Лицензия: 2B1E-240918-082537-2-2-11520	
6	Модульная объектно-ориентированная динамическая учебная среда "LMS Moodle"	GNU General Public License (GPL)	Свободное распространение, сайт http://docs.moodle.org/ru/
7	«Интернет платформа Пруффми 2.0.»	Лицензионный договор № 512873-6	
8	Программная система для обнаружения заимствований в учебных научных работах. «Антиплагиат. Эксперт 5.0»	Лицензионный договор № 11438	

5.4. Базы данных, информационно-справочные и поисковые системы

Профессиональные базы данных и информационные справочные системы

Информационные справочные системы Федеральный портал «Российское образование» <https://edu.ru/>.

Электронная библиотечная система «Университетская библиотека онлайн» <http://biblioclub.ru/>.

5.5. Информационные технологии, используемые при осуществлении образовательного процесса по дисциплине, включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем

Электронная информационно-образовательная среда (ЭИОС) <http://rhga.pro/>.

VI. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Наименование специальных помещений и помещений для самостоятельной работы	Оснащенность специальных помещений и помещений для самостоятельной работы
При освоении учебной дисциплины используются учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, курсового проектирования (выполнения курсовых работ), групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации.	Помещения обеспечены доступом к информационно-телекоммуникационной сети Интернет, в электронную информационно-образовательную среду АНО ВО "РХГА" и к электронным библиотечным системам, оборудованы специализированной мебелью (рабочее место преподавателя, специализированная учебная мебель для обучающихся, доска ученическая) а также техническими средствами обучения (компьютер или ноутбук, переносной или стационарный мультимедийный комплекс, стационарный или переносной экран на стойке для мультимедийного проектора).
Помещение для самостоятельной	Помещение обеспечено доступом к информационно-

работы	телекоммуникационной сети Интернет, в электронную информационно-образовательную среду АНО ВО "РХГА" и к электронным библиотечным системам, оборудованы специализированной мебелью и компьютерной техникой.
Помещение для хранения и профилактического обслуживания учебного оборудования	Помещение оснащенное специализированной мебелью (стеллажи, стол, стул).

VII. СПЕЦИАЛИЗИРОВАННЫЕ УСЛОВИЯ ИНВАЛИДАМ И ЛИЦАМ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ

Указанные ниже условия инвалидам и лицам с ограниченными возможностями здоровья применяются при наличии указанных лиц в группе обучающихся в зависимости от нозологии заболеваний или нарушений в работе отдельных органов.

Обучение студентов с нарушением слуха

Обучение студентов с нарушением слуха выстраивается через реализацию следующих педагогических принципов:

- наглядности,
- индивидуализации,
- коммуникативности на основе использования информационных технологий, разработанного учебно-дидактического комплекса, включающего пакет специальных учебно-методических презентаций
- использования учебных пособий, адаптированных для восприятия студентами с нарушением слуха.

К числу проблем, характерных для лиц с нарушением слуха, можно отнести:

- замедленное и ограниченное восприятие;
- недостатки речевого развития;
- недостатки развития мыслительной деятельности;
- пробелы в знаниях; недостатки в развитии личности (неуверенность в себе и неоправданная зависимость от окружающих, низкая коммуникабельность, эгоизм, пессимизм, заниженная или завышенная самооценка, неумение управлять собственным поведением);
- некоторое отставание в формировании умения анализировать и синтезировать воспринимаемый материал, оперировать образами, сопоставлять вновь изученное с изученным ранее; хуже, чем у слышащих сверстников, развит анализ и синтез объектов. Это выражается в том, что глухие и слабослышащие меньше выделяют в объекте детали, часто опускают малозаметные, но существенные признаки.

При организации образовательного процесса со слабослышащей аудиторией необходима особая фиксация на артикуляции выступающего - следует говорить громче и четче, подбирая подходящий уровень.

Специфика зрительного восприятия слабослышащих влияет на эффективность их образной памяти - в окружающих предметах и явлениях они часто выделяют несущественные признаки. Процесс запоминания у студентов с нарушенным слухом во многом опосредуется деятельностью по анализу воспринимаемых объектов, по соотнесению нового материала с усвоенным ранее.

Некоторые основные понятия изучаемого материала студентам необходимо объяснять дополнительно. На занятиях требуется уделять повышенное внимание специальным профессиональным терминам, а также использованию профессиональной лексики. Для лучшего усвоения специальной терминологии необходимо каждый раз писать на доске используемые термины и контролировать их усвоение.

Внимание в большей степени зависит от изобразительных качеств воспринимаемого материала: чем они выразительнее, тем легче слабослышащим студентам выделить информативные признаки предмета или явления.

В процессе обучения рекомендуется использовать разнообразный наглядный материал. Сложные для понимания темы должны быть снабжены как можно большим количеством наглядного материала. Особую роль в обучении лиц с нарушенным слухом, играют видеоматериалы. По возможности, предъявляемая видеoinформация может сопровождаться текстовой бегущей строкой или сурдологическим переводом.

Видеоматериалы помогают в изучении процессов и явлений, поддающихся видеофиксации, анимация может быть использована для изображения различных динамических моделей, не поддающихся видеозаписи.

Обучение студентов с нарушением зрения.

Специфика обучения слепых и слабовидящих студентов заключается в следующем:

- дозирование учебных нагрузок;
- применение специальных форм и методов обучения, оригинальных учебников и наглядных пособий, а также оптических и тифлопедагогических устройств, расширяющих познавательные возможности студентов;
- специальное оформление учебных кабинетов;
- организация лечебно-восстановительной работы;
- усиление работы по социально-трудовой адаптации.

Во время проведения занятий следует чаще переключать обучающихся с одного вида деятельности на другой.

Во время проведения занятия педагоги должны учитывать допустимую продолжительность непрерывной зрительной нагрузки для слабовидящих студентов. К дозированию зрительной работы надо подходить строго индивидуально.

Искусственная освещенность помещений, в которых занимаются студенты с пониженным зрением, должна составлять от 500 до 1000 лк, поэтому рекомендуется использовать дополнительные настольные светильники. Свет должен падать с левой стороны или прямо. Ключевым средством социальной и профессиональной реабилитации людей с нарушениями зрения, способствующим их успешной интеграции в социум, являются информационно-коммуникационные технологии.

Ограниченность информации у слабовидящих обуславливает схематизм зрительного образа, его скудность, фрагментарность или неточность.

При слабовидении страдает скорость зрительного восприятия; нарушение бинокулярного зрения (полноценного видения двумя глазами) у слабовидящих может приводить к так называемой пространственной слепоте (нарушению восприятия перспективы и глубины пространства), что важно при черчении и чтении чертежей.

При зрительной работе у слабовидящих быстро наступает утомление, что снижает их работоспособность. Поэтому необходимо проводить небольшие перерывы.

Слабовидящим могут быть противопоказаны многие обычные действия, например, наклоны, резкие прыжки, поднятие тяжестей, так как они могут способствовать ухудшению зрения. Для усвоения информации слабовидящим требуется большее количество повторений и тренировок.

При проведении занятий в условиях повышенного уровня шума, вибрации, длительных звуковых воздействий, может развиваться чувство усталости слухового анализатора и дезориентации в пространстве.

При лекционной форме занятий слабовидящим следует разрешить использовать звукозаписывающие устройства и компьютеры, как способ конспектирования, во время занятий.

Информацию необходимо представлять исходя из специфики слабовидящего студента: **крупный шрифт (16–18 размер)**, дисковый накопитель (чтобы прочитать с помощью компьютера со звуковой программой), аудиофайлы. Всё записанное на доске должно быть озвучено.

Необходимо комментировать свои жесты и надписи на доске и передавать словами то, что часто выражается мимикой и жестами. При чтении вслух необходимо сначала предупредить об этом: Не следует заменять чтение пересказом.

При работе на компьютере следует использовать принцип максимального снижения зрительных нагрузок, дозирование и чередование зрительных нагрузок с другими видами деятельности, использование специальных программных средств для увеличения изображения на экране или для озвучивания информации; — принцип работы с помощью клавиатуры, а не с помощью мыши, в том числе с использованием «горячих» клавиш и освоение слепого десятипальцевого метода печати на клавиатуре.

Обучение студентов с нарушением опорно-двигательного аппарата (ОДА).

Студенты с нарушениями ОДА представляют собой многочисленную группу лиц, имеющих различные двигательные патологии, которые часто сочетаются с нарушениями в познавательном, речевом, эмоционально-личностном развитии. Обучение студентов с нарушениями ОДА должно осуществляться на фоне лечебно-восстановительной работы, которая должна вестись в следующих направлениях: посильная медицинская коррекция двигательного дефекта; терапия нервно-психических отклонений.

Специфика поражений ОДА может замедленно формировать такие операции, как сравнение, выделение существенных и несущественных признаков, установление причинно-следственной зависимости, неточность употребляемых понятий.

При тяжелом поражении нижних конечностей руки присутствуют трудности при овладении определенными предметно-практическими действиями.

Поражения ОДА часто связаны с нарушениями зрения, слуха, чувствительности, пространственной ориентации. Это проявляется замедленном формировании понятий, определяющих положение предметов и частей собственного тела в пространстве, неспособности узнавать и воспроизводить фигуры, складывать из частей целое. В письме выявляются ошибки в графическом изображении букв и цифр (асимметрия, зеркальность), начало письма и чтения с середины страницы.

Нарушения ОДА проявляются в расстройстве внимания и памяти, рассредоточенности, сужении объема внимания, преобладании слуховой памяти над зрительной. Эмоциональные нарушения проявляются в виде повышенной возбудимости, проявлении страхов, склонности к колебаниям настроения.

Продолжительность занятия не должна превышать 1,5 часа (в день 3 часа), после чего рекомендуется 10—15-минутный перерыв. Для организации учебного процесса необходимо определить учебное место в аудитории, следует разрешить студенту самому подбирать комфортную позу для выполнения письменных и устных работ (сидя, стоя, облокотившись и т.д.).

При проведении занятий следует учитывать объем и формы выполнения устных и письменных работ, темп работы аудитории и по возможности менять формы проведения занятий. С целью получения лицами с поражением опорно-двигательного аппарата информации в полном объеме звуковые сообщения нужно дублировать зрительными, использовать наглядный материал, обучающие видеоматериалы.

При работе со студентами с нарушением ОДА необходимо использовать методы, активизирующие познавательную деятельность учащихся, развивающие устную и письменную речь и формирующие необходимые учебные навыки.

Физический недостаток существенно влияет на социальную позицию студента, на его отношение к окружающему миру, следствием чего является искажение ведущей деятельности и общения с окружающими. У таких студентов наблюдаются нарушения личностного развития: пониженная мотивация к деятельности, страхи, связанные с передвижением и перемещением, стремление к ограничению социальных контактов.

Эмоционально-волевые нарушения проявляются в повышенной возбудимости, чрезмерной чувствительности к внешним раздражителям и пугливости. У одних отмечается беспокойство, суетливость, расторможенность, у других - вялость, пассивность и двигательная заторможенность.

При общении с человеком в инвалидной коляске, нужно сделать так, чтобы ваши глаза находились на одном уровне. На неё нельзя облакачиваться.

Всегда необходимо лично убедиться в доступности мест, где запланированы занятия.

Лица с психическими проблемами могут испытывать эмоциональные расстройства. Если человек, имеющим такие нарушения, расстроен, нужно спросить его спокойно, что можно сделать, чтобы помочь ему. Не следует говорить резко с человеком, имеющим психические нарушения, даже если для этого имеются основания. Если собеседник проявляет дружелюбность, то лицо с ОВЗ будет чувствовать себя спокойно.

При общении с людьми, испытывающими затруднения в речи, не допускается перебивать и поправлять. Необходимо быть готовым к тому, что разговор с человеком с затрудненной речью займет больше времени. Необходимо задавать вопросы, которые требуют коротких ответов или кивка.

Общие рекомендации по работе с обучающимися-инвалидами.

- Использование указаний, как в устной, так и письменной форме;
- Поэтапное разъяснение заданий;
- Последовательное выполнение заданий;
- Повторение студентами инструкции к выполнению задания;
- Обеспечение аудио-визуальными техническими средствами обучения;
- Разрешение использовать диктофон для записи ответов учащимися;
- Составление индивидуальных планов занятий, позитивно ориентированных и учитывающих навыки и умения студента.

VIII. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины

Обучающимся, приступающим к изучению дисциплины, целесообразно ознакомиться со следующими нормативными документами:

- Рабочей программой, раскрывающей содержание и последовательность прохождения учебного материала, объем часов, виды контроля;
- Учебными, научными и методическими материалами по дисциплине.

Рекомендации по подготовке к аудиторным занятиям

Лекционные занятия

Умение сосредоточенно слушать лекции, активно воспринимать излагаемые сведения – это важнейшее условие освоения данной дисциплины. Кроме того, в конце каждой лекции с целью создания условий для осмысления содержания лекционного материала обучающимся предлагается ответить на вопросы для размышления. Краткие записи лекций, их конспектирование помогают усвоить материал. Поэтому в ходе лекционных занятий необходимо вести конспектирование учебного материала, обращая внимание на самое важное и существенное в нем. Имеет смысл оставить в рабочих конспектах поля, на которых делать пометки, замечания, дополнения. Целесообразно разработать собственную "маркографию" (значки, символы), сокращения слов.

Практические занятия

В ходе подготовки к практическим занятиям необходимо изучить основную литературу, ознакомиться с дополнительной литературой, новыми публикациями в периодических изданиях: журналах, газетах и т.д. При этом важно учитывать рекомендации преподавателя и требования учебной программы. Важно также опираться на конспекты лекций. В ходе занятия важно

внимательно слушать выступления своих однокурсников. При необходимости задавать им уточняющие вопросы, активно участвовать в обсуждении изучаемых вопросов. В ходе своего выступления целесообразно использовать как технические средства обучения, так и традиционные (при необходимости).

Организация внеаудиторной деятельности обучающихся

Внеаудиторная деятельность обучающегося по данной дисциплине предполагает самостоятельный поиск информации, необходимой, во-первых, для выполнения заданий самостоятельной работы и, во-вторых, подготовку к текущей и промежуточной аттестации. Важную роль в освоении дисциплины играет самостоятельная работа. Самостоятельная работа направлена на подготовку к практическим занятиям, а также на получение дополнительной информации по изучаемой теме, самообразование и совершенствование знаний в каком-либо вопросе. Успешная организация времени по усвоению данной дисциплины во многом зависит от наличия у обучающегося умения самоорганизовать себя и своё время для выполнения предложенных домашних заданий.

Подготовка к зачету с оценкой

В процессе подготовки к зачету обучающемуся рекомендуется так организовать свою учебу, чтобы все виды работ и заданий, предусмотренные рабочей программой, были выполнены в срок. Основное в подготовке к зачету - это повторение всего материала учебной дисциплины. В дни подготовки к зачету необходимо избегать чрезмерной перегрузки умственной работой, чередуя труд и отдых. При подготовке к сдаче зачета старайтесь весь объем работы распределять равномерно. При подготовке к зачету целесообразно повторять пройденный материал в строгом соответствии с учебной программой, примерным перечнем учебных вопросов, заданий, которые выносятся на зачет и содержащихся в данной программе.

Разработчики:

<u>АНО ВО «РХГА», каф. психологии, (место работы)</u>	<u>Ст. преп. каф. психологии (должность, уч. степень, звание)</u>	<u>(подпись)</u>	<u>Энгельке М.М. (ФИО)</u>
---	---	------------------	--------------------------------

Заведующий кафедрой психологии:

<u>канд. психол.наук, доцент (уч. степень, звание)</u>	<u>(подпись)</u>	<u>Вахрушева И.А. (ФИО)</u>
--	------------------	---------------------------------

