



ХАРКІВСЬКА ДЕРЖАВНА АКАДЕМІЯ КУЛЬТУРИ

Кафедра соціальної психології

РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

ТЕХНІКИ ПСИХОЛОГІЧНОГО ТРЕНІНГУ

(шифр і назва навчальної дисципліни)

перший рівень

(назва рівня вищої освіти)

галузь знань _____ 05 Соціальні та поведінкові науки

(шифр та назва галузі знань)

спеціальність _____ 6.053 Психологія

(код і назва спеціальності)

кваліфікація _____ бакалавр з психології

Робоча програма **ТЕХНІКИ ПСИХОЛОГІЧНОГО ТРЕНІНГУ**

РОЗРОБЛЕНО ТА ВНЕСЕНО: Харківська державна академія культури

Робоча програма затверджена на засіданні кафедри соціальної психології

Протокол від. “ 27 ” серпня 2016 року № 1

Завідувач кафедри соціальної психології

_____ (підпис)

(Большакова А.М.)
(прізвище та ініціали)

. “ 27 ” серпня 2016 року

1. Опис навчальної дисципліни

Найменування показників	Галузь знань, напрям підготовки, освітньо-кваліфікаційний рівень	Характеристика навчальної дисципліни	
Кількість кредитів – 5,5	Галузь знань <u>05 Соціальні та поведінкові науки</u> (шифр і назва)	Обов'язкові дисципліни (ППО)	
	<u>6.053 Психологія</u> (шифр і назва)		
Модулів – 1	Спеціальність (професійне спрямування): <u>6.053 Психологія</u>	Рік підготовки: 2-й	
Змістових модулів – 2		Семестр 5-й	
Індивідуальне науково-дослідне завдання _____ (назва)			Лекції 30 год.
Загальна кількість годин – 165			
Тижневих годин для денної форми навчання: аудиторних – 4 самостійної роботи студента – 5,8		Освітньо-кваліфікаційний рівень: бакалавр	Семнарські 38 год.
	Самостійна робота 97 год.		
	Індивідуальні завдання: _____ год.		
	Вид контролю: екзамен		

Примітка.

Співвідношення кількості годин аудиторних занять до самостійної і індивідуальної роботи становить 68/97

2. Мета та завдання навчальної дисципліни

«Техніки психологічного тренінгу» – навчальна дисципліна, яка в контексті сучасних досягнень психологічної науки посилює теоретичну та практичну професійну підготовку бакалаврів з психології.

Мета: придбання знань студентами в області соціально-психологічних механізмів СПТ і певних умінь в області застосування різних тренінгових методик в залежності від напрямку активного соціально-психологічного впливу.

Завдання:

- ознайомити студентів з матеріалами по історії створення методу СПТ; основним теоретичним положенням відносно механізмів психологічного впливу в процесі СПТ; основним дослідженням в області соціально-психологічного тренінгу та інш.;

- оволодіння студентами уміннями ефективного професійного спілкування. Особлива увага приділяється відпрацюванню навичок управління кліматом відносин в контакті, засвоєнню прийомів недирективного управління діалогом, контролювання розвитку і течії взаємодії.

Компетентності, якими повинен оволодіти здобувач	Програмні результати навчання
<ul style="list-style-type: none"> • володіння культурою аналізу, діагностики, патологічних станів та проявів особистості; • володіння навичками аналізу психічного стану особистості в різних ситуаціях; • наявність високого науково-теоретичного рівня інтерактивної психологічної підготовки; • сформованість мотивації до застосування технік психотренінгу; • вміння робити обґрунтовані висновки, аналізувати успіхи та помилки у тренінгах; • проведення роботи з типовими тренінговими ситуаціями . 	<ul style="list-style-type: none"> • здатність продемонструвати базовий рівень знання та розуміння основних компонентів соціально-психологічного тренінгу; • здатність інформування про цілі тренінгу, зміст занять, форму проведення занять, правил участі в тренінгу, значенні тренінгу для підвищення комунікативної компетентності. • створення необхідного емоційного фону для роботи. • сформовані навички обговорення очікувань і побоювань членів групи, їх корекція тренером; • здатність проведення психогімнастики; • здатність розпізнавання ефективних і неефективних способів організації зворотного зв'язку, визнання що тренуються необхідності

	<p>вдосконалення своїх способів організації зворотного зв'язку.</p> <ul style="list-style-type: none"> • здатність до навчання прийомам саморегуляції; • здатність до самодіяльності та творчості в підході до виконання завдань; • здатність використовувати передовий науково-теоретичний матеріал в дослідженнях афективних розладів психіки.
--	---

У результаті вивчення навчальної дисципліни студент повинен

знати:

- Основні теоретичні поняття та положення дисципліни;
- Основні принципи СПТ.
- Різновиди СПТ.
- Різні соціально-психологічні чинники, що впливають на протікання процесів в тренінговій групі.
- Динаміку впливу СПТ на особистість і групу.
- Психотехнічні технології проведення СПТ, різні програми СПТ.
- Можливості застосування СПТ в роботі психолога, ефективність його застосування в інших областях.
- Вимоги до особистості ведучого.

вміти:

- Недирективно управляти діалогом.
- Мати навички партнерського спілкування.
- Ефективно взаємодіяти в групі.
- Управляти груповим процесом.
- Діагностувати стани людей, їх внутрішні позиції до різних сторін проблеми в поточних контактах.
- Володіти рефлексією власної поведінки, самоспостереженням в контактах.
- володіти вмінням проводити групові дискусії, рольові ігри, психогімнастичні вправи і інш. Техніки проведення СПТ.
- застосовувати елементи посередницької поведінки в конфлікті двох сторін.
- оволодіти умінням аналізувати психологічні ігри, проведенням контригр.

Мати **навички** використання найбільш поширених прийомів та методів соціально-психологічного тренінгу.

3. Програма навчальної дисципліни

Змістовий модуль 1.

Загальна характеристика соціально-психологічного тренінгу.

ТЕМА №1. Загальна характеристика соціально-психологічного тренінгу як виду активного соціально-психологічного навчання.

ТЕМА №2. Теоретичні основи соціально-психологічного тренінгу.

ТЕМА №3. Методи, що використовуються в СПТ різних напрямів.

ТЕМА №4. Групові процеси в СПТ.

ТЕМА №5. Принципи комплектації програм. Різні види програм СПТ.

ТЕМА №6. Організаційні основи СПТ. Підготовка ведучого СПТ.

Змістовий модуль 2.

Практична частина тренінгу

ТЕМА №7. Сфери спілкування, що підлягають змінам на тренінгу. Структура акту спілкування

ТЕМА №8. Невербальні засоби спілкування

ТЕМА №9. Недирективне управління діалогом.

ТЕМА №10. Соціальна перцепція та установки в спілкуванні

ТЕМА №11. Проведення тренінгу за самостійно розробленими програмами

4. Структура навчальної дисципліни

Назви змістових модулів і тем	Кількість годин					
	усього	у тому числі				
		л	с	ла	ін	с.р.
1	2	3	4	5	6	7
Модуль 1						
Змістовий модуль 1. Загальна характеристика соціально-психологічного тренінгу.						
ТЕМА №1. Загальна характеристика соціально-психологічного тренінгу як виду активного соціально-психологічного навчання.	12	2	2			8
ТЕМА №2. Теоретичні основи соціально-психологічного тренінгу.	14	4	2			8
ТЕМА №3. Методи, що використовуються в СПТ різних напрямів.	14	4	2			8
ТЕМА №4. Групові процеси в	12	2	2			8

СПТ.					
ТЕМА №5. Принципи комплектації програм. Різні види програм СПТ.	12	2	2		8
ТЕМА №6. Організаційні основи СПТ. Підготовка ведучого СПТ.	14	4	2		8
Разом за змістовим модулем 1	78	18	12		48
Змістовий модуль 2. Практична частина тренінгу					
ТЕМА №7. Сфери спілкування, що підлягають змінам на тренінгу. Структура акту спілкування	14	4	2		8
ТЕМА №8. Невербальні засоби спілкування	12	2	2		8
ТЕМА №9. Недирективне управління діалогом.	12	2	2		8
ТЕМА №10. Соціальна перцепція та установки в спілкуванні	12	2	2		8
ТЕМА №11. Проведення тренінгу за самостійно розробленими програмами	37	2	18		17
Разом за змістовим модулем 2	87	12	26		49
Усього годин	165	30	38		97

5. Теми семінарських занять

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
1.	ТЕМА №1. Загальна характеристика соціально-психологічного тренінгу як виду активного соціально-психологічного навчання.	2
2.	ТЕМА №2. Теоретичні основи соціально-психологічного тренінгу.	2
3.	ТЕМА №3. Методи, що використовуються в СПТ різних напрямів.	2
4.	ТЕМА №4. Групові процеси в СПТ.	2
5.	ТЕМА №5. Принципи комплектації програм. Різні види програм СПТ.	2
6.	ТЕМА №6. Організаційні основи СПТ. Підготовка ведучого СПТ.	2
7.	ТЕМА №7. Сфери спілкування, що підлягають змінам на тренінгу. Структура акту спілкування	2

8.	ТЕМА №8. Невербальні засоби спілкування	2
9.	ТЕМА №9. Недирективне управління діалогом.	2
10.	ТЕМА №10. Соціальна перцепція та установки в спілкуванні	2
11.	ТЕМА №11. Проведення тренінгу за самостійно розробленими програмами	18
	Разом	38

6. Теми практичних занять
Не передбачено

7. Теми лабораторних занять
Не передбачено

8. Самостійна робота

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
		Денна форма
1	ТЕМА №1. Загальна характеристика соціально-психологічного тренінгу як виду активного соціально-психологічного навчання.	8
2	ТЕМА №2. Теоретичні основи соціально-психологічного тренінгу.	8
3	ТЕМА №3. Методи, що використовуються в СПТ різних напрямів.	8
4	ТЕМА №4. Групові процеси в СПТ.	8
5	ТЕМА №5. Принципи комплектації програм. Різні види програм СПТ.	8
6	ТЕМА №6. Організаційні основи СПТ. Підготовка ведучого СПТ.	8
7	ТЕМА №7. Сфери спілкування, що підлягають змінам на тренінгу. Структура акту спілкування	8
8	ТЕМА №8. Невербальні засоби спілкування	8
9	ТЕМА №9. Недирективне управління діалогом.	8
10	ТЕМА №10. Соціальна перцепція та установки в спілкуванні	8
11	ТЕМА №11. Проведення тренінгу за самостійно розробленими програмами	17
	Разом	97

9. Індивідуальні завдання

1. Цілі і задачі СПТ.
2. Основні принципи СПТ.
3. Історія становлення активних групових методів в прикладній соціальній психології.
4. Вітчизняні психологи про можливості застосування СПТ.
5. Характеристика основних напрямів СПТ.
6. Характеристика Т-груп.
7. Основні принципи груп зустрічей.
8. Психодрама.
9. Тілесно-орієнтовані групи.
10. Групи терапії мистецтвом.
11. Тренінг умінь.
12. Тренінг особистого зростання.
13. Групи трансактного аналізу.
14. Поняття про перцептивно-орієнтований тренінг.
15. Роль зворотного зв'язку в СПТ.
16. Види зворотного зв'язку в СПТ.
17. Вимоги до зворотного зв'язку на СПТ.
18. Я-концепція і комунікативна поведінка особистості.
19. Поняття комунікативної компетентності.
20. Джерела комунікативної компетентності.
21. Можливості формування комунікативної компетентності в процесі СПТ.
22. Організаційні основи СПТ.
23. Вимоги до підготовки і особистості тренера.
24. Методи, що використовуються в СПТ.
25. Дискусія як базова процедура в СПТ.
26. Феномен гри в СПТ.
27. Метод аналізу ситуацій з життя учасників.
28. Правила рольового розігрування.
29. Підбір гри на різних стадіях СПТ.
30. Ігрові процедури в кінці тренінгу.
31. Психогімнастика та її роль в СПТ.
32. Психологічні вправи на концентрацію уваги членів групи.
33. Психологічні вправи на зростання згуртованості групи.
34. Організація процесу рефлексії в СПТ.
35. Використання продуктивної метафори в СПТ.
36. Ведення щоденника в процесі СПТ.
37. Психорисунок, можливості його використання.
38. Релаксаційні вправи в СПТ.
39. Сенситивний тренінг.
40. Діагностичні процедури СПТ.
41. Соціометричні процедури в СПТ.
42. Анкетування в СПТ.
43. Відеозйомка як діагностична процедура.

44. Поняття про програму в СПТ.
45. Поняття "розминка" і "розігрівання" групи.
46. Поняття про динамічні процеси в тренінговій групі.
47. Розвиток тренінгової групи.
48. Соціодинамічні чинники в СПТ.
49. Фази СПТ.
50. Вимоги до особистості ведучого.
51. Система підготовки ведучого.
52. Поняття стратегії ведення.
53. Поняття тренерської манери.
54. Основні помилки ведення.
55. Роль тренера в групах різних напрямів.
56. Ефективність СПТ.
57. Ефекти СПТ.
58. Психологічний супровід людини по закінченні СПТ.
59. СПТ як інтенсивний вплив.

10. Методи навчання

Методи навчання, що використовуються у процесі лекційних занять:

- лекція з елементами пояснення;
- лекція-бесіда;
- лекція-дискусія;
- ілюстрація наочних матеріалів;
- пояснення.

Методи навчання, що використовуються під час семінарських занять:

- опитування;
- виконання вправ та завдань;
- робота з текстом підручника (конспектування, анотування, реферування, цитування тощо);
- самостійна робота.

11. Методи контролю

Підсумковий контроль. Для контролю засвоєння дисципліни навчальним планом передбачений іспит. Проведення підсумкової атестації і отримання на ній позитивної оцінки включає: а) оцінку проміжної атестації (результати модуля), б) оцінку відвідуваності занять і активність в аудиторії; а також в) оцінку виконання усіх завдань самостійної роботи.

Поточний контроль. Для поточного контролю використовуються результати семінарських занять.

12. Розподіл балів, які отримують студенти

Поточне тестування та самостійна робота							Іспит	Сума
Змістовий модуль №1								
T1	T2	T3	T4	T5	T6	T7	20	100
10	10	10	10	15	15	10		

T1, T2 ... T7 – теми змістових модулів.

Шкала оцінювання: національна та ECTS

Сума балів за всі види навчальної діяльності	Оцінка ECTS	Оцінка за національною шкалою	
		для екзамену, курсового проекту (роботи), практики	для заліку
90 – 100	A	відмінно	зараховано
82-89	B	добре	
74-81	C		
64-73	D	задовільно	
60-63	E		
35-59	FX	незадовільно з можливістю повторного складання	не зараховано з можливістю повторного складання
0-34	F	незадовільно з обов'язковим повторним вивченням дисципліни	не зараховано з обов'язковим повторним вивченням дисципліни

13. Методичне забезпечення

№ з/п	Найменування методичних матеріалів	Рік видавництва	Наявність в бібліопримірн.	Ел. варіант	Код
1	2	3	5	6	7
1. ТЕКСТИ ТА КОНСПЕКТИ ЛЕКЦІЙ					
1	1. 1. Вачков І. В. Основи технології групового тренінга. Учеб. посібник. – М: Издательство "Ось-89", 1999. – 176 с.	1999	2	+	
2. СЛОВНИКИ, ДОВІДНИКИ					
1	Большой психологический словарь / Под ред. Б.Г. Мещерякова, В.П. Зинченко.- СПб.: прайм-ЕВРОЗНАК, 2003.- 672 с.	2003	2	-	
2	Дьяченко М.И.. Психологический словарь-справочник / М.И. Дьяченко, Л.А. Кандыбович.- Минск: Харвест, 2001.- 576 с.	2001	1	-	
3	Психологический словарь / Под ред. В. П. Зинченко, Б. Г. Мещерякова.- М.: Педагогика-Пресс, 1999.- 439 с.	1999	1		
4	Ребер Артур. Большой толковый психологический словарь. В 2-х т. / Артур Ребер ; The Penguin.- М.: АСТ, 2001.	2001	1		
5	Словарь практического психолога / Сост. С.Ю. Головин.- Минск: Харвест, 2003.- 800 с.	2003	1		

14. Рекомендована література

Базова

1. Андреева Г.М. Соціально-психологічний тренінг як спосіб оптимізації перцептивних процесів в групі// по кн. Межличностное сприйняття в групі /під ред. М. М.Андреевой і А.І.Донцова/М., МГУ, 1981 г, с.270 -288.
2. Богомолова Н.Н., Петровська Л.А. Соціально-психологічний тренінг як форма навчання спілкуванню // по кн. Спілкування і Діяльність, Прага, 1981 р.,с.167-179.
3. Большаков В.Ю. Психотренінг. Социодинаміка. Гра і вправа."Служба довір'я", 1994 р.

4. Вачков И. В. Основы технологии группового тренинга. Учеб. пособие. – М: Издательство "Ось-89", 1999. – 176 с.
5. Гермохова З. Використання методик соціально-психологічного тренінгу в процесі створення колективу // по кн. Спілкування і діяльність, Прага, 1981 р., 3.155-165.
6. Давидов Н.А., Бойченко Н.А. Як швидко навчитися цікаво і ефективно навчати фахівців, Сімферополь, 1992 р.
7. Емельянов Ю.Н. Активное социально-психологичне обучение. - Л., БРЕШУ, 1985.
8. Зайцева Т. В. Теория психологичного тренинга. Психологический тренинг как инструментальное действие СПб.: Речь, М.: Смысл, 2002. – 80 с.
9. Захаров В.П., Хрящева Н.Ю. Социально-психологический тренинг. - Л. БРЕШУ, 1994
10. Филонов Л.Б. Тренинги делового общения сотрудников органов внутренних дел с разными категориями граждан. - М.: А.П.О., Вип 13,14, 1992.-72с.
11. Цзен Н.В., Пахомов Ю.В. Психотренинг: игра и упражнения. М.: Физкультура и спорт, 1988.

Допоміжна

1. Марасанов Г.И. Методы моделирования и анализа ситуаций в социально психологическом тренинге. - Киров, 1994. -155с.
2. Петровська Л.А. Компетентность в общении, М., МГУ, 1989 р.
3. Пиз А. Язык жестов, Воронеж, 1992 р.
4. Рудестам До. Групповая психотерапия. Психокоррекционные группы: Теория и практика / Пер. 3 англ., 2-е изд. М.: Прогрес, 1993.
5. Теория и практика. Класическая психодрама Я.Морено - М., 1994.

15. Інформаційні ресурси

1. Научная электронная библиотека <http://elibrary.ru/defaultx.asp>
2. Наукова періодика України <http://www.nbuv.gov.ua/portal/>
3. Экзистенциальная и гуманистическая психология (информационный сайт) <http://hpsy.ru/>
4. Библиотека Института психотерапии и клинической психологии <http://www.psyinst.ru/library.php>
5. Полнотекстовая база данных изданий по психологии и педагогике http://psyjournals.ru/journal_catalog/index.shtml
6. Психологи: журнал Высшей школы экономики <http://psy-journal.hse.rufull/>
7. Онлайн библиотека по психологии и саморазвитию. http://www.koob.ru/practic_psychology/

8. Электронные психологические словари по психологии.
(<http://azps.ru/handbook/>; <http://psi.webzone.ru/>)

9. Материалы по контролю сознания и деструктивным культам
<http://evolkov.net/cults/>