Министерство просвещения Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Ульяновский государственный педагогический университет
имени И.Н. Ульянова»
(ФГБОУ ВО «УлГПУ им. И.Н. Ульянова»)

Факультет педагогики и психологии
Кафедра психологии

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 0233C9D60038B01A9E48C1A3FBB4A9D9F6
Владелец: Титов Сергей Николаевич
Действителен: с 07.07.2023 до 28.04.2038

УТВЕРЖДАЮ
Проректор по учебно-методической
работе С.Н. Титов

ПРАКТИКУМ ПО ПРОВЕДЕНИЮ СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ТРЕНИНГА У ПОДРОСТКОВ

Программа учебной дисциплины вариативного модуля «Техники психологического воздействия»

основной профессиональной образовательной программы высшего образования – программы бакалавриата по направлению подготовки
44.03.02 Психолого-педагогическое образование

направленность (профиль) образовательной программы
Практическая психология

(очная форма обучения)

Составитель: Вершинина В.В.
доцент кафедры психологии

Рассмотрено и одобрено на заседании ученого совета факультета педагогики и психологии, протокол от «23» мая 2023 г. № 6

Ульяновск, 2023

Место дисциплины в структуре образовательной программы

Дисциплина «Практикум по проведению социально-психологического тренинга у подростков» относится к дисциплинам обязательной части Блока 1. вариативный модуль «Техники психологического воздействия» учебного плана основной профессиональной образовательной программы высшего образования – программы магистратуры по направлению подготовки 44.03.02 Психолого-педагогическое образование, направленность (профиль) образовательной программы «Практическая психология», очной формы обучения.

Дисциплина опирается на результаты обучения, сформированные в рамках курсов бакалавриата Психолого-педагогического модуля или соответствующих дисциплин высшего профессионального образования.

Результаты изучения дисциплины являются основой для изучения дисциплин и прохождения практик: Учебная (технологическая (проектно-технологическая)) практика по модулю, Учебная (ознакомительная) практика по модулю, Производственная практика (технологическая (проектно-технологическая) практика).

1. Перечень планируемых результатов обучения (образовательных результатов) по дисциплине

Цели дисциплины - помочь студентам-психологам приобрести базовые знания, умения и навыки в разработке и проведении тренингов различных форматов. В программе отражены наиболее важные проблемы разработки и проведения психологического тренинга. Студенты в ходе курса знакомятся с историей возникновения практики работы с группами, спецификой тренинговой работы, видами тренинговых групп, особенностями групповой динамики и т.д.

Задачи дисциплины: Основная задача первой части дисциплины дать представление студентам об истории возникновения психологического тренинга, специфике тренинговой формы работы, специфических чертах тренинга, видах тренинговых групп, функциях и стилях тренера, ко-тренерстве, профессиональной этике тренера. Подробно разбираются фазы развития тренинговой группы и особенности групповой динамики на каждом этапе. Уделяется внимание конструированию тренинга, общей последовательности смысловых разделов.

Вторая часть дисциплины представляет собой ряд тренинговых занятий. На них демонстрируются общие тренинговые методы. Кроме того, студенты сами тренируются в составлении и проведении тренинговых программ. В качестве задач второй части изучения дисциплины выдвигаются задачи приобретения и отработки навыков написания и проведения тренинговых программ.

Существенным в рамках данного курса представляется осознание студентами, получающими степень бакалавра, единства теории и практики и необходимости теоретических и практических знаний для эффективной работы.

В результате освоения программы обучающийся должен овладеть следующими результатами обучения по дисциплине «Практикум по проведению социально-психологического тренинга у подростков» (в таблице представлено соотнесение образовательных результатов обучения по дисциплине с индикаторами достижения компетенций):

Компетенция и индикаторы ее достижения в дисциплине	Образовательные результаты дисциплины (этапы формирования дисциплины)		
	знает	умеет	владеет
ПК-13 Способен проводить психологические консультации, собеседования и тренинги по разным направлениям			

профессиональной деятельности ПК-13.2 Демонстрирует техники проведения индивидуальных и групповых психологических консультаций ПК-13.3 Демонстрирует техники психокоррекционного воздействия.	ОР-1 техники проведения групповых психологических консультаций ОР-2 техники психокоррекционного воздействия	ОР-3 умеет демонстрировать техники проведения групповых психологических консультаций ОР-4 умеет демонстрировать техники психокоррекционного воздействия	

2. Объем дисциплины в зачетных единицах с указанием количества академических часов, выделенных на контактную работу обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий) и на самостоятельную работу обучающихся

Номер семестра	Учебные занятия						Форма промежуточной аттестации
	Всего		Лекции, час	Практические занятия, час	Лабораторные занятия, час	Самостоят. работа, час	
	Трудоемк.						
	Зач. ед.	Часы					
7	3	108		42	-	66	Зач.
Итого:	3	108		42	-	66	Зач.

3. Содержание дисциплины, структурированное по темам (разделам) с указанием отведенного на них количества академических часов и видов учебных занятий

3.1.Указание тем (разделов) и отведенного на них количества академических часов и видов учебных занятий

Наименование раздела и тем	Количество часов по формам организации обучения			
	Лекционные занятия	Практические занятия	Лабораторные занятия	Самостоятель-ная работа
7 семестр				
Тема 1. Введение в тренинг.		2	-	6
Тема 2. Виды тренинговых групп.		2	-	6
Тема 3. Тренер как ведущий тренинга.		2	-	6
Тема 4. Особенности групповой динамики.		4	-	6
Тема 5. Конструирование тренинга.		4	-	6
Тема 6. Общие тренинговые методы.		4	-	6

Тема 7. Форматы психологического тренинга.		24	-	30
ИТОГО 7 семестр		42		66

3.2.Краткое описание содержания тем (разделов) дисциплины

Краткое содержание курса (7 семестр)

Тема №1. Введение в тренинг.

История возникновения психологического тренинга как формы работы с группами. Спе-цифика тренинговой формы работы. Тренинг как пересечение психокоррекции, психоте-рапии и обучения. Специфические черты тренинга. Группа. Методы набора групп. Про-тивопоказания для участия в тренинге. Пространственная организация тренинга.

Тема №2. Виды тренинговых групп.

Виды тренинговых групп: по временному фактору, по целям, по обобщенному принципу деятельности, по психологическому направлению.

Тема №3. Тренер как ведущий тренинга.

Тренер. Функции тренера. Стиль тренера. Ко-тренерство. Профессиональная этика и со-ответствие тренера требованиям к ведущим групп.

Тема №4. Особенности групповой динамики.

Фазы развития тренинговой группы. Этап эйфории, конфликтный этап, продуктивный этап, завершающий этап: индикаторы этапа, чувства участников, отношение к тренеру, специфика конфликтов, окончание. Зависимость групповой динамики от количества участников, от общего времени существования группы. Специфика работы с группой подростков.

Тема №5. Конструирование тренинга.

Конструирование тренинга. Общая последовательность смысловых разделов. Правила тренинга. Особенности работы на шерингах.

Тема №6. Общие тренинговые методы.

Общие тренинговые методы. Диагностические процедуры. Теоретические блоки. Мозго-вой штурм. Групповая дискуссия. Разогревающие игры. Психогимнастика. Социально-перцептивные упражнения. Телесно-ориентированные упражнения. Медитации. Проективное рисование. Ролевые игры. Творческие игры.

Тема 7. Форматы психологического тренинга.

Бихевиоральный тренинг. Гештальтпсихология. Телесно-ориентированный тренинг. Тренинг в формате НЛП. Арт-терапия. Сказко-терапия. Позитивная психотерапия. Пара-доксальная психотерапия. Сензитивный тренинг. Танцевальная психотерапия.

Интерактивная форма: Мастер-классы «Тренинг».

4. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине

Самостоятельная работа студентов является особой формой организации учебного процесса, представляющая собой планируемую, познавательно, организационно и методически направляемую деятельность студентов, ориентированную на достижение конкретного результата, осуществляемую без прямой помощи преподавателя. Самостоятельная работа студентов является составной частью учебной работы и имеет целью закрепление и углубление полученных знаний и навыков, поиск и приобретение новых знаний, а также выполнение учебных заданий, подготовку к предстоящим занятиям и экзамену. Она

предусматривает, как правило, разработку рефератов, написание докладов, выполнение творческих, индивидуальных заданий в соответствии с учебной программой (тематическим планом изучения дисциплины). Тема для такого выступления может быть предложена преподавателем или избрана самим студентом, но материал выступления не должен дублировать лекционный материал. Реферативный материал служит дополнительной информацией для работы на практических занятиях. Основная цель данного вида работы состоит в обучении студентов методам самостоятельной работы с учебным материалом. Для полноты усвоения тем, вынесенных в практические занятия, требуется работа с первоисточниками. Курс предусматривает самостоятельную работу студентов со специальной литературой. Следует отметить, что самостоятельная работа студентов результативна лишь тогда, когда она выполняется систематически, планомерно и целенаправленно.

Задания для самостоятельной работы предусматривают использование необходимых терминов и понятий по проблематике курса. Они нацеливают на практическую работу по применению изучаемого материала, поиск библиографического материала и электронных источников информации, иллюстративных материалов. Задания по самостоятельной работе даются по темам, которые требуют дополнительной проработки.

Общий объем самостоятельной работы студентов по дисциплине включает аудиторную и внеаудиторную самостоятельную работу студентов в течение семестра.

Аудиторная самостоятельная работа осуществляется в форме выполнения тестовых заданий, кейс-задач, письменных проверочных работ по дисциплине. Аудиторная самостоятельная работа обеспечена базой тестовых материалов, кейс-задач по разделам дисциплины.

Внеаудиторная самостоятельная работа осуществляется в формах:
- подготовки к проведению мастер-классов.
- подготовка глоссария основных понятий.

Материалы, используемые для текущего контроля успеваемости обучающихся по дисциплине

ОС-1 Тест
Примерные тестовые задания.

1. По организации времени группы делятся на :
   А) группы встреч
   Б) инструментальные группы
   В) интенсивы
   Г) сензитивные группы
   Д) все ответы верны
2. По целям группы делятся на:
   А) группы встреч
   Б) инструментальные группы
   В) интенсивы
   Г) сензитивные группы
   Д) все ответы верны
3. Группы, которые проводят раз в одну-три недели в течении 2-4 часов, называют группы _____
4. Тренинги, на которых идет работа с личностной сферой человека, называются тренинги _____.
5. Найдите соответствие в двух системах:
   1) психолог не имеет права работать с этим человеком на тренинге
   2) опытный тренер может справиться с данным участником
   А) человек с психическими отклонениями
   Б) человек тревожный и низкой самооценкой

ОС-2 Составление глоссария основных понятий

Задание. Необходимо выписать от руки в рабочую тетрадь 33 понятия, имеющих отношение к изучаемой дисциплине.

ОС-3 Подготовка и проведение тренинга
Темы для проведения мастер-классов

Форматы психологического тренинга.
Студенты разбиваются на пары и выбирают одну из предложенных тем:
- Бихевиоральный тренинг.
- Гештальтпсихология.
- Телесно-ориентированный тренинг.
- Тренинг в формате НЛП.
- Арт-терапия.
- Сказко-терапия.
- Позитивная психотерапия.
- Парадоксальная психотерапия.
- Сензитивный тренинг.
- Танцевальная психотерапия.

Для самостоятельной подготовки к занятиям по дисциплине рекомендуется использовать учебно-методические материалы:
Практические аспекты организации профессиональной деятельности по направлению «Психологическое образование» / Белозерова Л.А., Гурылева Л.В., Семенова И.А., Сила-кова М.М., Скрипичникова И.В. – Ульяновск: ФГБОУ ВО «УлГПУ им. И.Н. Ульянова», 2017. – 64 с.

5. Примерные оценочные материалы для проведения текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине

Организация и проведение аттестации студента

ФГОС ВО ориентированы преимущественно не на сообщение обучающемуся комплекса теоретических знаний, но на выработку у бакалавра компетенций – динамического набора знаний, умений, навыков и личностных качеств, которые позволят выпускнику стать конкурентоспособным на рынке труда и успешно профессионально реализовываться.

В процессе оценки бакалавров необходимо используются как традиционные, так и инновационные типы, виды и формы контроля. При этом постепенно традиционные средства совершенствуются в русле компетентностного подхода, а инновационные средства адаптированы для повсеместного применения в российской вузовской практике.

Цель проведения аттестации – проверка освоения образовательной программы дисциплины-практикума через сформированность образовательных результатов.

Промежуточная аттестация осуществляется в конце семестра и завершает изучение дисциплины; помогает оценить крупные совокупности знаний и умений, формирование определенных компетенций.

Оценочными средствами текущего оценивания являются: доклад, тесты по теоретическим вопросам дисциплины, защита практических работ и т.п. Контроль усвоения материала ведется регулярно в течение всего семестра на практических (семинарских, лабораторных) занятиях.

№ п/п	**СРЕДСТВА ОЦЕНИВАНИЯ,** используемые для текущего оценивания	Образовательные результаты дисциплины

	показателя формирования компетенции	
1.	**Оценочные средства для текущей аттестации** ОС-1 Тест ОС-2 Составление глоссария основных понятий ОС-3 Подготовка и проведение мастер класса	ОР-1 техники проведения групповых психологических консультаций ОР-2 техники психокоррекционного воздействия ОР-3 умеет демонстрировать техники проведения групповых психологических консультаций ОР-4 умеет демонстрировать техники психокоррекционного воздействия
2.	**Оценочные средства для промежуточной аттестации** **экзамен** ОС-4 Зачет в форме собеседования	

Описание оценочных средств и необходимого оборудования (демонстрационного материала), а так же процедуры и критерии оценивания индикаторов достижения компетенций на различных этапах их формирования в процессе освоения образовательной программы представлены в Фонде оценочных средств для текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации по дисциплине «Практикум по проведению социально-психологического тренинга у подростков».

Материалы, используемые для текущего контроля успеваемости обучающихся по дисциплине

Материалы для организации текущей аттестации представлены в п.5 программы.

Материалы, используемые для промежуточного контроля успеваемости обучающихся по дисциплине

ОС-4 Зачет в форме собеседования.
Примерные вопросы к зачету

1) История возникновения психологического тренинга
2) Специфика тренинговой формы работы
3) Специфические черты тренинга
4) Виды тренинговых групп
5) Функции тренера и стили тренера
6) Профессиональная этика тренера

В конце изучения дисциплины подводятся итоги работы студентов на лекционных и практических занятиях путем суммирования заработанных баллов в течение семестра.

Критерии оценивания знаний обучающихся по дисциплине

Формирование балльно-рейтинговой оценки работы обучающихся

		Посещение лекций	Посещение лабораторных и практических занятий	Работа на лабораторных и практических занятиях	зачет
7 семестр	Разбалловка по видам работ		1 х 21 = 21 балл	215 баллов	64 балла

	Суммарный макс. балл		21 балл max	236 баллов max	300 баллов max

Критерии оценивания работы обучающегося по итогам 7 семестре

Оценка	Баллы (3 ЗЕ)
«зачтено»	151 балл и более
«не зачтено»	150 баллов и менее

6. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины

Успешное изучение курса требует от обучающихся посещения лекций, активной работы на практических занятиях, выполнения всех учебных заданий преподавателя, ознакомления с основной и дополнительной литературой.

Запись **лекции** – одна из форм активной самостоятельной работы обучающихся, требующая навыков и умения кратко, схематично, последовательно и логично фиксировать основные положения, выводы, обобщения, формулировки. В конце лекции преподаватель оставляет время (5 минут) для того, чтобы обучающиеся имели возможность задать уточняющие вопросы по изучаемому материалу. Из-за недостаточного количества аудиторных часов некоторые темы не удается осветить в полном объеме, поэтому преподаватель, по своему усмотрению, некоторые вопросы выносит на самостоятельную работу студентов, рекомендуя ту или иную литературу. Кроме этого, для лучшего освоения материала и систематизации знаний по дисциплине, необходимо постоянно разбирать материалы лекций по конспектам и учебным пособиям. В случае необходимости обращаться к преподавателю за консультацией.

Подготовка к практическим занятиям.

При подготовке к практическим занятиям студент должен изучить теоретический материал по теме занятия (использовать конспект лекций, изучить основную литературу, ознакомиться с дополнительной литературой, при необходимости дополнить конспект, делая в нем соответствующие записи из литературных источников). В случае затруднений, возникающих при освоении теоретического материала, студенту следует обращаться за консультацией к преподавателю. Идя на консультацию, необходимо хорошо продумать вопросы, которые требуют разъяснения.

В начале практического занятия преподаватель знакомит студентов с темой, оглашает план проведения занятия, выдает задания. В течение отведенного времени на выполнение работы студент может обратиться к преподавателю за консультацией или разъяснениями. В конце занятия проводится прием выполненных заданий, собеседование со студентом.

Результаты выполнения практических зданий оцениваются в баллах, в соответствии с балльно-рейтинговой системой университета.

Планы практических занятий (7 семестр)

Задания для самостоятельной работы

Студентам предлагается разделиться на микро-группы по 2-3 человека и выбрать одну из предложенных преподавателем тем. По данной теме они готовят занятие, которое проводят со своей группой в соответствии с графиком, утверждённым преподавателем. Занятие проходит в форме тренинга. Ниже представлены планы, в соответствии с которыми должны быть подготовлены тренинги для мастер-классов.

Тема 7. Форматы психологического тренинга.

Студенты разбиваются на пары и выбирают одну из предложенных тем:

- Бихевиоральный тренинг.
- Гештальтпсихология.
- Телесно-ориентированный тренинг.

- Тренинг в формате НЛП.
- Арт-терапия.
- Сказко-терапия.
- Позитивная психотерапия.
- Парадоксальная психотерапия.
- Сензитивный тренинг.
- Танцевальная психотерапия.

7. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, Интернет-ресурсов, необходимых для освоения дисциплины

Основная литература

1. Григорьев, Н. Б. Психотехнологии группового тренинга : учебное пособие / Н.Б. Григорьев. - Санкт-Петербург : Санкт-Петербургский государственный институт психологии и социальной работы, 2008. - 176 с. - (Электронный ресурс – Режим доступа: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=277328)
2. Евтихов, О. В. Теория и практика тренинга : учебное пособие / О.В. Евтихов. — 3-е изд. — Москва : ИНФРА-М, 2021. — 174 с. — (Высшее образование: Бакалавриат). - ISBN 978-5-16-109590-4. - Текст : электронный. - URL: https://znanium.com/catalog/product/1513627
3. Трифонова, Т.А. Основы социально-психологического тренинга : учебное пособие / Т.А. Трифонова. - Казань : Познание, 2008. - 184 с. . (Электронный ресурс – Режим доступа: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=257910)

Дополнительная литература

1. Марасанов, Г. И. Социально-психологический тренинг / Г.И. Марасанов. - 4-е изд., испр. и доп. - Москва : Когито-Центр, 2001. - 251 с. (Электронный ресурс – Режим доступа: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=86238)
2. Цветкова, Л. А. Групповая работа с детьми и подростками: Учебно-методическое пособие / Цветкова Л.А., Яничева Т.Г. - СПб:СПбГУ, 2016. - 56 с(Электронный ресурс.- Режим доступа: http://znanium.com/catalog.php?bookinfo=941980).

Интернет-ресурсы

№ п/п	Наименование разработки в электронной форме	Ссылка на информационный ресурс	Доступность
1.	Сайт журнала «Вопросы психологии»	http://www.voppsy.ru/	Свободный доступ
2.	Открытая электронная библиотека российских журналов по психологии и педагогике	http://psyjournals.ru/	Свободный доступ
3.	Библиотека психологической литературы.	http://psylib.myword.ru	Свободный доступ
4.	Электронный журнал «Психологическая наука и образование»	http://psyedu.ru/	Свободный доступ

Лист согласования рабочей программы
учебной дисциплины

Направление подготовки: 44.03.02 Психолого-педагогическое образование
Профиль: Практическая психология (очное, заочное)
Рабочая программа Практикум по проведению социально-психологического тренинга у подростков
Составитель: В.В. Вершинина – Ульяновск: УлГПУ, 2023.

Программа составлена с учетом федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по направлению подготовки 44.03.02 Психолого-педагогическое образование, утверждённого Министерством образования и науки Российской Федерации, и в соответствии с учебным планом.

Составители _____ В.В. Вершинина
(подпись)

Рабочая программа учебной дисциплины (практики) одобрена на заседании кафедры психологии " 23" мая 2023г., протокол № 14
Заведующий кафедрой

_____ Силакова М.М. 23.05.2023
личная подпись *расшифровка подписи* *дата*

Рабочая программа учебной дисциплины (практики) согласована с библиотекой
Сотрудник библиотеки

_____ Марсакова Ю.Б. 20.04.23
личная подпись *расшифровка подписи* *дата*

Программа рассмотрена и одобрена на заседании ученого совета факультета педагогики и психологии "23" мая 2023 г., протокол № 6
Председатель ученого совета факультета педагогики и психологии

_____ Кокин В.А. 23.05.23
личная подпись *расшифровка подписи* *дата*