



МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ, НАУКИ И МОЛОДЕЖИ РЕСПУБЛИКИ КРЫМ

Государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования  
Республики Крым  
«Крымский инженерно-педагогический университет имени Февзи Якубова»  
(ГБОУВО РК КИПУ имени Февзи Якубова)

**Кафедра психологии**


СОГЛАСОВАНО

Руководитель ОПОП

 В.Р. Ушакова  
«11» июня 2021 г.

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий кафедрой

 Л.В. Жихарева  
«11» июня 2021 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**  
**Б1.В.07 «Основы ведения психологического тренинга»**

направление подготовки 37.03.01 Психология  
профиль подготовки «Программа широкого профиля»

факультет психологии и педагогического образования

Симферополь, 2021

Рабочая программа дисциплины Б1.В.07 «Основы ведения психологического тренинга» для бакалавров направления подготовки 37.03.01 Психология. Профиль «Программа широкого профиля» составлена на основании ФГОС ВО, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 07.08.2014 № 946.

Составитель  
рабочей программы



подпись

А.С.Андреев, проф.

Рабочая программа рассмотрена и одобрена на заседании кафедры психологии  
от 9 июня 20 21 г., протокол № 16

Заведующий кафедрой



подпись

Л.В. Жихарева

Рабочая программа рассмотрена и одобрена на заседании УМК факультета  
психологии и педагогического образования

от 11 июня 20 21 г., протокол № 10

Председатель УМК



подпись

И.В. Зотова

**1.Рабочая программа дисциплины Б1.В.07 «Основы ведения психологического тренинга» для бакалавриата направления подготовки 37.03.01 Психология, профиль подготовки «Программа широкого профиля».**

**2.Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы**

**2.1. Цель и задачи изучения дисциплины (модуля)**

***Цель дисциплины (модуля):***

– формирование у студентов знаний и навыков, необходимых для ведения психологического тренинга

***Учебные задачи дисциплины (модуля):***

– Дать студентам базовые представления о психологических основах тренингового процесса

– Сформировать у студентов основные представления о психологических закономерностях группового тренинга

– Дать студентам представление об основных принципах проведения группового тренинга

– Развить у студентов базовые навыки ведения психологического тренинга

– Показать студентам возможности применения различных подходов в ходе психологического тренинга и познакомить с принципами подобной интеграции

**2.2. Планируемые результаты освоения дисциплины**

Процесс изучения дисциплины Б1.В.07 «Основы ведения психологического тренинга» направлен на формирование следующих компетенций:

ПК-3 - способностью к осуществлению стандартных базовых процедур оказания индивиду, группе, организации психологической помощи с использованием традиционных методов и технологий

ПК-11 - способностью к использованию дидактических приемов при реализации стандартных коррекционных, реабилитационных и обучающих программ по оптимизации психической деятельности человека

ПК-13 - способностью к проведению работ с персоналом организации с целью отбора кадров и создания психологического климата, способствующего оптимизации производственного процесса

ПК-14 - способностью к реализации психологических технологий, ориентированных на личностный рост сотрудников организации и охрану здоровья индивидов и групп

В результате изучения дисциплины студент должен:

**Знать:**

- стандартные базовые процедуры оказания психологической помощи индивиду, группе, организации, работнику как субъекту труда (коллективному субъекту труда), психологические основы социальной работы, ее специфику с различными категориями населения, в том числе с проблемными;
- базовые психологические технологии и дидактические приемы, позволяющие решать типовые задачи в различных областях практики.
- основные психологические теории управления персоналом, принципы планирования и реализации отбора кадров и создания благоприятного психологического климата, типовые психологические технологии, методы и способы работы с персоналом организации, создания позитивного психологического климата, способствующего оптимизации производственного процесса.
- психологические технологии, способствующие личностному и карьерному росту сотрудников организации и охране здоровья, как отдельных работников, так и производственных коллективов в целом.

**Уметь:**

- решать типичные психологические и социально- психологические задачи на основе знания о соответствующих психологических технологиях, воспроизведения стандартных алгоритмов решения, традиционных методов и технологий психологии.
- подбирать и применять адекватные целям коррекционных, реабилитационных и обучающих программ традиционные и инновационные методы и технологии активного социально- психологического обучения.
- разрабатывать коррекционные, реабилитационные и обучающие программы по оптимизации психической деятельности человека. - использовать в работе психолога знания о психологических основах суицидального поведения и предотвращении суицидальных проявлений.
- применять знания о психологических технологиях, позволяющих решать типовые задачи в работе психолога, осуществлять психологическое сопровождение профессиональной деятельности сотрудников организации.

- подбирать адекватные решаемым задачам методы, приемы и психотехнологии, разрабатывать программы, обеспечивающие профессионально-личностный и карьерный рост сотрудников организации, выполнение требований психологической безопасности в труде с учетом инженерно-психологических основ организации рабочего места оператора и эргономических требований к рабочей среде, охрану психологического здоровья работников, предотвращение стрессовых состояний и профессионального выгорания.

### **Владеть:**

- навыками составления консультативных, развивающих, реабилитационных и психокоррекционных программ;
- традиционными методами и технологиями изучения, психокоррекции, психологического сопровождения и оказания психологической помощи при решении типичных задач профессиональной деятельности психолога, а также психосоциальной работы, в том числе групповой.
- технологиями психологического сопровождения и обеспечения производственных процессов
- технологиями психологического сопровождения трудовой деятельности человека и социально-психологического развития организаций;
- навыками использования психологических технологий, направленных на личностную и профессиональную диагностику при отборе кадров, а также диагностику и коррекцию психологического климата, навыками проведения профориентации, профотбора и профессионального консультирования персонала с целью отбора, и оптимальной расстановки кадров, а также обеспечения условий профессионального роста работников
- навыками реализации психологических технологий, ориентированных на профессионально-личностный и карьерный рост сотрудников организации, охрану психологического здоровья отдельного работника и коллектива в целом

### **3. Место дисциплины в структуре ОПОП.**

Дисциплина Б1.В.07 «Основы ведения психологического тренинга» относится к дисциплинам вариативной части учебного плана.

### **4. Объем дисциплины (модуля)**

(в зачетных единицах с указанием количества академических или астрономических часов, выделенных на контактную работу обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий) и на самостоятельную работу обучающихся)

Семестр	Общее кол-во часов	кол-во зач. единиц	Контактные часы						СР	Контроль (время на контроль)
			Всего	лек	лаб. зан.	Прак. т.зан.	сем. зан.	ИЗ		
7	108	3	52			52			29	Экз (27 ч.)
Итого по ОФО	108	3	52			52			29	27
8	108	3	18			18			81	Экз (9 ч.)
Итого по ЗФО	108	3	18			18			81	9

**5. Содержание дисциплины (модуля) (структурированное по темам (разделам) с указанием отведенного на них количества академических или астрономических часов и видов учебных занятий)**

Наименование тем (разделов, модулей)	Количество часов														Форма текущего контроля
	очная форма							заочная форма							
	Всего	в том, числе						Всего	в том, числе						
		л	лаб	пр	сем	ИЗ	СР		л	лаб	пр	сем	ИЗ	СР	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
<b>1. Основы ведения группового тренинга</b>															
Тема 1. Общее представление о психологическом тренинге.	6			2			4	5			1			4	практическое задание
Тема 2. Основы группового психологического тренинга.	6			2			4	6			2			4	практическое задание
Тема 3. Как проводить тренинг (формирование первичных навыков)	5			2			3	2			1			1	практическое задание
Тема 4. Целевые тренинги	6			4			2	2			1			1	практическое задание
Тема 5. Психологические игры в тренинге	4			2			2	10			1			9	практическое задание
Тема 6. Методы психофизической саморегуляции ведущего и профилактика профессионального выгорания	6			4			2	10			1			9	практическое задание

2. Направления групповых тренингов															
Тема 1. Т-группы, группы встреч и экзистенциальные группы. Гештальт-группы. Терапевтический диалог	7			5			2	15			2			13	практическое задание
Тема 2. Когнитивно-поведенческая терапия. Представление о групповом анализе.	7			5			2	13			1			12	практическое задание
Тема 3. Методы и подходы в телесно ориентированной терапии	7			5			2	11			2			9	практическое задание
Тема 4. Методы арт-терапии	7			5			2	11			2			9	практическое задание
Тема 5. Прочие методы	6			4			2	11			2			9	практическое задание
Тема 6. Проведение социально-психологического тренинга	14			12			2	3			2			1	практическое задание
Всего часов за 7 /8 семестр	81			52			29	99			18			81	
Форма промеж. контроля	Экзамен - 27 ч.						Экзамен - 9 ч.								
<b>Всего часов дисциплине</b>	81			52			29	99			18			81	
часов на контроль	27						9								

### 5. 1. Тематический план лекций

(не предусмотрено учебным планом)

### 5. 2. Темы практических занятий

№ занятия	Наименование практического занятия	Форма проведения (актив., интерак.)	Количество часов	
			ОФО	ЗФО
1.	Тема 1. Общее представление о психологическом тренинге. <i>Основные вопросы:</i> 1. Понятие «психологический тренинг»	Интеракт.	2	1

	<p>2. Психотерапевтическая группа</p> <p>3. Коррекционные группы.</p> <p>4. Классификация тренингов по цели</p> <p>5. Классификация тренингов по концептуальной основе.</p> <p>6. Классификация тренингов по применяемым методам.</p> <p>7. Классификация тренингов по временному формату.</p>			
2.	<p>Тема 2. Основы группового психологического тренинга.</p> <p><i>Основные вопросы:</i></p> <p>1. История развития психотехник, применяемых в тренинге.</p> <p>2. Особенности подходов к проведению тренингов в зарубежном опыте и отечественной психологии.</p> <p>3. Специфика тренингов, обусловленная их временным форматом.</p> <p>4. Групповая этика. Правила и нормы. Правила безопасности и правила эффективности.</p> <p>5. Риск и безопасность в групповой работе. Ресурсы развития группы. Требования к ведущему группы.</p>	Интеракт.	2	2
3.	<p>Тема 3. Как проводить тренинг (формирование первичных навыков)</p> <p><i>Основные вопросы:</i></p> <p>1. Формирование атмосферы в группе.</p> <p>2. Представление о групповом процессе. Стадии развития группы.</p> <p>3. Структура тренинга. Принципы построения тренинга. Зависимость структуры тренинга от концепции тренера, численности группы и режима ее работы.</p>	Интеракт.	2	1



	<p>4. Управление групповым процессом: факторы эффективности.</p> <p>5. Планирование времени на проведение занятий и упражнений. Обязательный и вариативный блоки тренинга.</p> <p>6. Профилактика профессионального выгорания ведущего.</p>			
4.	<p>Тема 4. Целевые тренинги</p> <p><i>Основные вопросы:</i></p> <p>1. Основы проведения тренингов сензитивности Понятие сензитивности. Телесная и эмоциональ-ная сензитивность. Социальная сензитивность. Упражнения для развития телесной сензитивно-сти. Упражнения для развития эмоциональной сензитивности. Упражнения для развития соци-альной сензитивности.</p> <p>2. Тренинги социально-психологических умений Представление о социально-психологических умениях. Установление социально-психологического контакта. Развитие отношений и удовлетворение потребностей. Завершение контакта. Ассимиляция приобретенного опыта.</p> <p>3. Тренинги ассертивности Представление об ассертивности. Умения проти-востоять психологическому давлению. Умение осознавать свои потребности. Умение формули-ровать цель. Умение добиваться цели.</p> <p>4. Тренинги решения творческих задач Постановка творческой задачи и её формулиров-ка. Методы решения творческих задач: ТРИЗ, мозговой штурм и интеллектуальные карты.</p>	Интеракт.	4	1

	5. Тренинги самореализации личности Исследование творческого потенциала личности: тесты интересов. Исследование увлечений. Дет-ские устремления. Увлечения и хобби более позднего возраста. Исследование препятствий к самореализации.			
5.	Тема 5. Психологические игры в тренинге <i>Основные вопросы:</i> 1. Область применения игровых методов в психо-логическом тренинге 2. «Разогревающие» (раскрепощающие) игровые психотехники. 3. Игровые психотехники, направленные на развитие креативности. 4. Игровые психотехники, направленные на развитие сплочённости 5. Ролевые игры в деловых тренингах.	Интеракт.	2	1
6.	Тема 6. Методы психофизической саморегуляции ведущего и профилактика профессионального выгорания <i>Основные вопросы:</i> 1. Ресурсы саморегуляции 2. Методы саморегуляции  3. Саморегуляция перед группой 4. Саморегуляция во время группы 5. Саморегуляция после группы	Интеракт.	4	1
7.	Тема 1. Т-группы, группы встреч и экзистенциальные группы. Гештальт-группы. Терапевтический диалог <i>Основные вопросы:</i> 1. Т-группы 2. Принципы организации и специфика внутриг-руппового взаимодействия в группах встреч. 3. Психологические механизмы эффективности групп встреч.	Интеракт.	5	2

	<p>4. Задачи ведущего, как фасилитатора, в группах встреч. .</p> <p>5. Специфика экзистенциально ориентированных групп.</p> <p>6. Специфика гештальт-подхода</p> <p>7. Клиент-ориентированные гештальт-группы.</p> <p>8. Процесс-ориентированные гештальт-группы.</p> <p>9. Универсальные гештальт-группы.</p>			
8.	<p>Тема 2. Когнитивно-поведенческая терапия.</p> <p>Представление о групповом анализе.</p> <p><i>Основные вопросы:</i></p> <p>1. Когнитивно-поведенческая терапия.</p> <p>2. Представление о групповом анализе.</p>	Интеракт.	5	1
9.	<p>Тема 3. Методы и подходы в телесно ориентированной терапии</p> <p><i>Основные вопросы:</i></p> <p>1. Вегетотерапия В. Райха.</p> <p>2. Биоэнергетика А. Лоуэна.</p> <p>3. Осознание через движение М. Фельденкрайза.</p> <p>4. Чувственное осознание Ш. Селвер.</p> <p>5. Биосинтез Д. Боаделлы.</p> <p>6. Бодинамика Л. Марчер.</p> <p>7. Танатотерапия В. Баскакова.</p>	Интеракт.	5	2
10.	<p>Тема 4. Методы арт-терапии</p> <p><i>Основные вопросы:</i></p> <p>1. Общая характеристика арт-терапевтических подходов.</p> <p>2. Рисуночные и живописные методики.</p> <p>3. Специфика лепки из различных материалов.</p> <p>4. Танцедвигательная терапия.</p> <p>5. Голосовая терапия.</p>	Интеракт.	5	2
11.	<p>Тема 5. Прочие методы</p> <p><i>Основные вопросы:</i></p>	Интеракт.	4	2

	1. Психодрама и социодрама. Плэй-бэк и другие терапевтические подходы на театральной основе. 2. Трансактный анализ: основные понятия и пси-хотехники. 3. Представление о системной семейной терапии. Семейные системные расстановки по Б. Хеллин-геру. Метод генограмм. 4. Представление о трансперсональном подходе в психотерапии. Ребёфинг и вайвейшн. Голо-тропное дыхание.			
12.	Тема 6. Проведение социально-психологического тренинга <i>Основные вопросы:</i> Проведение социально-психологического тренинга	Интеракт.	12	2
	<b>Итого</b>		<b>52</b>	<b>18</b>

### 5. 3. Темы семинарских занятий

(не предусмотрены учебным планом)

### 5. 4. Перечень лабораторных работ

(не предусмотрено учебным планом)

### 5. 5. Темы индивидуальных занятий

(не предусмотрено учебным планом)

## 6. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю)

Самостоятельная работа по данной дисциплине включает такие формы работы как: подготовка к практическому занятию; подготовка к экзамену.

### 6.1. Содержание самостоятельной работы студентов по дисциплине (модулю)

№	Наименование тем и вопросы, выносимые на самостоятельную работу	Форма СР	Кол-во часов	
			ОФО	ЗФО
1	Тема 1. Общее представление о психологическом тренинге. Основные вопросы: Общее представление о психологическом тренинге.	подготовка к практическому занятию	4	4

2	<p>Тема 2. Основы группового психологического тренинга.</p> <p>Основные вопросы:          Основы группового психологического тренинга.</p>	подготовка к практическому занятию	4	4
3	<p>Тема 3. Как проводить тренинг (формирование первичных навыков)</p> <p>Основные вопросы:          Как проводить тренинг (формирование первичных навыков)</p>	подготовка к практическому занятию	3	1
4	<p>Тема 4. Целевые тренинги</p> <p>Основные вопросы:</p> <p>1. Основы проведения тренингов сензитивности</p> <p>Понятие сензитивности. Телесная и эмоциональ-ная сензитивность. Социальная сензитивность. Упражнения для развития телесной сензитивно-сти. Упражнения для развития эмоциональной сензитивности. Упражнения для развития соци-альной сензитивности.</p> <p>2. Тренинги социально-психологических умений</p> <p>Представление о социально-психологических умениях. Установление социально-психологического контакта. Развитие отношений и удовлетворение потребностей. Завершение контакта. Ассимиляция приобретенного опыта.</p>	подготовка к практическому занятию	2	1
5	<p>Тема 5. Психологические игры в тренинге</p> <p>Основные вопросы:</p> <p>1. Область применения игровых методов в психо-логическом тренинге</p>	подготовка к практическому занятию	2	9
6	<p>Тема 6. Методы психофизической саморегуляции ведущего и профилактика профессионального выгорания</p> <p>Основные вопросы:</p> <p>1. Ресурсы саморегуляции</p> <p>2. Методы саморегуляции</p>	подготовка к практическому занятию	2	9

	3. Саморегуляция перед группой			
7	<p>Тема 1. Т-группы, группы встреч и экзистенциальные группы. Гештальт-группы. Терапевтический диалог</p> <p>Основные вопросы:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Т-группы</li> <li>2. Принципы организации и специфика внутригруппового взаимодействия в группах встреч.</li> <li>3. Психологические механизмы эффективности групп встреч.</li> <li>4. Задачи ведущего, как фасилитатора, в группах встреч. .</li> <li>5. Специфика экзистенциально ориентированных групп.</li> </ol>	подготовка к практическому занятию	2	13
8	<p>Тема 2. Когнитивно-поведенческая терапия. Представление о групповом анализе.</p> <p>Основные вопросы:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Когнитивно-поведенческая терапия.</li> <li>2. Представление о групповом анализе.</li> </ol>	подготовка к практическому занятию	2	12
9	<p>Тема 3. Методы и подходы в телесно ориентированной терапии</p> <p>Основные вопросы:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Вегетотерапия В. Райха.</li> <li>2. Биоэнергетика А. Лоуэна.</li> <li>3. Осознание через движение М. Фельденкрайза.</li> <li>4. Чувственное осознание Ш. Селвер.</li> </ol>	подготовка к практическому занятию	2	9
10	<p>Тема 4. Методы арт-терапии</p> <p>Основные вопросы:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Общая характеристика арт-терапевтических подходов.</li> <li>2. Рисуночные и живописные методики.</li> <li>3. Специфика лепки из различных материалов.</li> </ol>	подготовка к практическому занятию	2	9
11	<p>Тема 5. Прочие методы</p> <p>Основные вопросы:</p>	подготовка к практическому занятию	2	9

	1. Психодрама и социодрама. Плэй-бэк и другие терапевтические подходы на театральной основе.			
12	Тема 6. Проведение социально-психологического тренинга Основные вопросы: Проведение социально-психологического тренинга	подготовка к практическому занятию	2	1
	<b>Итого</b>		<b>29</b>	<b>81</b>

## 7. Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю)

### 7.1. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы

Дескрипторы	Компетенции	Оценочные средства
<b>ПК-3</b>		
<b>Знать</b>	стандартные базовые процедуры оказания психологической помощи индивиду, группе, организации, работнику как субъекту труда (коллективному субъекту труда), психологические основы социальной работы, ее специфику с различными категориями населения, в том числе с проблемными	практическое задание
<b>Уметь</b>	решать типичные психологические и социально-психологические задачи на основе знания о соответствующих психологических технологиях, воспроизведения стандартных алгоритмов решения, традиционных методов и технологий психологии.	практическое задание
<b>Владеть</b>	навыками составления консультативных, развивающих, реабилитационных и психокоррекционных программ	экзамен
<b>ПК-11</b>		

<b>Знать</b>	базовые психологические технологии и дидактические приемы, позволяющие решать типовые задачи в различных областях практики.	практическое задание
<b>Уметь</b>	подбирать и применять адекватные целям коррекционных, реабилитационных и обучающих программ традиционные и инновационные методы и технологии активного социально- психологического обучения.	практическое задание
<b>Владеть</b>	традиционными методами и технологиями изучения, психокоррекции, психологического сопровождения и оказания психологической помощи при решении типичных задач профессиональной деятельности психолога, а также психосоциальной работы, в том числе групповой.	экзамен
<b>ПК-13</b>		
<b>Знать</b>	основные психологические теории управления персоналом, принципы планирования и реализации отбора кадров и создания благоприятного психологического климата, типовые психологические технологии, методы и способы работы с персоналом организации, создания позитивного психологического климата, способствующего оптимизации производственного процесса.	практическое задание
<b>Уметь</b>	разрабатывать коррекционные, реабилитационные и обучающие программы по оптимизации психической деятельности человека. - использовать в работе психолога знания о психологических основах суицидального поведения и предотвращении суицидальных проявлений.	практическое задание



<b>Владеть</b>	технологиями психологического сопровождения и обеспечения производственных процессов; навыками использования психологических технологий, направленных на личностную и профессиональную диагностику при отборе кадров, а также диагностику и коррекцию психологического климата, навыками проведения профориентации, профотбора и профессионального консультирования персонала с целью отбора, и оптимальной расстановки кадров, а также обеспечения условий профессионального роста работников	экзамен
<b>ПК-14</b>		
<b>Знать</b>	психологические технологии, способствующие личностному и карьерному росту сотрудников организации и охране здоровья, как отдельных работников, так и производственных коллективов в целом.	практическое задание
<b>Уметь</b>	применять знания о психологических технологиях, позволяющих решать типовые задачи в работе психолога, осуществлять психологическое сопровождение профессиональной деятельности сотрудников организации.; подбирать адекватные решаемым задачам методы, приемы и психотехнологии, разрабатывать программы, обеспечивающие профессионально-личностный и карьерный рост сотрудников организации, выполнение требований психологической безопасности в труде с учетом инженерно-психологических основ организации рабочего места оператора и эргономических требований к рабочей среде, охрану психологического здоровья работников, предотвращение стрессовых состояний и профессионального выгорания.	практическое задание

<b>Владеть</b>	технологиями психологического сопровождения трудовой деятельности человека и социально-психологического развития организаций; навыками реализации психологических технологий, ориентированных на профессионально-личностный и карьерный рост сотрудников организации, охрану психологического здоровья отдельного работника и коллектива в целом	экзамен
----------------	--	---------

## 7.2. Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания

Оценочные средства	Уровни сформированности компетенции			
	Компетентность несформирована	Базовый уровень компетентности	Достаточный уровень компетентности	Высокий уровень компетентности
практическое задание	Незнание большей части соответствующего вопроса, присутствуют ошибки в формулировке определений и правил, искажающие их смысл, материал излагается непоследовательно.	Знание и понимание основных положений данной темы присутствует, однако материал излагается неполно, и допускаются неточности в определении понятий или формулировке правил.	Материал излагается в полном объеме, однако присутствуют 1-2 неточности; соблюдаются все лексико-грамматические и стилистические нормы; присутствует правильное определение нескольких основных понятий.	Материал излагается полно, последовательно, соблюдаются все лексико-грамматические и стилистические нормы; присутствует правильное определение всех основных понятий.

экзамен	Не раскрыт полностью ни один теоретический вопрос, практическое задание не выполнено или выполнено с грубыми ошибками	Теоретические вопросы раскрыты с замечаниями, однако логика соблюдена. Практическое задание выполнено, но с замечаниями.	Теоретические вопросы раскрыты с незначительными замечаниями, логика соблюдена. Практическое задание выполнено.	Теоретические вопросы полностью раскрыты, логика соблюдена. Практическое задание выполнено.
---------	---	--	---	---

### **7.3. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы**

#### **7.3.1. Примерные практические задания**

1. Социально-психологический тренинг как метод практической психологии.
2. История развития групповых методов практической психологии.
3. Понятие групповой сплоченности. Факторы, влияющие на сплоченность в группе.
4. Интерактивные игры как средство групповой психологической работы.
5. Виды психологических тренингов. Критерии классификации.
6. Характеристика личности группового тренера. Подготовка ведущих тренинговых групп.
7. Диагностика и коррекция тревожности методами социально-психологического тренинга.
8. Игра как средство психокоррекции.
9. Психокоррекция страхов средствами социально-психологического тренинга.
10. Психокоррекционное воздействие сказок в рамках социально-психологического тренинга.

#### **7.3.2. Вопросы к экзамену**

1. Определение группового тренинга.
2. Психотерапевтическая группа
3. Групповая психокоррекция
4. Групповое психологическое консультирование
5. Классификация тренингов по цели
6. Классификация тренингов по концептуальной основе.

- 7.Классификация тренингов по применяемым методам.
- 8.Краткая история групповых тренингов
- 9.Классификация тренингов по временнОму формату
- 10.Особенности подходов к проведению тренингов в зарубежном опыте и отечественной психологии.
11. Специфика тренингов, обусловленная их временным форматом.
- 12.Внутригрупповая этика
- 13.Формирование атмосферы в группе.
- 14.Компетентности ведущего группы
- 15.Стадии развития группового процесса
- 16.Управление групповым процессом: факторы эффективности
- 17.Цели и области применения групповых психологических тренингов.
- 18.Компоненты группового тренинга
- 19.Конфронтация с клиентом и психологическая поддержка
- 20.Факторы риска в групповой работе
- 21.Обеспечение безопасности в групповом тренинге
- 22.Саморегуляция и профилактика профессионального выгорания ведущего.
- 23.Область применения игровых методов в психологическом тренинге
- 24.«Разогревающие» (раскрепощающие) игровые психотехники.
- 25.Игровые психотехники, направленные на развитие креативности.
- 26.Игровые психотехники, направленные на развитие сплочённости
- 27.Ролевые игры в деловых тренингах.
- 28.Ресурсы саморегуляции
29. Методы саморегуляции
30. Саморегуляция перед группой
31. Саморегуляция во время группы
32. Саморегуляция после группы
- 33.Основы проведения тренингов сензитивности
- 34.Тренинги социально-психологических умений
- 35.Тренинги ассертивности
- 36.Тренинги решения творческих задач
- 37.Тренинги самореализации личности
- 38.Рациональный подход к коррекции психики
39. КПТ 3-ей волны
- 40.Психокоррекция в "группах встреч"
- 41.Специфика групп экзистенциальной направленности
- 42.Гештальт-группы
- 43.Характерные черты группового анализа
- 44.Общая характеристика телесно-ориентированных методов групповой работы
- 45.Вегетотерапия В. Райха.

- 46.Биоэнергетика А. Лоуэна.
- 47.Осознание через движение М. Фельденкрайза.
- 48.Чувственное осознание Ш. Селвер.
- 49.Биосинтез Д. Боаделлы.
- 50.Бодинамика Л. Марчер.
- 51.Танатотерапия В. Баскакова
- 52.Общая характеристика арт-терапевтических подходов.
- 53.Рисуночные и живописные методики
- 54.Специфика лепки из различных материалов.
- 55.Танцедвигательная терапия.
- 56.Голосовая терапия.
- 57.Психодрама и социодрама. Плэй-бэк и другие терапевтические подходы на театральной основе.
- 58.Трансактный анализ: основные понятия и психотехники.
- 59.Представление о системной семейной терапии.
- 60.Семейные системные расстановки по Б. Хеллингеру.
- 61.Метод генограмм.
62. Общая характеристика трансперсонального подхода в психотерапии
- 63.Голотропное дыхание.
- 64.Ребёфинг и вайвейшн.

**7.4. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций.**

**7.4.1. Оценивание практического задания**

Критерий оценивания	Уровни формирования компетенций		
	Базовый	Достаточный	Высокий
Знание теоретического материала по предложенной проблеме	Теоретический материал усвоен	Теоретический материал усвоен и осмыслен	Теоретический материал усвоен и осмыслен, может быть применен в различных ситуациях по необходимости
Овладение приемами работы	Студент может применить имеющиеся знания для решения новой задачи, но необходима помощь преподавателя	Студент может самостоятельно применить имеющиеся знания для решения новой задачи, но возможно не более 2 замечаний	Студент может самостоятельно применить имеющиеся знания для решения новой задачи

Самостоятельность	Задание выполнено самостоятельно, но есть не более 3 замечаний	Задание выполнено самостоятельно, но есть не более 2 замечаний	Задание выполнено полностью самостоятельно
-------------------	--	--	--

#### 7.4.2. Оценивание экзамена

Критерий оценивания	Уровни формирования компетенций		
	Базовый	Достаточный	Высокий
Полнота ответа, последовательность и логика изложения	Ответ полный, но есть замечания, не более 3	Ответ полный, последовательный, но есть замечания, не более 2	Ответ полный, последовательный, логичный
Правильность ответа, его соответствие рабочей программе учебной дисциплины	Ответ соответствует рабочей программе учебной дисциплины, но есть замечания, не более 3	Ответ соответствует рабочей программе учебной дисциплины, но есть замечания, не более 2	Ответ соответствует рабочей программе учебной дисциплины
Способность студента аргументировать свой ответ и приводить примеры	Ответ аргументирован, примеры приведены, но есть не более 3 несоответствий	Ответ аргументирован, примеры приведены, но есть не более 2 несоответствий	Ответ аргументирован, примеры приведены
Осознанность излагаемого материала	Материал усвоен и излагается осознанно, но есть не более 3 несоответствий	Материал усвоен и излагается осознанно, но есть не более 2 несоответствий	Материал усвоен и излагается осознанно
Соответствие нормам культуры речи	Речь, в целом, грамотная, соблюдены нормы культуры речи, но есть замечания, не более 4	Речь, в целом, грамотная, соблюдены нормы культуры речи, но есть замечания, не более 2	Речь грамотная, соблюдены нормы культуры речи
Качество ответов на вопросы	Есть замечания к ответам, не более 3	В целом, ответы раскрывают суть вопроса	На все вопросы получены исчерпывающие ответы

#### 7.5. Итоговая рейтинговая оценка текущей и промежуточной аттестации студента по дисциплине

По учебной дисциплине «Основы ведения психологического тренинга» используется 4-балльная система оценивания, итог оценивания уровня знаний обучающихся предусматривает экзамен. В зачетно-экзаменационную ведомость вносится оценка по четырехбалльной системе. Обучающийся, выполнивший не менее 60 % учебных поручений, предусмотренных учебным планом и РПД, допускается к экзамену. Наличие невыполненных учебных поручений может быть основанием для дополнительных вопросов по дисциплине в ходе промежуточной аттестации. Обучающийся, получивший не менее 3 баллов на экзамене, считается аттестованным.

### **Шкала оценивания текущей и промежуточной аттестации студента**

Уровни формирования компетенции	Оценка по четырехбалльной шкале
	для экзамена
Высокий	отлично
Достаточный	хорошо
Базовый	удовлетворительно
Компетенция не сформирована	неудовлетворительно

## **8. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины (модуля)**

### **Основная литература.**

№ п/п	Библиографическое описание	Тип (учебник, учебное пособие, учебно-метод пособие, др.)	Кол-во в библи.
1.	Ростомашвили, И. Е. Психологический тренинг партнерского общения подростков с ограниченными возможностями здоровья при инклюзивном обучении : учебно-методическое пособие / И. Е. Ростомашвили, Т. А. Колосова. - Санкт-Петербург : КАРО, 2014. - 96 с.	Учебно-методические пособия	<a href="https://e.lanbook.com/book/97798">https://e.lanbook.com/book/97798</a>
2.	Петрушин С.В. Психологический тренинг в многочисленной группе. Методика развития компетентности в общении в группах от 40 до 100 человек. Академический Проект, 2010 г.		<a href="http://www.iprb-bookshop.ru/60368">http://www.iprb-bookshop.ru/60368</a>

3.	Белогай, К. Н. Психологический тренинг как технология помощи семье : учебное пособие / К. Н. Белогай, С. А. Дранишников. - Кемерово : КемГУ, 2014. - 230 с.	Учебные пособия	<a href="https://e.lanbook.com/book/61409">https://e.lanbook.com/book/61409</a>
----	---	-----------------	---

### Дополнительная литература.

№ п/п	Библиографическое описание	Тип (учебник, учебное пособие, учебно-метод пособие, др.)	Кол-во в библи.
1.	Акимова А. Р. Психология тренинга: исследования субъективных и объективных компонентов эффективности [Электронный ресурс]. - Москва: ФЛИНТА, 2014. - 119 с.	учебное пособие	<a href="http://e.lanbook.com/books/element.php?pl1_id=63060">http://e.lanbook.com/books/element.php?pl1_id=63060</a>
2.	Старшенбаум Г.В. Тренинг навыков практического психолога. Интерактивный учебник. Игры, тесты, упражнения. Вузовское образование, 2015 г.	Учебник	<a href="http://www.iprbbookshop.ru/31712">http://www.iprbbookshop.ru/31712</a>

### 9. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины (модуля)

1. <http://www.voppsy.ru/> - Журнал ВАК «Вопросы психологии»
2. <http://psystudy.ru/> - «Психологические исследования»
3. <http://psyedu.ru/index.phtml> - «Психологическая наука и образование»
4. <http://psyjournal.ru/> - «Журнал практической и психоанализа»
5. <http://psychologies.ru> – Популярный журнал по психологии
6. <http://psyjournal.ru/> - Научно-практический портал электронных публикаций
7. Электронная библиотека МИАПП
8. <http://rsl.ru> – Российская научная библиотека
9. <http://pedlib.ru/> - Электронная библиотека



10.<http://elibrary.ru> – Научная электронная библиотека

## **10. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (модуля)**

### **Общие рекомендации по самостоятельной работе бакалавров**

Подготовка современного бакалавра предполагает, что в стенах университета он овладеет методологией самообразования, самовоспитания, самосовершенствования. Это определяет важность активизации его самостоятельной работы.

Самостоятельная работа формирует творческую активность бакалавров, представление о своих научных и социальных возможностях, способность вычленять главное, совершенствует приемы обобщенного мышления, предполагает более глубокую проработку ими отдельных тем, определенных программой.

Основными видами и формами самостоятельной работы студентов по данной дисциплине являются: самоподготовка по отдельным вопросам; подготовка к практическому занятию; подготовка к экзамену.

Важной частью самостоятельной работы является чтение учебной литературы. Основная функция учебников – ориентировать в системе тех знаний, умений и навыков, которые должны быть усвоены по данной дисциплине будущими специалистами. Учебник также служит путеводителем по многочисленным произведениям, ориентируя в именах авторов, специализирующихся на определённых научных направлениях, в названиях их основных трудов. Вторая функция учебника в том, что он очерчивает некий круг обязательных знаний по предмету, не претендуя на глубокое их раскрытие.

Чтение рекомендованной литературы – это та главная часть системы самостоятельной учебы бакалавра, которая обеспечивает подлинное усвоение науки. Читать эту литературу нужно по принципу: «идея, теория, метод в одной, в другой и т.д. книгах».

Во всех случаях рекомендуется рассмотрение теоретических вопросов не менее чем по трем источникам. Изучение проблемы по разным источникам – залог глубокого усвоения науки. Именно этот блок, наряду с выполнением практических заданий является ведущим в структуре самостоятельной работы студентов.

Вниманию бакалавров предлагаются список литературы, вопросы к самостоятельному изучению и вопросы к экзамену.

Для успешного овладения дисциплиной необходимо выполнять следующие требования:

1) выполнять все определенные программой виды работ;

- 2) посещать занятия, т.к. весь тематический материал взаимосвязан между собой и, зачастую, самостоятельного теоретического овладения пропущенным материалом недостаточно для качественного его усвоения;
- 3) все рассматриваемые на занятиях вопросы обязательно фиксировать в отдельную тетрадь и сохранять её до окончания обучения в вузе;
- 4) проявлять активность при подготовке и на занятиях, т.к. конечный результат овладения содержанием дисциплины необходим, в первую очередь, самому бакалавру;
- 5) в случаях пропуска занятий по каким-либо причинам обязательно отрабатывать пропущенное преподавателю во время индивидуальных консультаций.

Внеурочная деятельность бакалавра по данной дисциплине предполагает:

- самостоятельный поиск ответов и необходимой информации по предложенным вопросам;
- выполнение практических заданий;
- выработку умений научной организации труда.

Успешная организация времени по усвоению данной дисциплины во многом зависит от наличия у бакалавра умения самоорганизовать себя и своё время для выполнения предложенных домашних заданий. Объём заданий рассчитан максимально на 2-3 часа в неделю. При этом алгоритм подготовки будет следующим:

- 1 этап – поиск в литературе теоретической информации по предложенным преподавателем вопросам;
- 2 этап – осмысление полученной информации, освоение терминов и понятий;
- 3 этап – составление плана ответа на каждый вопрос;
- 4 этап – поиск примеров по данной проблематике.

### **Подготовка к практическому занятию**

Методические рекомендации по подготовке к практическим занятиям

Подготовка к практическому занятию включает следующие элементы самостоятельной деятельности: четкое представление цели и задач его проведения; выделение навыков умственной, аналитической, научной деятельности, которые станут результатом предстоящей работы.

Выработка навыков осуществляется с помощью получения новой информации об изучаемых процессах и с помощью знания о том, в какой степени в данное время студент владеет методами исследовательской деятельности, которыми он станет пользоваться на практическом занятии.

Следовательно, работа на практическом занятии направлена не только на познание студентом конкретных явлений внешнего мира, но и на изменение самого себя.

Второй результат очень важен, поскольку он обеспечивает формирование таких общекультурных компетенций, как способность к самоорганизации и самообразованию, способность использовать методы сбора, обработки и интерпретации комплексной информации для решения организационно-управленческих задач, в том числе находящихся за пределами непосредственной сферы деятельности студента. Процессы и явления, выделяют основные способы доказательства авторами научных работ ценности того, чем они занимаются.

В ходе самого практического занятия студенты сначала представляют найденные ими варианты формулировки актуальности исследования, обсуждают их и обосновывают свое мнение о наилучшем варианте.

Объём заданий рассчитан максимально на 1-2 часа в неделю.

### **Подготовка к экзамену**

Экзамен является традиционной формой проверки знаний, умений, компетенций, сформированных у студентов в процессе освоения всего содержания изучаемой дисциплины. В случае проведения экзамена студент получает баллы, отражающие уровень его знаний.

Правила подготовки к экзаменам:

- Лучше сразу сориентироваться во всем материале и обязательно расположить весь материал согласно экзаменационным вопросам.
- Сама подготовка связана не только с «запоминанием». Подготовка также предполагает и переосмысление материала, и даже рассмотрение альтернативных идей.
- Сначала студент должен продемонстрировать, что он «усвоил» все, что требуется по программе обучения (или по программе данного преподавателя), и лишь после этого он вправе высказать иные, желательно аргументированные точки зрения.

### **11. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю) (включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем (при необходимости))**

Информационные технологии применяются в следующих направлениях:  
оформление письменных работ выполняется с использованием текстового редактора;  
демонстрация компьютерных материалов с использованием мультимедийных технологий;

использование информационно-справочного обеспечения, такого как: правовые справочные системы (Консультант+ и др.), онлайн словари, справочники (Грамота.ру, Интуит.ру, Википедия и др.), научные публикации.

использование специализированных справочных систем (электронных учебников, справочников, коллекций иллюстраций и фотоизображений, фотобанков, профессиональных социальных сетей и др.).

OpenOffice Ссылка: <http://www.openoffice.org/ru/>

Mozilla Firefox Ссылка: <https://www.mozilla.org/ru/firefox/new/>

Libre Office Ссылка: <https://ru.libreoffice.org/>

Do PDF Ссылка: <http://www.dopdf.com/ru/>

7-zip Ссылка: <https://www.7-zip.org/>

Free Commander Ссылка: <https://freecommander.com/ru>

be Reader Ссылка: <https://acrobat.adobe.com/ru/ru/acrobat/pdf-reader.html>попо

Gimp (графический редактор) Ссылка: <https://www.gimp.org/>

ImageMagick (графический редактор) Ссылка: <https://imagemagick.org/script/index.php>

VirtualBox Ссылка: <https://www.virtualbox.org/>

Adobe Reader Ссылка: <https://acrobat.adobe.com/ru/ru/acrobat/pdf-reader.html>

Операционная система Windows 8.1 Лицензионная версия по договору №471\1 от 11.12.2014 г.

Электронно-библиотечная система Библиокомплектатор

Национальна электронная библиотека - федеральное государственное бюджетное учреждение «Российская государственная библиотека» (ФГБУ «РГБ»)

Редакция Базы данных «ПОЛПРЕД Справочники»

Электронно-библиотечная система «ЛАНЬ»

Доступ к коллекции «Психология. Педагогика – Издательство Прометей»

Доступ к коллекции «Психология. Педагогика – Издательство БФУ им. И.Канта»

Доступ к коллекции «Психология. Педагогика – Издательство ВАКО»

Доступ к коллекции «Психология. Педагогика – Издательство Владос»

Доступ к коллекции «Психология. Педагогика – Издательство КАРО»

Доступ к коллекции «Психология. Педагогика – Издательство КемГУ

Доступ к коллекции «Психология. Педагогика – Издательство ПензГТУ (Пензенский государственный технологический университет)»

Доступ к коллекции «Психология. Педагогика – Издательство РГПУ им А.И.Герцена»

Доступ к коллекции «Психология. Педагогика – Издательство РГПУ им А.И.Герцена»

Доступ к коллекции «Психология. Педагогика – Издательство Теревинф»

Доступ к коллекции «Психология. Педагогика – Издательство Феникс»

Доступ к коллекции «Психология. Педагогика – Издательство ФЛИНТА»

Доступ к коллекции «Социально-гуманитарные науки – Издательство БФУ им. И.Канта»

Доступ к коллекции «Социально-гуманитарные науки – Издательство Дашков и К»

Доступ к коллекции «Социально-гуманитарные науки – Издательство МГИМО»

Доступ к коллекции «Социально-гуманитарные науки – Издательство ФЛИНТА»

## **12. Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине (модулю)**

- компьютерный класс и доступ к сети Интернет (во время самостоятельной подготовки) (должен быть приложен график занятости компьютерного класса);
- проектор, совмещенный с ноутбуком для проведения лекционных занятий преподавателем и презентации студентами результатов работы
- раздаточный материал для проведения групповой работы;