

УТВЕРЖДАЮ

Проректор БГУ
(название учреждения высшего образования)

А.В. Данильченко
(подпись) (И.О.Фамилия)

30.05.2014 г.
(дата утверждения)

Регистрационный № УД-2014-1742/р.

Психологические тренинги

(название дисциплины)

Учебная программа (рабочий вариант) для специальности:

1-86 01 01 Социальная работа
(код специальности) (наименование специальности)

Факультет гуманитарный
(название факультета)

Кафедра общей и клинической психологии
(название кафедры)

Курс (курсы) 4

Семестр (семестры) 7

Лекции 32/10
(количество часов)

Экзамен _____
(семестр)

Практические (семинарские)
занятия 36/24
(количество часов)

Зачет 7
(семестр)

Лабораторные
занятия _____
(количество часов)

Курсовой проект (работа) _____
(семестр)

КСР _____
(количество часов)

Всего аудиторных часов по дисциплине
68/34
(количество часов)

Всего часов
по дисциплине 70/54
(количество часов)

Форма получения высшего
образования очная/заочная

Составил(а) И.В.Басинская, ст.преподаватель
(И.О.Фамилия, степень, звание)

Учебная программа составлена на основе _____
(название типовой учебной
_____ программы (учебной программы (см. разделы 5-7 Порядка)), дата утверждения,
регистрационный номер)

Рассмотрена и рекомендована к утверждению на заседании кафедры

(название кафедры)

(дата, номер протокола)

Заведующий кафедрой

(подпись)

(И.О.Фамилия)

Одобрена и рекомендована к утверждению учебно-методической (методической)
комиссией _____ факультета/общеуниверситетской
кафедры

(дата, номер протокола)

Председатель

(подпись)

(И.О.Фамилия)

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Подготовка специалистов по социальной работе предполагает включение в нее широкого спектра специальных дисциплин (общая психология, дифференциальная психология, психология личности, психология развития и др.) и в их числе «Психологические тренинги», знание последней способствует оптимизации профессиональной деятельности социальных работников.

Цель дисциплины – формирование у студентов целостного представления о психологическом тренинге как методе индивидуальной и групповой работы, об организации и проведении тренинговых занятий различной направленности, об эффективном использовании психотехнических средств в ходе проведения тренинга, формирование устойчивой мотивации к самообразованию, способности к нормотворчеству и рефлексивному мышлению.

Задачи дисциплины:

- расширить аппарат понятийного и проблемного мышления у студентов;
- обозначить систему основных понятий и категорий активных методов групповой и индивидуальной работы;
- дать сведения об истории возникновения данного направления в психологии, этапах его становления и новых тенденциях развития;
- обучить различным активным методам групповой и индивидуальной работы;
- познакомить студентов с различными формами организации тренинга;
- сформировать навыки разработки тренинговой программы;
- дать представление о работе ведущего тренинговой группы.
- сформировать у обучающихся навыки конструктивного коллективного обсуждения проблемных вопросов и ситуаций;
- повысить мотивацию к обучению, получению новых знаний;
- воспитать позитивные личностные качества: терпение, самоорганизованность, толерантность, лидерские качества.

Студенты, завершившие изучение данной дисциплины, должны:

Знать:

- современные определения, классификации методов групповой работы;
- виды тренингов, основные методы работы в тренинге;
- основные принципы формирования тренинговой группы;
- закономерности формирования структуры группы в ходе тренинга, типы поведения участников в группе, понятие и механизмы групповой динамики, их действие в тренинговой группе;
- типы тренинговых упражнений и требования к ним;
- причины и меры профилактики психологических травм в процессе тренинга.

Уметь:

- использовать различные активные методы групповой и индивидуальной работы;
- использовать активные методы обучения в конкретных профессиональных целях;
- оценивать способы и результаты своих профессиональных действий;
- самостоятельно разрабатывать программу психологического тренинга в зависимости от поставленных целей и с учетом специфики группы.

Владеть:

- навыками адекватного применения активных методов для становления и развития личности, как в отдельности, так и личности, как участника тренинговых групп;
- различными методами работы в тренинге (групповая дискуссия, ролевая и деловая игра, психотехнические упражнения и приемы),
- различными стилями руководства тренинговой группой.

Составной частью курса является проведение лабораторных занятий.

Учебной программой предусмотрено лекций – 32 часа, лабораторных занятий – 36 часов.

Итоговый контроль – зачет.

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО МАТЕРИАЛА

№п/п	Наименование разделов, тем	Количество часов*				Самост. работа
		Аудиторные				
		Лекции	Практич., семинар.	Лаб. занят.	КСР	
1	Общее понятие о психологическом тренинге. Виды тренингов	6				
2	Формирование тренинговой группы. Структура тренинговой группы	2				
3	Групповая динамика в тренинговой группе	4				
4	Методы работы в тренинге. Групповая дискуссия, ролевая игра, тренинговые (психотехнические) упражнения	4		2		
5	Оценка надежности	2		2		
6	Тренинг эвристических способностей	2		18		
7	Тренинг эмоционального интеллекта	2		6		
8	Этапы организации тренинга. Разработка программы тренинга	4		4		
9	Функции психотренера и стили руководства группой	4		2		
10	Личность ведущего и ее влияние на групповой процесс	2		2		
Итого:		32		36		

Номер раздела, темы, занятия	Название раздела, темы, занятия; перечень изучаемых вопросов	Количество аудиторных часов				Материальное обеспечение занятия (наглядные, методические пособия и др.)	Литература	Формы контроля знаний
		лекции	практические (семинарские) занятия	лабораторные занятия	контролируемая самостоятельная работа студента			
1	2	3	4	5	6	7	8	9
1	Общее понятие о психологическом тренинге. Виды тренингов	6					[1], [5], [7], [10]	
1.1.	Значение термина «Тренинг».							
1.2.	Функции психологического тренинга.							
1.3.	Специфика проведения психологического тренинга.							
1.4.	Виды тренингов							
2	Формирование тренинговой группы. Структура тренинговой группы	2					[4], [5], [6], [14], [23]	
2.1.	Формирование тренинговой группы. Зависимость состава группы от ее вида и целей.							
2.2.	Типы поведения участников в группе.							
2.3.	Структура тренинговой группы. Виды групповых ролей и их распределение в группе.							
3	Групповая динамика в тренинговой группе	4					[4], [5], [16]	
3.1.	Общее понятие о групповой динамике. Механизмы групповой динамики.							
3.2.	Различные подходы к выделению этапов развития тренинговой группы.							
3.3.	Способы активизации групповой динамики и управления её.							
4	Методы работы в тренинге. Групповая дискуссия, ролевая игра, тренинговые (психотехнические) упражнения	4		2			[1], [4]-[23]	
4.1.	Групповая дискуссия как метод обучения.							
4.2.	Понятие игры, проблема определения. Основные							

	точки зрения на игру в современном научном знании.							
4.3.	Деловая игра, история ее возникновения.							
4.4.	Метод ролевой игры. Цели и задачи ролевой игры.							
4.5.	Типы упражнений. Требования к тренинговым упражнениям.							
5	Оценка надежности	2		2			[2], [3]	
5.1.	Понятие о надежности и ее поведенческих проявлениях							
5.2.	Опросник оценки поведенческой надежности (применительно к учебной деятельности)							
6	Тренинг эвристических способностей	2		18			[5], [6], [8]- [10], [12], [13], [15], [18], [20], [21], [30], [33], [36]	
6.1.	Понятие об эвристических способностях и их структуре. Эвристические методы и возможности их использования в социальной работе.							
6.2.	Внимание (виды внимания, характеристики внимания, формирование внимания: сенсорно-моторные упражнения).							
6.3.	Тренинг когнитивных качеств (развитие вербально-логического и пространственно-комбинаторного мышления в процессе решения задач, развитие навыков постановки и разрешения проблемных ситуаций, Ситуационный анализ)							
6.4.	Тренинг креативных качеств (инерция мышления, решение задач по преодолению инерции мышления, дивергентные задачи, креативные методы: «Интеллект-карты», «Мозговой штурм», «Шесть шляп»)							

6.5.	Тренинг оргдеятельностных качеств							
7	Тренинг эмоционального интеллекта	2		6			[4], [19], [26]- [28], [37]	
7.1.	Понятие об эмоциональном интеллекте. «Школы» эмоционального интеллекта.							
7.2.	Инструменты измерения эмоционального интеллекта. Опросник на эмоциональный интеллект ЭМИн (Д. В. Люсин).							
7.3	Задачи и упражнения на развитие внутриличностного и межличностного эмоционального интеллекта.							
8	Этапы организации тренинга. Разработка программы тренинга	4		4			[4] - [6], [11], [20], [23]	
8.1.	Этапы организации тренинга: постановка цели и задач. Выбор формы (вида) тренинга.							
8.2.	Определение методов измерения тренингового воздействия на участников группы.							
8.3.	Разработка программы тренинга: выбор основной сферы воздействия (когнитивной, эмоциональной, поведенческой), распределение задач по тренинговым дням (составление тематического плана тренинга), подбор упражнений, позволяющих решать поставленные задачи, определение условий, необходимых для проведения тренинга, и необходимых средств.							
9	Функции психотренера и стили руководства группой	4		2			[7], [9], [13]	
9.1.	Функции (задачи) руководителя группы.							
9.2.	Поведенческие роли психотренера: эксперт, катализатор, дирижёр, активный (идеальный) партнёр.							
9.3.	Взаимосвязь выбора стиля руководства и целей тренинга. Стили руководства и ведения группы. Типологии тренеров.							

10	Личность ведущего и ее влияние на групповой процесс	2		2			[5], [7], [9], [20]	
10.1.	Личностные качества, необходимые психотренеру.							
10.2.	Проблема гибкости поведения психотренера.							
10.3.	Этические принципы работы тренера.							

Учебно-методическая карта

Вопросы к зачету

1. Понятие психологического тренинга; его сходство с другими видами 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. Деловая игра как метод групповой работы
9. Ролевая игра как метод групповой работы.
10. Эвристические способности: определение, структура
11. Задачи и упражнения на развитие эвристических способностей.
12. Эмоциональный интеллект: определение, история развития.
13. Инструменты определения эмоционального интеллекта.
14. Задания и упражнения на развитие эмоционального интеллекта.
15. Основные принципы формирования тренинговой группы.
16. Типы поведения участников в группе. Групповые роли.
17. Формирование структуры группы.
18. Понятие групповой динамики применительно к тренинговой группе.
19. Механизмы групповой динамики и их действие в тренинговой группе.
20. Фазы развития группы, их особенности (различные подходы).
21. Типы тренинговых упражнений и требования к ним.
22. Групповые нормы и правила, их влияние на группу.
23. Рефлексия, обратная связь и другие элементы групповой работы.
24. Причины и профилактика психологических травм в процессе тренинга.
25. Функции психотренера в группе.
26. Стили руководства группой.
27. Необходимые психотренеру личностные качества.

Литература

Основная:

1. Андреева О.С. «Психотехники и тренинги (организация и проведение тренинговых занятий)». Учебное пособие. - Тюмень, изд-во ТюмГУ, 2010.
2. Басинская И.В. Оценка поведенческой надежности // Когнитивная психотерапия: вчера, сегодня, завтра: сборник тезисов I Научно-практ. конф. с междунар. участ., 5-7 окт. 2012 г., Санкт-Петербург /редкол.: Р.К.Назыров [и др.]. – СПб.: С-Петерб. научно-исслед. психоневролог. инст. им. В.М.Бехтерева и Российская Психотерапевт.Ассоц. (РПА), 2012. – С.9-10.
3. Бодров В.А., Орлов В.Я. Психология и надежность: человек в системах управления техникой. — М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 1998. — 288 с.
4. Большаков В.Ю. “Психотренинг: социодинамика, упражнения, игры”. - Санкт-Петербург, 1996.
5. Боно Э. Серьезное творческое мышление. - Минск.: ООО "Попурри", 2005. - 416 с.:ил.
6. Бьюзен Т. Интеллект-карты для бизнеса / Т.Бьюзен, К.Гриффитс; пер с англ. Белошеев О.Г. – Минск.: «Попурри», 2011. – 320 с.: ил.
7. Вачков И.В. «Основы технологии группового тренинга. Психотехники: учебное пособие». - М., изд-во «Ось-89», 2005.
8. Вуджек Т. Тренировка ума (Упражнения для развития повышенного интеллекта). – СПб.: Питер Пресс, 1996. – 288с. – (Серия «Сам себе психолог»).
9. Головоломки своими руками./ Сост. Н. Н. Докучаева. — СПб.: Кристалл, 1997. — 224 с , ил.
10. де Боно Э. Шесть шляп мышления. – СПб.: Питер Паблишинг, 1997. – 256 с. – (Серия «Тренировка ума»).
11. Зайцева Т.В. Теория психологического тренинга. Психологический тренинг как инструментальное действие. – СПб.: Речь, 2002. – 80с.
12. Коняхин А.В. Тренинг интеллектуальных способностей: задачи и упражнения. – СПб: Питер, 2008. – 128 с.: ил.
13. Кремень М.А. Упражнения на развитие интеллекта, логического и нестандартного мышления / М.А.Кремень. – Минск: Издательский дом «Мир счастливой семьи», 2011. – 152 с.
14. Леванова Е.А., Соболева А.Н., Плешаков В.А., Голышев Г.С. Игра в тренинге. Личный помощник тренера. – СПб.: Питер, 2011. – 368с.
15. Пашукова Т.И. Практикум по общей психологии. Учебное пособие для студентов педагогических вузов / Т.И. Пашукова, А.И. Допира, Г.В.Дьяконов - М.: Из-во «Институт практической психологии», 1996. – 144с.
16. «Психогимнастика в тренинге» /под ред. Хрящевой Н.Ю. - СПб, Речь, 2001.
17. Рудестам К. “Групповая психотерапия”. - М., 2007.
18. Серебряков В. Напряги мозги: 350 головоломок / Виктор Серебряков; пер. с англ. Е.Ю.Гупало, А.В. Банкрашкова. – М.: АСТ: Астрель, 2007. – 508 с.: ил.

- 19.Тримаскина И.В., Тарантин Д.Б., Матвиенко С.В. Тренинг эмоционального интеллекта и развития личной эффективности. – СПб.: Речь, 2010. – 157с.
- 20.Хуторской А.В. Дидактическая эвристика: Теория и технология креативного обучения. М.: Издательство МГУ, 2003. – 162с.
- 21.Цзен Н.В., Пахомов Ю.В. Психотренинг: игры и упражнения. – М.: Физкультура и спорт, 1988. – 272с.
- 22.Шепелева Л.Н. Программы социально-психологических тренингов. – СПб.: Питер, 2008. – 160с.

Дополнительная:

- 23.Большаков В.Ю. Психотренинг. Социодинамика, игры, упражнения. – СПб.: Служба доверия, 1994. – С.27-44.
- 24.Вачков И.В., Дерябо С.Д., Окна в мир тренинга: методологические основы субъектного подхода к групповой работе, СПб, «Речь», 2004 г.
25. Зинкеевич-Евстигеева Т., Фролов Д., Грабенко Т. Технология создания команды. СПб., 2004 г.
- 26.Иванилов И. Тренинг «Эмоциональная компетентность в бизнесе». – СПб.: Речь, 2007. – 49с.
27. Игры: обучение, тренинг, досуг. В 4-х книгах. Под ред. Петрусинского В.В. М., 1994 г.
- 28.Казанский О.А. Игры в самих себя. М., 1995 г.
- 29.Кипнис М. Тренируем интеллект, эффективные стили общения и креативного поведения. – М.: АСТ, СПб.: Прайм-ЕВРОЗНАК, 2009. – 182с.
- 30.Латыпов Н.Н. Путеводитель по извилинам. Тренинг интеллекта / Нурали Латыпов. – М.: Вече, 2010. – 408 с.
31. Могилёвкин Е.А. Карьерный рост: диагностика, технологии, тренинг. Монография. – СПб.: Речь, 2007.- 336с.
- 32.Нуар М. Зубочистка для мозга / М.Нуар, Б.Крузиль; пер. с англ. П.А.Самсонов. – 2-е изд., испр. – Минск: «Попурри», 2008. – 224 с.: ил.
- 33.Паундстоун У. Как сдвинуть гору Фудзи? Подходы ведущих мировых компаний к поиску талантов / Уильям Паундстоун; пер. с англ. – изд. 2-е. – М.: Альпина Бизнес Букс, 2008. – 272 с.
34. Рай Л. Развитие навыков тренинга. – СПб.: Питер, 2003.
35. Сидоренко Е.В. Тренинг коммуникативной компетентности в деловом взаимодействии. – СПб.: Речь, 2003. – С. 69 – 73, 101 – 187.
36. Холл Д. Стань первым! Как повысить ваши способности в несколько раз. - М., 1996. – 448 с.
37. Черкасова Н.Л., Бабицкая С.И. Сценарий занятий, групп, психокоррекций. Тюмень, 1994 г.

**ПРОТОКОЛ
СОГЛАСОВАНИЯ УЧЕБНОЙ ПРОГРАММЫ ПО ИЗУЧАЕМОЙ УЧЕБНОЙ
ДИСЦИПЛИНЕ С ДРУГИМИ ДИСЦИПЛИНАМИ СПЕЦИАЛЬНОСТИ**

Название дисциплины, с которой требуется согласование	Название кафедры	Предложения об изменениях в содержании учебной программы по изучаемой учебной дисциплине	Решение, принятое кафедрой, разработавшей учебную программу (с указанием даты и номера протокола)*

* При наличии предложений об изменениях в содержании учебной программы по изучаемой учебной дисциплине

ДОПОЛНЕНИЯ И ИЗМЕНЕНИЯ
К УЧЕБНОЙ ПРОГРАММЕ ПО ИЗУЧАЕМОЙ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЕ НА
_____ / _____ **УЧЕБНЫЙ ГОД**

№ п/п	Дополнения и изменения	Основание

Учебная программа пересмотрена и одобрена на заседании кафедры
_____ (протокол № ____ от _____ 200__ г.)
(название кафедры)

Заведующий кафедрой

(степень, звание) (подпись)
(И.О.Фамилия)

УТВЕРЖДАЮ
Декан факультета/Зав.общеуниверситетской кафедрой

(степень, звание) (подпись)
(И.О.Фамилия)