



МИНОБРНАУКИ РОССИИ

федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования

«ИРКУТСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

ФГБОУ ВО «ИГУ»

Кафедра социальной, экстремальной и пенитенциарной психологии

УТВЕРЖДАЮ

Декан факультета психологии,

доцент Конопак И. А.

«14» апреля 2025 г.



Рабочая программа дисциплины (модуля)

Наименование дисциплины (модуля): **Б1.В.ДВ.03.02. Социально-психологический тренинг**

Направление подготовки: 37.04.01 «Психология»

Направленность (профиль) подготовки: «Психологическое консультирование в профессиональной деятельности»

Квалификация выпускника: магистр

Форма обучения: очно-заочная

Согласовано с УМК факультета
психологии:

Протокол № 5

от «14» апреля 2025 г.

Председатель _____ И.А. Конопак

Рекомендовано кафедрой социальной,
экстремальной и пенитенциарной
психологии:

Протокол № 9

от «28» марта 2025 г.

Зав. кафедрой _____ А.В. Глазков

Иркутск 2025 г.

Содержание

	стр.
I. Цели и задачи дисциплины	3
II. Место дисциплины в структуре ОПОП.	3
III. Требования к результатам освоения дисциплины	3
IV. Содержание и структура дисциплины	5
4.1 Содержание дисциплины, структурированное по темам, с указанием видов учебных занятий и отведенного на них количества академических часов	5
4.2 План внеаудиторной самостоятельной работы обучающихся по дисциплине	7
4.3 Содержание учебного материала	12
4.3.1 Перечень семинарских, практических занятий и лабораторных работ	15
4.3.2. Перечень тем, выносимых на самостоятельное изучение в рамках самостоятельной работы студентов	15
4.4. Методические указания по организации самостоятельной работы студентов	17
4.5. Примерная тематика курсовых работ (проектов)	17
	18
V. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины	
а) перечень литературы	
б) периодические издания	
в) список авторских методических разработок	
г) базы данных, поисково-справочные и информационные системы	
VI. Материально-техническое обеспечение дисциплины	20
6.1. Учебно-лабораторное оборудование:	20
6.2. Программное обеспечение:	20
6.3. Технические и электронные средства обучения:	22
	22
VII. Образовательные технологии	
	23
VIII. Оценочные материалы для текущего контроля и промежуточной аттестации	

I. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ДИСЦИПЛИНЫ

Цель: показать социально-психологический тренинг как совокупность активных методов практической психологии, познакомить со спецификой проведения социально-психологического тренинга, формировать умения составления программы тренингов разной направленности, оценки их эффективности.

Задачи:

- Познакомить с основными моделями тренинга;
- Раскрыть преимущества и недостатки группового метода психологической работы;
- Показать психологические особенности тренинговой группы, групповую динамику;
- Сформировать умения составления программы тренингов разной направленности, оценки их эффективности.

II. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП

2.1. Учебная дисциплина «Социально-психологический тренинг» относится к части программы, формируемой участниками образовательных отношений, элективные дисциплины.

2.2. Для изучения данной учебной дисциплины необходимы знания, умения и навыки, формируемые предшествующими дисциплинами: *«Теория и практика межкультурной коммуникации», «Современные технологии психологического консультирования», «Диагностика в деятельности психолога», «Преподавание психологии в системе высшего и дополнительного образования», «Психологические технологии в политических коммуникациях».*

Данную учебную дисциплину дополняет параллельное освоение дисциплины *«Психология инноватики и технологии развития инновационного потенциала», «Психологические технологии управления коммуникациями».*

2.3. Знания, умения и навыки, формируемые данной учебной дисциплиной, необходимы для подготовки студентов к учебной практике (НИР) и преддипломной практике, для подготовки и защиты ВКР и осуществления дальнейшей профессиональной деятельности.

III. ТРЕБОВАНИЯ К РЕЗУЛЬТАТАМ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Процесс освоения дисциплины направлен на формирование компетенций в соответствии с ФГОС ВО и ОП ВО по данному направлению подготовки – 37.04.01 Психология.

Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине,
соотнесенных с индикаторами достижения компетенций

Компетенция	Индикаторы компетенций	Результаты обучения
	ИДКПКЗ.2	
ПК-3 Способен применять психологические технологии	Применяет психологические технологии вмешательства развивающего характера, включая элементы тренинга, в рамках психологического консультирования, направленного на развитие качеств,	<i>Знает</i> теоретико-методологические основы социально-психологического тренинга, специфические черты и основные парадигмы тренинга, цели, задачи, методы социально-психологического воздействия.

вмешательства профилактического, развивающего характера для отдельных лиц или групп, находящихся в трудной жизненной ситуации	необходимых сотрудникам для самостоятельной жизни и социализации в профессии.	<i>Умеет</i> осуществлять проектирование и проведение тренинга в организации, выбирать конкретные методические процедуры тренинга с учетом профессиональных компетенций и этических норм работы психолога в прикладных условиях; совершенствовать собственные тренерские навыки и умения. <i>Владеет</i> навыками разработки и использования тренинговых технологий, диагностическими навыками, навыками оценки эффективности тренинга.
--	--	--

IV. СОДЕРЖАНИЕ И СТРУКТУРА ДИСЦИПЛИНЫ

Объем дисциплины составляет 2 зачетные единицы, 72 часа.

В том числе, **0,22 зачетная единица, 8 часов** на зачет.

Из них реализуется с использованием электронного обучения и дистанционных образовательных технологий **14 часов**.

Из них **4 часа** – практическая подготовка.

Форма промежуточной аттестации: зачет.

4.1. Содержание дисциплины, структурированное по темам, с указанием видов учебных занятий и отведенного на них количества академических часов

№ п/п	Раздел дисциплины/темы	Семестр	Всего часов	Из них практическая подготовка обучающихся	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся, практическую подготовку и трудоемкость (в часах)			Самостоятельная работа	Формы текущего контроля успеваемости; Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
					Контактная работа преподавателя с обучающимися				
					Лекции	Семинарские /практические /лабораторные занятия	Консультации		
1.	Общее представление о СПТ	4	9,5	-	2	-			-
2	Методологические основы субъектного подхода к тренинговой работе	4	10,5	-	2	-	1	10	Контрольная работа
3	Типология тренинговых групп. Психологические особенности тренинговой группы. Групповая динамика.	4	11	-	2	-	1	10	Контрольная работа
4	Проектирование и проведение тренинга в	4	11		-	6	1	12	Подбор и проведение на

	Раздел дисциплины/темы	Семестр	Всего часов	практическая подготовка	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся, практическую подготовку и трудоемкость (в часах)			Формы текущего контроля успеваемости; Форма промежуточной аттестации
					Контактная работа преподавателя с обучающимися		текущая работа	
	организации							группе тренинговых упражнений
5	Тренинг командообразования	4	10	-	4	1	12	Разработка программы тренинга, апробация элемента программы, оценка эффективности
	Итого часов		72	-	6	10	44	зачет (8 ч.)

4.2 План внеаудиторной самостоятельной работы обучающихся по дисциплине

Семестр	Название раздела, темы	Самостоятельная работа обучающихся			Оценочное средство	Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы
		Вид самостоятельной работы	Сроки выполнения	Трудоемкость (час.)		
4	Методологические основы субъектного подхода к тренинговой работе	Анализ рекомендованной литературы, подготовка к контрольной работе	В течение семестра	10	Контрольная работа	Полякова, И. Л. Организация тренингов. Практикум : учебное пособие / И. Л. По-лякова, В. К. Воробьев. — Оренбург : ОГУ, 2015. — 103 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/98119 (да-та обращения: 22.05.2021). — Режим доступа: для авториз. пользователей. Пузики В.Г. Технология ведения тренинга [Текст] / В. Г. Пузики. - СПб. : Речь, 2010. - 213 с. - ISBN 5-9268-0336-5 15 экз. Раннала, Н. В. Коммуникативный тренинг: Электронное учебное пособие : учебное пособие / Н. В. Раннала, Т. И. Сытько. — Санкт-Петербург : ИЭО СПбУТУиЭ, 2008. — 121 с. — ISBN 978-5-94047-577-4. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/63764 (дата обращения: 22.05.2021). — Режим доступа: для авториз. пользователей.
4	Типология тренинговых	Анализ рекомендо- ванной литературы,	В течение семестра	10	Контрольная работа	Полякова, И. Л. Организация тренингов. Практикум : учебное пособие / И. Л. По-лякова, В. К. Воробьев. —

	групп. Психологические особенности тренинговой группы. Групповая динамика.	подготовка к контрольной работе				Оренбург : ОГУ, 2015. — 103 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/98119 (да-та обращения: 22.05.2021). — Режим доступа: для авториз. пользователей. Пузиков В.Г. Технология ведения тренинга [Текст] / В. Г. Пузиков. - СПб. : Речь, 2010. - 213 с. - ISBN 5-9268-0336-5 15 экз. Раннала, Н. В. Коммуникативный тренинг: Электронное учебное пособие : учебное пособие / Н. В. Раннала, Т. И. Сытько. — Санкт-Петербург : ИЭО СПбУТУиЭ, 2008. — 121 с. — ISBN 978-5-94047-577-4. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/63764 (дата обращения: 22.05.2021). — Режим доступа: для авториз. пользователей.
4	Проектирование и проведение тренинга в организации	Подбор и проведение на группе тренинговых упражнений	В течение семестра	12	Практическая работа	Полякова, И. Л. Организация тренингов. Практикум : учебное пособие / И. Л. По-лякова, В. К. Воробьев. — Оренбург : ОГУ, 2015. — 103 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/98119 (да-та обращения: 22.05.2021). — Режим доступа: для авториз. пользователей. Пузиков В.Г. Технология ведения тренинга [Текст] / В. Г. Пузиков. - СПб. : Речь, 2010. - 213 с. - ISBN 5-9268-0336-5 15 экз. Раннала, Н. В. Коммуникативный тренинг: Электронное учебное пособие : учебное пособие / Н. В. Раннала, Т. И. Сытько. — Санкт-Петербург : ИЭО СПбУТУиЭ, 2008. — 121 с. — ISBN 978-5-94047-577-4. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/63764 (дата обращения: 22.05.2021). — Режим доступа: для авториз. пользователей..
4	Тренинг командообразования	Разработка программы тренинга, апробация элемента программы, оценка эффективности	В течение семестра	12	Программа тренинга Практическая работа	Басманова, Н. И. Тренинг командообразования : учебное пособие / Н. И. Басмано-ва. — Королёв : МГОТУ, 2019. — 59 с. — ISBN 978-5-4499-0549-9. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/149440 (дата обращения: 22.05.2021). — Режим доступа: для авториз. пользователей.
Общий объем самостоятельной работы по дисциплине (час)				44		
Из них объем самостоятельной работы с использованием электронного обучения и дистанционных образовательных технологий (час)				44		

4.3. Содержание учебного материала

1. Общее представление о СПТ

СПТ: понятие, эволюция. Специфические черты и основные парадигмы тренинга
Модели тренинга. Немецкая модель. Английская модель. Отечественная модель
Е.В.Сидоренко. Преимущества и недостатки группового метода психологической
работы.

2 Методологические основы субъектного подхода к тренинговой работе

Цели, задачи тренинга. Критерии эффективности. Психологическое
сопротивление в группе. Методы тренинга. Методы работы с прошлыми событиями.
Методы работы со «случающимися событиями». Методы работы с конструируемыми
событиями. Методы, реализуемые в психологическом пространстве Методы,
реализуемые в пространстве дискурса. Методы, реализуемые в физическом
пространстве.

3 Типология тренинговых групп. Психологические особенности тренинговой группы. Групповая динамика.

Критерии выделения типов тренинговых групп. Типы тренинговых групп.
Групповые нормы. Ролевые позиции в группе. Групповая сплоченность. Гомогенность
и гетерогенность тренинговых групп. Качественный и количественный состав
тренинговых групп. Этапы развития группы. Две линии группового развития.
Идеальная модель развития группы. Стадии развития групп со спонтанной
динамикой. Стадии развития групп с управляемой динамикой. Кризисы роста в
развитии тренинговой группы.

4 Проектирование и проведение тренинга в организации

Модуль тренинга «Установление и поддержание контакта», «Прием и передача
информации». Техники активного (рефлексивного слушания): открытые вопросы,
техника «малого» разговора, техники вербализации (повтор, перефразирование,
интерпретация). Факторы, влияющие на искажение информации. Проводится как
наблюдение за процессом проведения социально-психологического тренинга
(супервизия с последующим анализом ситуации).

Невербальные средства общения и контакт. Установки и их влияние на контакт с
собеседником Методы привлечения внимания. Приемы нерелексивного слушания.
Эмпатическое слушание и контакт. Типичные ошибки на первой фазе беседы.
Сензитивность как основа социально-психологической компетентности.

Модуль «Умение убеждать, использовать аргументацию», «Умение снижать
эмоциональное напряжение». Проводится как наблюдение за процессом проведения
социально-психологического тренинга (супервизия с последующим анализом
ситуации) Отработка навыка ведения беседы в эмоционально напряженной ситуации.
Техника подчеркивания общности, техника подчеркивания значимости партнера.
Техники вербализации чувств, Я-высказывание. Психологическое самбо.

Обратная связь в тренинге. Игры и психотехники ориентированные на обратную
связь. Феномен обратной связи и его значение в групповой работе. Навыки обратной
связи. Виды обратной связи. Игры и психотехники. Мой портрет глазами группы.

Первая проба на роль. Дискуссия в ролях друг друга. Ответы за другого. Молчащее и говорящее зеркала. Рекламный ролик. Самосуд. Стул откровений.

5 Тренинг командообразования

Тренинг командообразования, проектирование и проведение.

Командообразование как необходимый элемент продуктивной деятельности организации. Этапы развития команды. Проводится в форме практикума с применением психодиагностики.

Апробация тестовой методики определения командных ролей Бэлбина.

Игры и психотехники. Вавилонская башня. Общая цель команды. Философия командной работы. Секрет Джовани. Мозговой штурм.

4.3.1. Перечень семинарских, практических занятий и лабораторных работ

№ п/п	№ раздела и темы дисциплины (модуля)	Наименование семинаров, практических и лабораторных работ	Трудоемкость (час.)		Оценочные средства	Формируе- мые компетенц ии и индикаторы
			Всего часов	Из них практическая подготовка		
1	2	3	4	5	6	7
1	Проектирование и проведение тренинга в организации	Модуль тренинга «Установление и поддержание контакта», «Прием и передача ин-формации». Техники активного (рефлексивного слушания): открытые вопросы, техника «малого» разговора, техники вербализации (повтор, перефразирование, интерпретация). Факторы, влияющие на искажение информации. Проводится как наблюдение за процессом проведения социально-психологического тренинга (супервизия с последующим анализом ситуации). Невербальные средства общения и контакт. Установки и их влияние на контакт с собеседником Методы привлечения внимания. Приемы нерефлексивного слушания. Эмпатическое слушание и контакт. Типичные ошибки на первой фазе беседы. Сензитивность как основа социально-психологической компетентности. Модуль «Умение убеждать, использовать аргументацию», «Умение	6	-	Подбор и проведение на группе тренинговых упражнений	ПК-3 ИДКПК 3.2

		снижать эмоци-ональное напряжение». Проводится как наблюдение за процессом проведения социально-психологического тренинга (супервизия с последующим анализом ситуации) Отработка навыка ведения беседы в эмоционально напряженной ситуации. Техника подчеркивания общности, техника подчеркивания значимости партнера. Техники вербализации чувств, Я-высказывание. Психологическое самбо. Обратная связь в тренинге. Игры и психотехники ориентированные на обратную связь. Феномен обратной связи и его значение в групповой работе. Навыки обратной связи. Виды обратной связи. Игры и психотехники. Мой портрет глазами группы. Первая проба на роль. Дискуссия в ролях друг друга. Ответы за другого. Молчащее и говорящее зеркала. Рекламный ролик. Самосуд. Стул откровений.				
2	Тренинг командооб-разовани-я	Тренинг командообразования, проектирование и проведение. Командообразование как необходимый элемент продуктивной деятельности органи-зации. Этапы развития команды. Проводится в форме практикума с применением психо-диагностики. Апробация тестовой методики определения командных ролей Бэлбина. Игры и психотехники. Вавилонская башня. Общая цель команды. Философия ко-мандной работы. Секрет Джовани. Мозговой штурм.	4	-	Разработка программы тренинга, апробация элемента программы, оценка эффективности	ПК-3 ИДКПК 3.2

4.3.2. Перечень тем (вопросов), выносимых на самостоятельное изучение студентами в рамках самостоятельной работы (СРС)

№ п/п	Тема	Задание	Формируемая компетенция	ИДК
2	Методологические основы субъектного подхода к тренинговой работе	Проанализировать литературу, подготовиться к контрольной работе	ПК-3	ИДКПКЗ. 2
3	Типология тренинговых групп. Психологические особенности тренинговой группы. Групповая динамика.	Проанализировать литературу, подготовиться к контрольной работе	ПК-3	ИДКПКЗ. 2
4	Проектирование и проведение тренинга в организации	Самостоятельно подобрать и провести тренинговые упражнения: на установление контакта; умение убеждать, отработку обратной связи и др.	ПК-3	ИДКПКЗ. 2
5	Тренинг командообразования	Провести самодиагностику по методике Белбина. Разработать программу тренинга, провести фрагмент программы, оценить эффективность	ПК-3	ИДКПКЗ. 2

4.4. Методические указания по организации самостоятельной работы студентов

1. Контрольная работа 1

Вариант 1.

1. Дайте определение цели и задач тренинга
2. С чем связано сопротивление участников тренинга в сфере субъективных отношений?
3. Какие техники применимы при сопротивлении в сфере субъективных отношений?
4. Назовите и охарактеризуйте методы тренинговой работы со «случающимися событиями»
5. Дайте характеристику тренинговой группы «Звездная система»
6. Возможные стратегии и техники работы с группой «Звездная система»

Вариант 2.

1. В чем заключается принцип эквивалентности психологической структуры деятельности?

2. С чем связано сопротивление участников тренинга в сфере представлений?
3. Какие техники применимы при сопротивлении в сфере представлений?
4. Назовите и охарактеризуйте методы тренинговой работы с конструируемыми (будущими) событиями.
5. Дайте характеристику тренинговой группы «Черная дыра»
6. Возможные стратегии и техники работы с группой «Черная дыра»

2. Контрольная работа 2

1. Проанализируйте кейс, определите уровень развития группы, предложите возможные стратегии и техники работы тренера с группой по схеме:
 - центрационная стратегия;
 - познавательная стратегия;
 - отношенческая стратегия;
 - преобразовательная стратегия

Ситуация 1

На этом уровне (при этом типе) участники не выступают по отношению друг к другу как субъекты и не осознают себя и другого в качестве таковых. Это случайное объектное взаимодействие. Как двухлетние дети, которые играют рядом, но не вместе: в случае неожиданного пересечения (одна машинка встретила с другой), встреча рассматривается как досадное препятствие.

Самосознание еще не достигло уровня, необходимого для субъектного отношения даже к самому себе. Иначе говоря, участники не придают особой ценности ни себе, ни партнеру, не способны рассматривать группу как целостность. А значит, нет речи о совместной деятельности. Каждый функционирует автономно. Попытка войти в контакт аналогична попаданию звездолета в черную дыру – все непонятно, и куда вынесет - предсказать невозможно.

Уровень развития самосознания участников на этой стадии групповой динамики чрезвычайно низкий, почти нулевой, или ситуативно-прагматический. У человека отсутствует даже желание хоть немного в себе разобраться.

Для взрослых людей такое взаимодействие является крайне редким (в ситуациях тотального унижения личности в концлагере). Такой тип взаимодействия обнаруживается в случае жесткого контроля и подавления в некоторых организациях

2. Выполните тест

1. Отличительной характеристикой команды, по сравнению с рабочей группой, является:
 - а) в командах исполнение работы обычно зависит от индивидуальной работы ее членов
 - б) каждый член команды разделяет ответственность за результат.
 - в) члены команды средне заинтересованы в результатах своей деятельности
2. Укажите цели креативных команд, согласно типологии Ларсона и Ла Фасто
 - а) испытывать взаимное доверие в процессе разрешения проблем
 - б) четко исполнять проработанный план
 - в) разработка новой продукции или нового вида услуг
3. Принцип коллективного исполнения работы означает:
 - а) каждый член отвечает головой за конечный общекомандный результат
 - б) управление осуществляется руководителем, а не административным начальством организации

в) каждый член команды выполняет ту часть общего задания, которую ему поручила команда, а не ту, что он обычно исполнял по заданию начальства.

4. Принцип единой для команды формы стимулирования за конечный результат означает:

- а) каждый член отвечает головой за конечный общекомандный результат
- б) Распределение фонда происходит только внутри команды, без участия руководства или заказчика
- в) В состав команды может быть включен только тот кандидат, который добровольно изъявил готовность войти в состав команды

5. Принцип высокого стимула команды за конечный результат означает:

- а) в качестве достойных стимулов выступают не только деньги, но стимулы, основанные на хобби, амбициях и предпочтениях кандидатов.
- б) каждый член отвечает головой за конечный общекомандный результат
- в) управление осуществляется руководителем, а не административным начальством организации

6. Укажите функцию роли «Душа команды» в модели командных ролей Бэлбина

- а) сглаживание конфликтов, эмоциональная поддержка команды
- б) объективный анализ проблем и оценка идей
- в) организация совместной работы

7. Укажите функцию роли «Снабженец» в модели командных ролей Бэлбина

- а) Контролирует сроки выполнения
- б) оспаривать, мотивировать, достигать
- в) создать сеть и собирать полезные ресурсы для команды

8. Концепция социализации Морланда и Левайна основана на трех психологических понятиях

- а) коммуникация, конфликт, сплоченность
- б) оценка, преданность, ролевой переход
- в) адаптация, мотивация, достижение

9. Отметьте групповые процессы, происходящие на этапе «Согласие, сотрудничество», согласно модели развития группы Либерманна

- а) участники создают впечатление уверенности, внешне демонстрируют свои приятные стороны и дружелюбие
- б) Взаимодействие становится противоречивым, и на повестке дня стоит вопрос о власти
- в) Участники хотят интенсивного сотрудничества и все дальше отходят от конкурентного поведения

10. Укажите типичные ситуации, негативно влияющие на команду

- а) Обновление состава команды
- б) рост авторитета лидера
- в) снижение авторитета лидера

3. Разработка программы тренинга, апробация элемента программы, оценка эффективности

Образец оформления программы психологического тренинга

1. **Титульная страница.** Указывается название программы и имя автора (автора-составителя). Обозначать название учреждения, в котором при котором проводится данная работа, категория слушателей.

2. **Пояснительная записка.** Обозначаются цели и задачи работы, кратко обосновывается содержание программы и используемые методы, при необходимости обозначаются важнейшие теоретические основания, указываются организационные условия проведения занятий и общее количество часов.

Пример

Тренинг ассертивности

Пояснительная записка

Ассертивность (англ. assertiveness) — термин, которым обозначают способность человека уверенно и с достоинством отстаивать свои права, не попирая при этом прав других людей. Это понятие впервые стало применяться в ситуациях, где обычный разговор двух людей стал рассматриваться как потенциальная ситуация продажи. Здесь суть ассертивного поведения рассматривалась как умение отстаивать свои границы, права и желания, не нарушая границ другого человека. Можно сказать, что ассертивное поведение — это умение вести «бой на границах»: не отступать вглубь своей территории и не захватывать территорию соперника. В обычной жизни человек больше склонен нападать или спастись бегством, и поэтому ассертивное поведение нельзя назвать естественным. Это «выученное поведение». Выучиваясь такому поведению, человек приобретает способ защиты от «нападения на свои границы». В этом контексте становится понятна основная цель предлагаемого тренинга.

Цель тренинга: развитие чувства уверенности участников тренинга на основе их самоуважения и самопринятия, овладения эффективными способами отстаивания своих границ, прав и желаний.

Задачи тренинга:

- повышение у участников группы внутреннего состояния уверенности в общении;
- развитие умения распознавать манипуляции и справляться с ними;
- тренировка навыков осознанно использовать различные стили поведения;
- усиление восприимчивости и открытости новому опыту.

Продолжительность тренинга: 3 дня по четыре часа. График проведения: с 14.00 до 18.00.

3. **Структура тренинга.** Выделяются и кратко описываются этапы тренинга.

Пример

Структура тренинга

Первый этап — введение и знакомство (1-й день работы).

Второй этап — развитие базовых навыков (2-й и 3-й дни работы).

Третий этап — индивидуализация, проработка индивидуальных проблем участников (4-й день работы).

Четвертый этап — закрепление навыков (5-й день работы).

Пятый этап — подведение итогов и расставание (6-й день работы).

Структура одного дня работы

1 этап — знакомство

2 этап — разминка

3 этап — тема дня

4 этап — групповые упражнения

5 этап — подведение итогов дня

6 этап — домашнее задание

4. **Содержание тренинга.** Представляется каждое занятие, его цели и задачи, подробное описание всех используемых средств и форм контроля.

5. Список литературы.

Критерии оценивания:

1. Соответствие тренинговых методов целям и задачам программы – 8 баллов.
2. Умение заинтересовать участников – 8 баллов.
3. Умение давать четкие инструкции – 8 баллов.
4. Умение давать позитивную обратную связь – 8 баллов
5. Умение подводить заключительный итог – 8 баллов

Всего 40

4.5. Примерная тематика курсовых работ (проектов)

Курсовые работы не предусмотрены учебным планом.

V. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

а) перечень литературы

Основная:

1. Басманова, Н. И. Тренинг командообразования : учебное пособие / Н. И. Басманова. — Королёв : МГОТУ, 2019. — 59 с. — ISBN 978-5-4499-0549-9. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/149440> (дата обращения: 22.05.2021). — Режим доступа: для авториз. пользователей.
2. Бышляго С.А. Психология управления [Текст]: учеб. пособие/ С. А. Бышляго ;рец.: О. П. Фролова, Т. В. Глазкова; Иркутский гос. ун-т. - Иркутск : Оттиск, 2012. - 68 экз.
3. Пузиков В.Г.Технология ведения тренинга [Текст] / В. Г. Пузиков. - СПб. : Речь, 2010. - 213 с. - ISBN 5-9268-0336-5 15 экз.
4. Полякова, И. Л. Организация тренингов. Практикум : учебное пособие / И. Л. Полякова, В. К. Воробьев. — Оренбург : ОГУ, 2015. — 103 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/98119> (дата обращения: 22.05.2021). — Режим доступа: для авториз. пользователей.
5. Раннала, Н. В. Коммуникативный тренинг: Электронное учебное пособие : учебное пособие / Н. В. Раннала, Т. И. Сытько. — Санкт-Петербург : ИЭО СПбУТУиЭ, 2008. — 121 с. — ISBN 978-5-94047-577-4. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/63764> (дата обращения: 22.05.2021). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

Дополнительная литература:

3. Горчакова, В. Г. Техники перевоплощения: имидж-тренинг в 33 шага / В. Г. Горчакова. - Ростов н/Д : Феникс, 2010. - 316 с. ; 20 см. - (Имидж и стиль). - Библиогр.: с. 313-316. - ISBN 978-5-222-17331-2 (1 экз.)
4. Гуревич П. С. Психоанализ [Текст] : учеб. для магистров : учеб. для студ. вузов : [в 2 т.] / П. С. Гуревич. - 2-е изд., перераб. и доп. - М. : Юрайт, 2013. - 21 см. - ISBN 978-5-9916-2536-4 (6 экз.)
5. Линде, Н. Д. Психологическое консультирование: теория и практика [Текст] : учеб. пособие для студентов вузов / Н. Д. Линде. - 2-е изд., испр. и доп. - Москва : Аспект

Пресс, 2013. - 273 с. ; нет. - Режим доступа: ЭБС "Рукопонт". - Неогранич. доступ- ISBN 978-5-7567-0696-3 .

6. Виртц, У. Жажда смысла. Человек в экстремальных ситуациях. Пределы психотерапии [Текст] / У. Виртц, Й. Цобели. - М. :Когито-Центр, 2014. - 325 с. ; 20 см. - (Современная психотерапия). - Библиогр.: с. 309-325. - Пер. изд. :Hungemachsinn. Menschen in grenzsituationen. Grenzen der psychotherapie / Ursula Wirtz, JurgZobeli. - 1995. - ISBN 978-5-89353-371-2 (1экз.)

б) периодические издания

перечень печатных журналов

№	Наименование журналов:	2020 г.	2021	2022	2023	2024
1	Вестник образования России	24	24	-	-	-
2	Вопросы образования	4	4	-	-	-
3	Вопросы психологии	6	6	-	-	-
4	Воспитание школьников	8	8	8	8	8
5	Высшее образование в России	12	12	-	-	-
6	Высшее образование сегодня	12	12	12	6	6
7	Дошкольное воспитание	12	12	12	12	12
8	Начальная школа	12	12	12	12	12
9	Педагогика	12	12	-	-	-
10	Сибирский психологический журнал	4	4	-	-	-

перечень электронных журналов

№ п/п	Наименование журнала	Периодичность выпусков в год									
		2016	2017	2018	2019	2020	2021	2022	2023	2024	2025
1	Вестник Московского университета. Серия 14: Психология	4	4	4	4	4	4	4	-	-	-
2	Вестник Санкт-Петербургского университета. Психология	-	-	-	-	-	-	-	4	-	-
3	Психологический журнал	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6
4	Психология обучения	-	-	-	-	-	-	2	2	2	2

г) базы данных, информационно-справочные и поисковые системы

№	Перечень
1	Крупнейший российский информационный портал в области науки, технологии, медицины и образования, содержащий рефераты и полные тексты более 14 млн. научных статей и публикаций: http://elibrary.ru/ .
2	http://e.lanbook.com/ ЭБС «Издательство Лань», коллекция «Психология. Педагогика»
3	https://isu.bibliotech.ru/ ЭБС ЭЧЗ «Библиотех»
4	http://rucont.ru/ Национальный цифровой ресурс «Рукопонт» электронные версии печатных изданий раздел «Психология»
5	http://ibooks.ru электронная библиотека ЭБС «Айбукс.ру», Электронная библиотека «Интуит.ру»
6	http://diss.rsl.ru/ Электронная библиотека диссертаций РГБ
7	Сайт по психологии: описание психологических тестов, тестирование он-лайн, тренинги, упражнения, статьи, советы психологов: http://azps.ru
8	Федеральный образовательный портал: http://www.edu.ru/ .
9	https://www.koob.ru/ – электронная библиотека психологической литературы
10	Поисковые системы: Yandex, Google и др.

**МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ
(МОДУЛЯ)**

Учебно-лабораторное оборудование:

Не используется

Программное обеспечение:

Университет обеспечен необходимым комплектом лицензионного и свободно распространяемого программного обеспечения, в том числе отечественного производства (подробная информация размещена на сайте ИГУ).

№ п/п	Наименование
1	Adobe Reader DC 2019.008.20071
2	IrfanView 4.42
3	Foxit PDF Reader 8.0
4	Google Chrome
5	Java 8
6	Kaspersky Endpoint Security для бизнеса- Стандартный Russian Edition. 250-499.
7	Microsoft Office Enterprise 2007 Russian Academic OPEN No Level
8	Mozilla Firefox

9	Office 365 ProPlus for Students
10	OpenOffice 4.1.3
11	Opera 45
12	PDF24Creator 8.0.2
13	Skype 7.30.0
14	VLC Player 2.2.4
15	WinPro 10 RUS Upgrd OLP NL Acdmc.
16	7zip 18.06

6.3. Технические и электронные средства:

Мультимедийные средства для презентаций учебного материала (компьютер, колонки, проектор, настенный экран), компьютеризированные методы психодиагностики (разработанные программные продукты – методики тестирования и обработки результатов), слайды, фрагменты учебных фильмов, современные лицензионные компьютерные статистические системы для анализа данных и обработки результатов эмпирических исследований. В процессе обучения применяются ресурсы электронной информационно-образовательной среды ИГУ (Educa), доступной студентам посредством индивидуального логина как в локальной сети вуза (в компьютерных классах факультета и других подразделений вуза), так и с любого другого компьютера.

VII. ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ

При организации лекционных занятий используются методы проблемного обучения, интерактивное обучение. Дисциплина предполагает использование активных и интерактивных методов обучения, наглядных методов с электронной презентацией материалов, социально-психологического тренинга. Также используются дистанционные образовательные технологии.

Наименование тем занятий с использованием активных и интерактивных форм обучения

№	Тема занятия	Вид занятия	Форма / Методы интерактивного обучения	Кол-во часов
1.	Проектирование и проведение тренинга в организации	Практическое	СПТ	4
2.	Тренинг командообразования	Практическое	СПТ	4

VIII. ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ И ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

8.1. Оценочные материалы для входного контроля

Оценочные средства для входного контроля (могут быть в виде тестов с закрытыми или открытыми вопросами). Оценочными средствами входного контроля являются тесты, направленные на проверку знаний по базовым дисциплинам: Проектирование теоретического и эмпирического исследования; качественные и количественные методы исследования в психологии; актуальные проблемы теории и практики современной психологии.

Примерные задания теста для входного контроля

1. Сущность человека определяется формулой стимул-реакция в психологическом направлении:
А) психоаналитическое;
Б) бихевиористическое;
В) гуманистическое.
2. Психодиагностические методы относятся к группе методов:
А) организационные;
Б) эмпирические;
В) интерпретационные.
3. Методы исследования в политической психологии масс:
А) глубинные психологические интервью, контент-анализ;
Б) социометрические опросы, групповая оценка личности;
В) наблюдение, массовые опросы, фокус-группы.
4. Человек рождается:
А) социальным индивидом Б) индивидуальностью
В) биологическим индивидом Г) личностью
5. К какой группе неосознаваемых явлений относится установка:
А) бессознательных механизмов
Б) бессознательных побудителей
В) надсознательных процессов
6. Укажите методы исследования, которые соответствуют группе интерпретационных:
А) корреляционные
Б) психодиагностические
В) генетические
Г) методы опроса, наблюдения Д) лонгитюдный Е) сравнительный Ж) эксперимент
7. Предметом наблюдения в процессе психодиагностического исследования являются:
А) интериоризированные компоненты деятельности;
Б) экстериоризированные действия;
В) эмоции;
Г) мотивация.
8. Структура интервью не включает в себя один из ниже приведенных блоков:
А) сбор анамнестических данных;
Б) вводная часть;
В) основная часть;
Г) заключительная часть.
9. Первую классификацию типов личности предложил:
А) Г. Айзенк;
Б) Э. Кречмер;
В) Теофраст;
Г) Аристотель.
10. Социальные связи и отношения составляют основу формирования человека как:
А) личности;
Б) индивида;
В) индивидуальности.

**Материалы для проведения текущего и промежуточного контроля знаний
студентов**

№ п/п	Вид контроля	Контролируемые темы (разделы)	Компетенции, компоненты которых контролируются
1.	Промежуточный, текущий	Методологические основы субъектного подхода к тренинговой работе	ПК-3
2.	Промежуточный, текущий	Типология тренинговых групп. Психологические особенности тренинговой группы. Групповая динамика.	ПК-3
3.	Промежуточный, текущий	Проектирование и проведение тренинга в организации	ПК-3
4.	Промежуточный, текущий	Тренинг командообразования	ПК-3

Вопросы к зачету:

1. Группы тренинга (Т -группы).
2. Бихевиорально ориентированные группы.
3. Психодраматический подход.
4. Гуманистическое направление.
5. Транзактный анализ в группах.
6. Гештальтподход в групповой работе.
7. Соотношение понятий "групповая психотерапия", "групповая психокоррекция" и "групповой тренинг".
8. Цели тренинговой работы.
9. Групповые нормы.
10. Качественный и количественный состав тренинговых групп.
11. Описание этапов развития группы в тренинге.
12. Трудности и способы их преодоления на различных этапах.
13. Изменение состояния участников тренинга.
14. Особенности изменения атмосферы общения в процессе тренинга.
15. Специфические черты тренингов.
16. Основные роли ведущего группы.
17. Стили руководства группой.
18. Характеристика личности группового тренера.
19. Общие тренинговые методы.
20. Игры и психотехники ориентированные на обратную связь
21. Феномен обратной связи и его значение.
22. . Психологические особенности тренинговой группы. Групповая динамика
23. Преимущества групповой формы психологической работы.
24. Ролевые позиции в группе.
25. Групповая сплоченность.
26. Гомогенность и гетерогенность тренинговых групп.
27. Идеальная модель развития группы.
28. Стадии развития групп со спонтанной динамикой.
29. Стадии развития групп с управляемой динамикой.
30. Кризисы роста в развитии тренинговой группы.
31. Командообразование как необходимый элемент продуктивной деятельности организации.
32. Основные составляющие программы тренинга командообразования.

УНИВЕРСАЛЬНЫЕ КРИТЕРИИ ОЦЕНКИ РАЗЛИЧНЫХ ФОРМ УЧЕБНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ СТУДЕНТОВ

КРИТЕРИИ ОЦЕНКИ УСТНЫХ ОТВЕТОВ И ВЫСТУПЛЕНИЙ

Кейсы: 1) «отлично» / «зачтено» выставляется при соблюдении следующих условий: четкая формулировка проблемы, полное и соответствующее ситуации решение, предполагаемые действия описаны логично и последовательно, даны конкретные комментарии и предложения к решению ситуации; 2) «хорошо» / «зачтено» выставляется при соблюдении следующих условий: понимание сути проблемы, формулирование проблемы в целом соответствует основным требованиям, но имеются незначительные неточности, решение соответствует ситуации, логика и последовательность действий не нарушены; 3) «удовлетворительно» / «зачтено» выставляется при соблюдении следующих условий: проблема сформулирована с ошибками, приведен набор действий, потенциально способствующих улучшению ситуации и решению проблемы; 4) «неудовлетворительно» / «не зачтено» выставляется в том случае, если решение не сформулировано, и/или предложенный перечень мероприятий не соответствует ситуации.

Ролевые игры: 1) качество теоретической и практической подготовки к ролевой игре; 2) владение содержанием концепции, которой посвящена ролевая игра; 3) соблюдение требований конкретной формы ролевой игры (консультационного процесса, конференции психологов или практического семинара для психологов). Кроме того, к оценке работы участников ролевой игры применяются критерии в зависимости от их функций в конкретной ролевой игре. Так работа студентов, выполняющих роль экспертов оценивается по критериям: анализ всей игры и исполнителей конкретных ролей; соблюдение условий ролевой игры участниками и т.д.

Дискуссии: 5 баллов выставляется студенту, если он активно участвует в дискуссии, полностью раскрывая обсуждаемый вопрос, правильно отвечает на уточняющие вопросы, демонстрируя знания, выходящие за рамки учебного плана, демонстрирует свою авторскую позицию; 4 балла выставляется студенту, если он участвует в дискуссии, в целом смог раскрыть тему и дать правильные ответы на вопросы, иногда демонстрируя авторскую позицию, базовый уровень знаний материала; 3 балла выставляется, если студент принимает участие в обсуждении, но не во всех вопросах, не полностью раскрыл тему и не смог аргументированно дать ответы на вопросы. Не может сформулировать свою авторскую позицию; 2-1 балл выставляется, если студент пассивен, не полностью раскрыл тему и не смог обосновать ответы на вопросы, не высказывает свою точку зрения; 0 баллов выставляется, если студент не принимает участие в работе группы, не раскрыл тему.

Ответ студента на теоретический вопрос: 1) «отлично» выставляется, если ответ отличается глубиной и полнотой, свободным владением понятийно-категориальным аппаратом изученной дисциплины, отражает знание не только основной, но и дополнительной литературы, приводятся примеры, отражающие умение связать теорию с практикой, ответ изложен логически последовательно, грамотно и корректно; 2) «хорошо» выставляется, если ответ отличается полнотой, владением понятийно-категориальным аппаратом, но в ответе могут присутствовать неточности, отражает знание основной литературы, приведены примеры, отражающие умение связать теорию с практикой, ответ изложен логически последовательно, грамотно и корректно, но недостаточно аргументирован; 3) «удовлетворительно» выставляется студенту в случае знания понятийно-категориального (терминологического) аппарата, но присутствуют отдельные ошибки и неточности, ответ характеризуется недостаточным знанием рекомендованной литературы, неполный, носит фрагментарный, непоследовательный

характер; 4) «неудовлетворительно» выставляется, если ответ характеризуется незнанием материала, либо фрагментарным представлением, содержит множество ошибок, примеры и иллюстрации отсутствуют, ответ логически непоследователен.

КРИТЕРИИ ОЦЕНКИ ПИСЬМЕННЫХ РАБОТ

Критерии оценки реферата: 1) «отлично» - соответствие содержания реферата его теме, наличие продуманного плана изложения материала, самостоятельный анализ и обобщение научных работ по теме реферата, структурирование информации, оформление реферата в соответствии с требованиями; 2) «хорошо» - соответствие содержания реферата его теме, наличие плана изложения материала, небольшие недочеты в структурировании информации и оформлении реферата; 3) «удовлетворительно» - в целом соответствие содержания реферата его теме, отсутствие полноты анализа научных источников по теме реферата, наличие недочетов в структурировании материала и оформлении реферата; 4) «неудовлетворительно» - несоответствие содержания реферата его теме, фрагментарность и отсутствие анализа научных источников по теме реферата, существенные недочеты в оформлении реферата.

Критерии оценки эссе. Эссе – самостоятельная творческая работа по определенной теме или вопросу изучаемой дисциплины. Как правило, эссе имеет небольшой объем (2-3 с. печатного текста), пишется в свободной стилистике и оценивается по следующим критериям: владение теоретическим материалом, его глубокое понимание, самостоятельность рассуждений, аргументированность собственной позиции, логичность, последовательность изложения, владение психологической терминологией. Критерии оценки эссе: 1) «отлично» - соответствие всем критериям, 2) «хорошо» - соответствие критериям: владение теоретическим материалом, его глубокое понимание, самостоятельность рассуждений и аргументированность собственной позиции; незначительные недочеты в последовательности изложения и используемой терминологии; 3) «удовлетворительно» - соответствие критериям владение теоретическим материалом, его глубокое понимание, отсутствие аргументированности своей позиции, недочеты в структурировании и в использовании терминологии; 4) «неудовлетворительно» - слабое владение теоретическим материалом, существенные ошибки в его понимании, неграмотное использование психологической терминологии.

Критерии оценки выполнения задания для самостоятельной работы: 1) если студент без ошибок и в срок выполнял задания, данные преподавателем, то ему ставится отметка в баллах ($max=5$ баллов) в образовательном портале EDUCA напротив соответствующего задания; 2) если студент с грубыми ошибками выполнил задание или не выполнил его вовсе, то ему ставится 0 баллов. До экзамена (зачета) студент, получивший отметку 0 баллов, должен внести правки, отмеченные преподавателем и разместить в образовательном портале задание ещё раз.

Критерии оценки тестирования по разделам или темам дисциплин на образовательном портале EDUCA: «отлично» - 86 и более баллов; «хорошо» - 70 и выше баллов; «удовлетворительно» - 60 баллов; «неудовлетворительно» - менее 60 баллов.

Суммарные критерии оценивания результатов обучения:

Итоговый семестровый рейтинг ($S_{итог}$)	Академическая оценка
60-69 баллов	«удовлетворительно»
70...85 баллов	«хорошо»
86...100 баллов	«отлично»

Разработчик:



_____. Доцент кафедры социальной, экстремальной и пенитенциарной психологии, канд. психол. наук, доцент. Е.Л. Трофимова

Программа рассмотрена на заседании кафедры Социальной, экстремальной и пенитенциарной психологии

«28» мая 2025 г.

Протокол № 9

Зав. кафедрой



А.В. Глазков

Настоящая программа, не может быть воспроизведена ни в какой форме без предварительного письменного разрешения кафедры-разработчика программы.