

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«САРАТОВСКИЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ  
ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ  
Н.Г. ЧЕРНЫШЕВСКОГО»  
Факультет психологии



УТВЕРЖДАЮ  
Декан факультета психологии  
Л.Н. Аксеновская

"23" 06 2020 г.

**Рабочая программа дисциплины**  
Психотехнология тренинга. Часть 1. Основы психотехнологии тренинга

**Направление подготовки**  
37.03.01 Психология

Год начала подготовки по учебному плану 2020

Квалификация (степень) выпускника  
**Бакалавр**

Форма обучения  
**очно-заочная**

Саратов,  
2020

Статус	ФИО	Подпись	Дата
Преподаватель-разработчик	Фролова С.В.	<i>Фролова</i>	23.06.20
Председатель НМК	Балакирева Е.И.	<i>Балакирева</i>	23.06.20
Заведующий кафедрой	Белых Т.В.	<i>Белых</i>	23.06.20
Специалист Учебного управления			

## **1. Цели и задачи освоения дисциплины**

Целями освоения дисциплины «Основы психотехнологии тренинга» являются:

- развитие способности и готовности выпускника к осуществлению стандартных базовых процедур оказания индивиду и группе психологической помощи с использованием традиционных методов и технологий;
- формирование системы профессиональных знаний о целях, задачах, правилах, принципах и механизмах использования психотехник управления социально-психологическими процессами и состояниями в тренинге;
- подготовка к участию в организации работы, направленной на оптимизацию психического функционирования индивида и группы в различных сферах жизнедеятельности.

Задачи дисциплины:

- знакомство с психотехнологией как наукой о практическом использовании психологических техник управления;
- формирование представлений о задачах, структуре и прикладном значении социально-психологического тренинга;
- знакомство с теоретико-методологическими основами тренинговой работы;
- овладение основными процедурами социально-психологического тренинга;
- формирование стандартных умений и навыков проведения социально-психологического тренинга.

## **2. Место дисциплины в структуре ООП**

Дисциплина «Основы психотехнологии тренинга» содержательно и методически взаимосвязана с другими частями ООП, является дисциплиной по выбору вариативной части Блока 1 «Дисциплины (модули)», призванных осуществлять более углубленную подготовку к решению специальных и практических профессиональных задач. Освоение дисциплины опирается на компетенции, приобретенные в процессе изучения курсов: «Общая психология», «Психология развития и возрастная психология», «Психология личности», «Педагогическая психология», «Клиническая психология», «Основы консультативной психологии». Практическая направленность дисциплины «Основы психотехнологии тренинга» способствуют подготовке к выпускной квалификационной работе и выбору дальнейшего направления обучения в магистратуре.

## **3. Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения дисциплины «Основы психотехнологии тренинга»**

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций:

- способность к осуществлению стандартных базовых процедур оказания индивиду, группе, организации психологической помощи с использованием традиционных методов и технологий (ПК-3);
- способность к участию в проведении психологических исследований на основе применения общепрофессиональных знаний и умений в различных научных и научно-практических областях психологии (ПК-7).

В результате изучения дисциплины студент должен:

### ***Знать:***

- предметную область психотехнологии как науки об использовании психотехник управления психологическими и социально-психологическими процессами;
- сущность и значение понятий «психотехнология» и «психотехника»;
- основные виды социально-психологического тренинга и специфику используемых методических подходов;
- классификацию видов психотехник и уровни их организации;
- подходы к организации психологического тренинга, сложившиеся в различных психологических школах;
- основы содержательного и формального планирования тренинга;
- цели, задачи, правила, принципы и механизмы использования психотехник управления социально-психологическими процессами в тренинге;
- стандартные процедуры, структуру и логику проведения тренинговых занятий;
- основные направления деятельности ведущего психологических тренингов;
- этические принципы деятельности психолога-ведущего тренинговых групп.

### ***Уметь:***

- участвовать в планировании и организации профессиональной деятельности, направленной на оптимизацию психического функционирования индивида и группы;
- принимать участие в постановке целей и задач тренинга, исходя из социального запроса и актуальных условий и возможностей;
- участвовать в решении поставленных в тренинге задач посредством эффективного использования механизмов управления групповым процессом;
- выбирать тренинговые процедуры и психотехники адекватно поставленным задачам;
- использовать эффективную обратную связь в социально-психологическом тренинге;
- применять знания психотехнологии тренинга для решения практических задач прикладных областей психологии.

### ***Владеть:***

- основными понятиями психотехнологии тренинга и теории групповой динамики;
- методами проведения тренинга и механизмами управления групповым процессом;
- основами содержательного и формального планирования тренинга;
- навыками эффективной обратной связи и безопасного общения в группе;
- навыками оказания эмоциональной поддержки в группе;
- приемами оценки эффективности психологического тренинга;
- основными стандартными процедурами социально-психологического тренинга для оптимизации психического функционирования индивида, группы, организации.

## **4. Структура и содержание дисциплины «Основы психотехнологии тренинга»** Общая трудоемкость дисциплины составляет 4 зачетных единицы (144 часа).

№ п/п	Раздел дисциплины	Семестр	Неделя семестра	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)				Формы текущего контроля успеваемости (по неделям семестра) Формы промежуточной аттестации (по
				Лек	Сем	ПР	СРС	
1	Раздел 1. Психотехнология групповой работы	7	1	2		1	6	Формы текущего контроля успеваемости: контрольные вопросы.
2	Раздел 2. Социально-психологический тренинг как форма специально организованного общения	7	2-5	4		6	6	Формы текущего контроля успеваемости: контрольные вопросы, участие в практических
3	Раздел 3. Теоретические основы групповой психологической работы	7	6	2		1	12	Формы текущего контроля успеваемости: контрольные вопросы, контроль самостоятельной подготовки и участия в
4	Раздел 4. Механизмы управления групповым процессом	7	7	2		1	10	Формы текущего контроля успеваемости: контрольные вопросы, контроль самостоятельной подготовки и участия в
5	Раздел 5. Стадии развития группы	7	8-9	2		4	10	Формы текущего контроля успеваемости: контрольные вопросы, контроль самостоятельной подготовки и участия в
6	Раздел 6. Личность в процессе группового взаимодействия	7	10	1		1	4	Формы текущего контроля успеваемости: контрольные вопросы, контроль самостоятельной подготовки и участия в
7	Раздел 7. Основные модели тренинга и их теоретико-методологические основания	7	10-12	1		2	8	Формы текущего контроля успеваемости: контрольные вопросы, контроль самостоятельной подготовки и участия в
8	Раздел 8. Тренинг как эффективный способ обучения и развития личности	7	12-16	2		8	12	Демонстрация подготовленных проектов - проведение подготовленных

								супервизией.
9	Промежуточная аттестация	7					36	Форма промежуточной аттестации – экзамен
10	Итого часов:			16		24	104 (68+36)	144

**Для студентов, получающих второе высшее образование**  
общая трудоемкость дисциплины составляет 4 зачетных единицы (144 часа).

№ п/п	Раздел дисциплины	Семестр	Неделя семестра	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)				Формы текущего контроля успеваемости (по неделям семестра) Формы промежуточной аттестации (по семестрам)
				Лек	Сем	ПР	СРС	
1	Раздел 1. Психотехнология групповой работы	3	1	2		2	8	Формы текущего контроля успеваемости: контрольные вопросы.
2	Раздел 2. Социально-психологический тренинг как форма специально организованного общения	3	2-5	2		2	12	Формы текущего контроля успеваемости: контрольные вопросы, участие в практических занятиях.
3	Раздел 3. Теоретические основы групповой психологической работы	3	6	2		2	16	Формы текущего контроля успеваемости: контрольные вопросы, контроль самостоятельной подготовки и участия в практических занятиях.
4	Раздел 4. Механизмы управления групповым процессом	3	7	2		2	10	Формы текущего контроля успеваемости: контрольные вопросы, контроль самостоятельной подготовки и участия в практических занятиях.
5	Раздел 5. Стадии развития группы	3	8-9	2		2	10	Формы текущего контроля успеваемости: контрольные вопросы, контроль самостоятельной подготовки и участия в практических занятиях.
6	Раздел 6. Личность в процессе группового взаимодействия	3	10	2		2	4	Формы текущего контроля успеваемости: контрольные вопросы, контроль самостоятельной подготовки и участия в практических занятиях.

7	Раздел 7. Основные модели тренинга и их теоретико-методологические основания	3	10-12			2	10	Формы текущего контроля успеваемости: контрольные вопросы, контроль самостоятельной подготовки и участия в практических занятиях.
8	Раздел 8. Тренинг как эффективный способ обучения и развития личности	3	12-16				21	Демонстрация подготовленных проектов - проведение подготовленных элементов тренинга с супервизией.
9	Промежуточная аттестация	3					27	Форма промежуточной аттестации – экзамен (27 часов).
10	Итого часов: 144			12		14	118	

### Содержание разделов дисциплины

#### **Раздел 1. Психотехнология групповой работы**

##### **Тема 1. Понятие психотехнологии и психотехники**

Понятие психотехники. Психотехнология как наука о практическом использовании психотехник. Объект и предмет психотехнологии. Психотехнические средства и их виды. Психологическая технология как система практических действий. Предмет психотехнологии групповой работы.

##### **Тема 2. Виды и формы групповой психологической работы**

Классификация видов групповой работы. Групповая работа, центрированная на решении личностных проблем. Психологическая группа, центрированная на решении групповых задач. Групповые и индивидуальные задачи. Эмоционально- и рационально-ориентированные группы. Немедицинская групповая психотерапия. Психотерапевтические и консультативные группы: общее и различия. Группы тренинга.

#### **Раздел 2. Социально-психологический тренинг как форма специально организованного общения**

##### **Тема 3. История развития и современное представление о тренинговых группах**

Определение тренинга. История развития тренинговых групп. Вклад К. Левина в развитие движения групп тренинга. Виды тренинга. Психологический тренинг как область практической психологии. Социально-психологический тренинг как форма специально организованного общения.

##### **Тема 4. Принципы организации и работы тренинговой группы**

Добровольность участия. Самодиагностика. Принцип взаимодействия в диалоге. Принцип гетерогенности. Постоянство состава группы. Принцип оптимизации развития. Регулярность обратной связи.

##### **Тема 5. Основные процедуры социально-психологического тренинга**

Обучающая лаборатория. Представление себя. Обратная связь. Правила

эффективной обратной связи. Экспериментирование в тренинге. Области применения социально-психологического тренинга. Исследования тренинговых групп.

#### **Тема 6. Структура занятия в социально-психологическом тренинге**

Логика развития группового процесса в ходе одного занятия. Процедура приветствия. Постановка общегрупповых задач и целеполагание участников. Обращение внимания к правилам работы в группе. Разминка. Основная часть занятия и решение поставленных задач. Процедура обратной связи. Подведение итогов занятия. Процедура прощания в тренинге.

#### **Тема 7. Характеристика основных тренинговых форм**

Индивидуальная форма работы в тренинге. Форма работы в парах. Рекомендации ведущему. Работа в малых подгруппах (по 3-4 или 7-8 человек). Общая работа в два круга («карусель»). Активная работа части группы. «Аквариумный» способ наблюдения в тренинге. Большой тренинговый круг.

### **Раздел 3. Теоретические основы групповой психологической работы**

#### **Тема 8. Изучение феноменов влияния группы на личность**

Психология малых групп. Социально-психологические эксперименты. Феномены социальной фасилитации и социальной ингибиции. Феномены катарсиса и групповой поддержки.

#### **Тема 9. Роль теории поля Курта Левина в развитии психотехнологии тренинга**

Понятие социальной группы. Групповое решение как процедура изменения. Феномен сдвига к риску. Исследование влияния стиля руководства группой на уровень агрессии ее участников. Введение в психологию понятия обратной связи. Значение обратной связи в тренинговой группе для развития личности

#### **Тема 10. Социометрическая система Я.Л. Морено. Становление групповой психотерапии**

**10.1.** Группообразование и социальная динамика. Социодинамический закон и социогенетический принцип. Критерии сплоченности группы

**10.2.** Ролевые категории и типы межлических отношений. Соматические, социальные и психологические роли. Вчувствование. Перенос. Теле.

### **Раздел 4. Механизмы управления групповым процессом**

#### **Тема 11. Цели, задачи и правила работы группы**

Постановка целей и задач работы тренинговой группы. Планирование социально-психологического тренинга. Подбор участников тренинговой группы. Психологическая характеристика группы. Участники группы. Общие групповые задачи и обучение целеполаганию участников. Роли и нормы. Лидерство в группе. Выработка правил работы группы. Обращение к правилам как механизм управления групповым процессом.

#### **Тема 12. Способы поддержания эффективной групповой деятельности**

Основные способы поддержания групповой деятельности: ритуал, ритм, структурирование, целеполагание. Правила и уровни обратной связи.

Информативный и эмоциональный уровни работы в группе. Психотерапевтический потенциал психотехник. Психотехники создания рабочего состояния. Психотехники снятия напряжения в группе. Психотехники групповой сплоченности.

### **Тема 13. Психотерапевтическое воздействие группы**

Терапевтические факторы группы. Использование обратной связи для самосовершенствования. Понятие катарсиса. Способность самовыражения. Объективизация внутренних переживаний. Групповая поддержка. Преимущества групповой психологической работы.

### **Раздел 5. Стадии развития группы**

#### **Тема 14. Групповая динамика**

Ситуация и динамика группы как единого целого. Теория групповой динамики. Межличностные взаимодействия участников группы. Социодинамический закон и социогенетический принцип Я.Л. Морено. Параметры оценки групповой динамики.

#### **Тема 15. Основные стадии развития группы**

**15.1.** Стадия подготовки. Постановка целей и задач. Правила формирования группы.

**15.2.** Стадия зависимости и ориентировки участников. Создание благоприятных условий для эффективного начала работы группы. Выработка групповых норм. Формулирование индивидуальных задач участников тренинга.

**15.3.** Стадия нарастающего напряжения. Процесс коррекции самооценки участников и самораскрытие членов группы. Развитие активного игрового взаимодействия. Развитие навыков творческого подхода к действительности, нестандартных приемов реагирования на ситуацию. Решение задачи сплочения группы для активного взаимодействия.

**15.4.** Стадия эффективно работающей группы. Владение методом выработки группового решения. Формирование групповой цели. Реализация личных целей внутри групповой деятельности. Признаки эффективно работающей группы.

**15.5.** Особенности завершающего этапа работы группы. Подведение итогов работы. Подготовка участников к расставанию. Построение планов на будущее.

#### **Тема 16. Психотехники, используемые на различных стадиях развития группы**

Информативный и эмоциональный уровни работы в группе. Психотехники, используемые на различных стадиях группового процесса. Психотехники приветствия. Психотехники знакомства. Ритуалы приветствия и прощания. Процедура целеполагания. Психотехники снятия напряжения в группе. Техники конфронтации. Техники взаимодействия на уровне «здесь и теперь». Вербальные коммуникативные игры. Невербальные психотехники. Психотехники прямого взаимодействия. Психотехники, способствующие выражению эмоций. Проективные психотехники. Техники индивидуальной и групповой поддержки в рамках групповой динамики. Психотехники



завершающего этапа работы группы.

## **Раздел 6. Личность в процессе группового взаимодействия**

### **Тема 17. Ведущий тренинга как субъект группового процесса**

**17.1.** Требования к личности психолога – ведущего группы. Способность к эмпатии, рефлексии и идентификации. Аутентичность ведущего. Особенности позитивного диалектического мышления. Профессиональное мировоззрение.

**17.2.** Подготовка и квалификация психолога, руководящего групповой работой. Требования к квалифицированности ведущего. Необходимые знания и опыт ведущего.

**17.3.** Профессиональные навыки ведущего группы. Микронавыки. Навыки психодиагностики. Владение техниками индивидуального и группового консультирования. Владение навыками использования техник вербального и невербального общения, техник выражения чувств, навыками оказания психологической поддержки, фасилитации, выдвижения целей, обратной связи и т.д.

**17.4.** Разнообразие стилей управления групповой работой. Направленность на изменения и направленность на поддержку. Индивидуальный стиль ведущего. Основные роли ведущего группы. Эффективность со-ведения тренинга. Типы взаимодействия ведущих.

### **Тема 18. Личность участника социально-психологического тренинга**

Требования, предъявляемые к личности участника тренинга. Противопоказания для участия в тренинговой группе. Психодиагностика кандидатов для участия в тренинге. Заключение социального контракта. Области личностного взаимодействия в группе. Внутриспихическая динамика личности в группе.

## **Раздел 7. Основные модели тренинга и их теоретико-методологические основания**

### **Тема 19. Модели тренинга в контексте различных теорий личности и групп**

#### **19.1. Тренинг развития личности в межличностном пространстве**

Собственно тренинговые группы (Т-группы). Теоретико-методологические основания тренинговой работы. Общее понимание принципов групповой динамики. Цели и задачи тренинговых групп. Сфера применения данного тренинга.

#### **19.2 Тренинг жизненных умений**

Бихевиорально ориентированные группы. Теоретико-методологические основания тренинговой работы. Цели и задачи тренинговых групп. Методы и методики, используемые в ходе данного вида тренинга. Репетиция поведения. Сфера применения данного тренинга.

#### **19.3. Тренинг решения личностных проблем. Психодраматический подход**

Теоретико-методологические основания психодрамы Я.Л. Морено. Базовые понятия психодрамы. Спонтанность. Ролевая игра. Катарсис. Вчувствование и теле. Основные техники психодрамы. Структура

психодраматической сессии. Цели и задачи психодраматических групп. Сфера применения психодрамы.

#### **19.4. Тренинг свободного самоопределения группы. Гуманистический подход**

Теоретико-методологические основания тренинговой работы. Цели и задачи групп встреч. Самораскрытие. Внимание к чувствам. Сфера применения групп встреч.

#### **19.5. Тренинг самоактуализации и саморегуляции. Гештальтподход**

Основные теоретико-методологические положения. Цели и задачи гештальтгрупп. Расширение сферы осознания как главная задача гештальтгрупп.

### **Раздел 8. Тренинг как эффективный способ обучения и развития личности**

#### **Тема 20. Тренинг в современной практической психологии**

Наиболее распространенное понимание тренинга в современной практической психологии. Тренинг как метод решения актуальных задач личности и группы. Сферы применения обучающего и развивающего тренинга.

#### **Тема 21. Обзор видов тренинга в различных областях прикладной психологии**

##### **21.1. Тренинги в сфере образования**

Тренинг познавательных процессов. Тренинг безопасного общения. Тренинги профилактической направленности. Тренинг профилактики экзаменационного стресса. Социально-психологический тренинг для педагогов.

##### **21.2. Тренинги в бизнес-сфере**

Тренинг лидерства. Тренинг деловых качеств. Тренинг эмоциональной компетентности.

##### **21.3. Тренинги в сфере личностного консультирования**

Тренинг личностного роста. Тренинг эффективной коммуникации. Тренинг уверенного поведения. Тренинг личной эффективности. Тренинг решения личностных проблем

#### **Тема 22. Система психотехнологических факторов и видов групповой психологической работы**

Обобщение полученных знаний в рамках тематических занятий части дисциплины «Основы психотехнологии тренинга».

### **Содержание практических занятий**

#### **Раздел 1. Психотехнология групповой работы**

##### **Практическое занятие 1. Знакомство с примерами психотехник различных классификационных групп**

Описание, демонстрация и практическое выполнение ряда психотехник, используемых в групповой работе и различающихся по своим функциям, структуре, характеру взаимодействия и используемым средствам общения.

## **Раздел 2. Социально-психологический тренинг как форма специально организованного общения**

### **Практическое занятие 2. Методика проведения тренингового занятия**

Ознакомление с методикой проведения тренингового занятия, с процедурой постановки цели и задач занятия, необходимыми правилами подготовки ведущего к занятию, со структурой занятия, его обязательными элементами. Формирование индивидуальных заданий обучающихся по разработке элементов социально-психологического тренинга.

### **Практическое занятие 3. Основные процедуры социально-психологического тренинга**

Практическое знакомство с основными процедурами социально-психологического тренинга: представление участников, целеполагание, выработка правил работы в группе, эффективная обратная связь и др.

### **Практические занятия 4-6. Элементы социально-психологического тренинга**

Участие в тренинговых занятиях. Анализ структуры занятия, характера выполняемых процедур и психотехник, группового взаимодействия. Проверка соответствия поставленных групповых задач, содержания и направленности основных психотехник и полученных результатов в тренинговом занятии. Формирование представлений о логике построения тренингового занятия и управления групповым процессом.

### **Практическое занятие 7. Основные тренинговые формы**

Практическое знакомство с основными формами организации работы в тренинге: индивидуальная форма работы, работа в парах, работа в малых подгруппах (по 3-4 или 7-8 человек), общая работа в два круга («карусель»), активная работа части группы, «аквариумный» способ наблюдения в тренинге, большой тренинговый круг.

## **Раздел 3. Теоретические основы групповой психологической работы**

**Практическое занятие 8.** Практическое знакомство с теорией ролей Я.Л. Морено. Упражнения, направленные на развитие вчувствования (эмпатии). Техника Морено «Обмен ролями».

## **Раздел 4. Механизмы управления групповым процессом**

**Практическое занятие 9.** Практическое знакомство с возможностями влияния на участников группы психотехник создания рабочего состояния, психотехник снятия напряжения в группе, психотехник групповой сплоченности.

## **Раздел 5. Стадии развития группы**

**Практические занятия 10-13.** Освоение стандартных процедур и психотехник, используемых на различных стадиях развития группы: психотехник приветствия и знакомства; процедуры целеполагания участников; вербальных коммуникативных игр; невербальных психотехник; психотехник, способствующих выражению эмоций; психотехник индивидуальной и групповой поддержки; процедуры обратной связи; процедуры завершения работы в группе.

## **Раздел 6. Личность в процессе группового взаимодействия**

**Практическое занятие 14.** Самодиагностика ведущего тренинга и методики

диагностики кандидатов для участия в социально-психологическом тренинге. Диагностика личностных особенностей, ценностно-мотивационной сферы, межличностных отношений, уровня тревожности и уровня агрессивности.

#### **Раздел 7. Основные модели тренинга и их теоретико-методологические основания**

**Практическое занятие 15.** Знакомство с методом «Репетиция поведения» тренинга жизненных умений (бихевиорально ориентированных групп).

**Практическое занятие 16.** Знакомство с техникой социодрамы в тренинге решения личностных проблем.

#### **Раздел 8. Тренинг как эффективный способ обучения и развития личности**

##### **Практические занятия 17-20. Элементы тренинга коммуникативной компетентности**

Проведение студентами подготовленных элементов тренинга под супервизией преподавателя, направленных на развитие коммуникативной компетентности, с последующим анализом, обсуждением в группе и рекомендациями преподавателя.

##### **Практические занятия 21-24. Элементы тренинга эмоциональной компетентности**

Проведение студентами подготовленных элементов тренинга под супервизией преподавателя, направленных на развитие эмоциональной компетентности, с последующим анализом, обсуждением в группе и рекомендациями преподавателя.

#### **4. Образовательные технологии**

В ходе реализации различных видов учебной работы по освоению дисциплины «Основы психотехнологии тренинга» используются образовательные технологии, направленные на актуализацию творческой активности и инициативы студента, повышение уровня его мотивации, ответственности за качество освоения образовательной программы и позволяющие формировать у обучающихся требуемые образовательной программой общекультурные и профессиональные компетенции. Этому способствуют следующие активные инновационные методы обучения.

*Лекция – пресс-конференция.* Предполагает объявление темы лекции и предложение студентам письменно задавать вопросы преподавателю по данной теме. Студент обязан сформулировать вопросы в течение 5 минут. Далее преподаватель сортирует поступившие записки и читает лекцию в форме связного раскрытия темы, в процессе которого формулируются ответы на заданные вопросы.

В соответствии с требованиями ФГОС ВО по направлению подготовки «психология» в ходе учебного процесса по освоению модуля «Психотехнология тренинга» в целях формирования и развития профессиональных навыков обучающихся предусматривается широкое использование в учебном процессе активных и интерактивных форм проведения практических занятий – элементов психологических тренингов:

- *элементы тренинга начинающего тренера;*

- элементы социально-психологического тренинга;
- элементы тренинга эмоциональной компетентности;
- элементы тренинга эффективной коммуникации;
- элементы тренинга саморегуляции.

*Практические занятия* предоставляют студентам возможности получения опыта участия в тренинге, а также проведения подготовленных самостоятельно элементов тренинга под супервизией профессионала.

Данные занятия представляют собой специальную систематическую тренировку, обучение по заранее отработанной методике, сконцентрированной на формировании и совершенствовании умений и навыков проведения тренинговых занятий; установления, поддержания контакта с группой; выстраивания психодиагностической беседы с кандидатами в тренинговую группу; осуществления систематического наблюдения и саморефлексии ведущего тренинга; эффективного применения активного и эмпатического слушания; исследования проблемных ситуаций и запросов участников; позитивной обратной связи в группе; оказания психологической поддержки; организации группового процесса в тренинге; планирования достижения поставленных целей и задач в групповой работе; а также навыков саморегуляции своей профессиональной деятельности и эмоциональных состояний с целью снижения рисков нанесения вреда и профилактики эмоционального сгорания психолога.

Среди видов активности на практических занятиях анализируются и оцениваются:

- активность участия;
- умение четко следовать инструкциям к применению упражнений и методик в психологическом тренинге;
- умение анализировать групповой процесс и механизмы управления им;
- умение применять полученные теоретические знания при выполнении практических заданий.

Удельный вес занятий, проводимых в интерактивных формах, составляет 50% аудиторных занятий, что соответствует требованиями ФГОС ВО и главной цели ООП подготовки бакалавров по направлению «психология».

Обучающиеся инвалиды и лица с ограниченными возможностями здоровья обеспечиваются печатными и электронными образовательными ресурсами в формах, адаптированных к ограничениям их здоровья.

**5. Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы студентов. Оценочные средства для текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации по итогам освоения дисциплины**

**Виды самостоятельной работы.** В ходе освоения дисциплины «Основы психотехнологии тренинга» предполагаются следующие виды самостоятельной работы:

- подготовка к практическим занятиям (см. 6.1),
- написание рефератов по отдельным разделам дисциплины (см. 6.2.),
- выполнение тестовых заданий (см. фонд оценочных средств).

**Порядок выполнения самостоятельной работы.** Самостоятельная подготовка к практическим занятиям, подготовка проектов, написание рефератов осуществляется регулярно по каждому разделу модуля и определяется календарным графиком изучения дисциплины. Время, отводимое на подготовку проектов в первой части модуля – 1 месяц. Время, отводимое на подготовку рефератов – от 2 недель до месяца, но работа должна быть предъявлена для проверки не позднее, чем за неделю до начала сессии.

**Порядок осуществления текущего контроля.** Текущий контроль выполнения самостоятельной работы осуществляется регулярно (еженедельно), начиная со второй недели семестра.

Текущий контроль освоения отдельных разделов дисциплины осуществляется при помощи тестовых заданий в завершении изучения каждого раздела.

Система текущего контроля успеваемости служит в дальнейшем более объективному оцениванию в ходе промежуточной аттестации (см. 6.5.).

### **5.1. Задание для подготовки к практическим занятиям**

#### **Практическое задание**

**Вариант А.** Используя специальную литературу, знания, полученные в ходе теоретического и практического освоения разделов 1 и 2, а также методику построения и проведения тренингового занятия (с которой обучающиеся знакомятся на втором практическом занятии), студентам предлагается со второй недели 7-го семестра приступить к проектированию элемента тренинга коммуникативной компетентности. На подготовку проекта дается 3 недели. С 5-й недели обучающиеся приступают к демонстрации подготовленных элементов тренинга в учебной группе и выступают в роли ведущих тренинга под сопровождением супервизора (преподавателя).

**Вариант В.** Опираясь на уже полученные в первых разделах изучаемого модуля знания и на методику построения и проведения тренингового занятия, студентам предлагается подготовить элемент тренинга эмоциональной компетентности. На подготовку проекта дается 3 недели. С 5-й недели обучающиеся приступают к демонстрации подготовленных элементов тренинга в учебной группе и выступают в роли ведущих тренинга под сопровождением супервизора (преподавателя).

#### *Рекомендуемая литература для подготовки к выполнению практического задания*

Авидон И., Гончукова О. Тренинги формирования команды. Материалы для подготовки и проведения. СПб: Речь, 2008. – 280 с.

Авидон И., Гончукова О. 100 разминок, которые украсят ваш тренинг. – СПб.: Речь, 2007. – 256 с.

Бэндлер Р. Используйте свой мозг для изменений. Новосибирск, 1992.

- Вачков И.В. Групповые методы в работе школьного психолога. - М.: Ось- 89, 2002.
- Вачков И.В., Дерябо С.Д. Окна в мир тренинга. Методологические основы субъектного подхода к групповой работе. — СПб.: Речь, 2004.
- Витакер Д.С. - Группы как инструмент психологической помощи. - М., 2000. – 432 с. // [http://ihtik.lib.ru/psychology\\_21dec2006/psychology\\_21dec2006\\_433.rar](http://ihtik.lib.ru/psychology_21dec2006/psychology_21dec2006_433.rar)
- Игры – обучение, тренинг, досуг... / П.р В.В. Петрусинского. – В 4 кн. – М., 1994.
- Клюева Н.В. Технология работы психолога с учителем – М.: ТЦ «Сфера», 2000. – 192 с.
- Митрофанова Б. Психологический тренинг в группе: Игры и упражнения: Учебное пособие. 2-е издание. – М.: Изд-во Института Психотерапии, 2008.
- Нельсон-Джоунс Р. Теория и практика консультирования. – СПб.: Питер, 2001. – 464с.
- Петровская Л.А. Компетентность в общении. Социально-психологический тренинг. – М: Изд-во МГУ, 1989. – 216 с.
- Практикум по арт-терапии / Под ред. А.И. Копытина. – СПб: Изд-во «Питер», 2000. – 448с.
- Прутченков А.С. Социально-психологический тренинг в школе. М., 2001. Психогимнастика в тренинге / Под ред. Н.Ю. Хрящевой. – СПб.: Речь, 2006. – 256 с.
- Психологический тренинг в группе. – М.: Изд-во: Психотерапия, 2008.
- Рогов Е.И. Настольная книга практического психолога в образовании: Учебное пособие. - М.: ВЛАДОС, 1996. – 529 с. С. 417-522.
- Самоукина Н.В. Первые шаги школьного психолога: Психологический тренинг. – Дубна, 2002.
- Самоукина Н.В. Игры в школе и дома: Психотехнические упражнения и коррекционные программы. – М., 1995.
- Сидоренко Е.В. Тренинг коммуникативной компетентности в деловом взаимодействии. - СПб.: Речь, 2002.
- Старшенбаум Г.В. Тренинг навыков практического психолога. Интерактивный учебник. Игры, тесты, упражнения. - М.: Изд-во Психотерапия», 2008.
- Тримаскина И. В., Тарантин Д. Б., Матвиенко С. В. Тренинг эмоционального интеллекта и развития личной эффективности. –СПб.: Речь, 2010.
- Форверг М., Альберг Т. Характеристика социально-психологического тренинга поведения // Психологический журнал, 1984, Т. 5, № 4.
- Фролова С.В. Введение в психотехнологию групповой работы. Саратов: Изд-во Саратов. ун-та, 2005.
- Фролова С.В. Консультативная психология: теория и практика. Саратов: СГУ им. Н.Г. Чернышевского, 2010. [http://library.sgu.ru/uch\\_lit/64.pdf](http://library.sgu.ru/uch_lit/64.pdf)
- Фролова С.В. Психотехнология групповой работы [Электронный ресурс]: учебно-методическое пособие для магистрантов, обучающихся по

направлению «Психология» факультета психологии. - Саратов: [б. и.], 2015. - 126 с. // <http://library.sgu.ru> ID= 1308

Цзен Н.В., Пахомов Ю.В. Психотренинг: Игры и упражнения. – М, 1988.

Цзен Н.В., Пахомов Ю.В. Психотренинг. Игры и упражнения. Изд. 2-е, доп. -М, 1999 // [http://ihtik.lib.ru/psychology\\_21dec2006/psychology\\_21dec2006\\_2119.rar](http://ihtik.lib.ru/psychology_21dec2006/psychology_21dec2006_2119.rar)

## **5.2. Рефераты по отдельным разделам дисциплины**

### **Темы рефератов**

1. Психологическая технология как система практических действий
2. Классификация видов и форм групповой психологической работы
3. Требования, предъявляемые к личности ведущего психологической группы
4. Понятия групповой психотерапии, группового психологического консультирования, группового психологического тренинга.
5. Исследование эффектов группы
6. Значение теории поля К. Левина для развития психотехнологии групповой работы
7. Социометрическая система Я.Л. Морено в истории развития психотехнологии групповой работы
8. Типы межлических отношений и теория ролей Я.Л. Морено
9. Групповая динамика. Стадии развития группы. Параметры оценки групповой динамики.
10. Правила формирования и работы группы
11. Психологические характеристики группы
12. Факторы, способствующие эффективности групповой работы.
13. Вербальная и невербальная коммуникации в практике группового тренинга
14. Психологическая работа с конфликтами в группе
15. Механизм обратной связи в групповом процессе.
16. Психотехники, используемые на различных стадиях группового процесса.
17. Социально-психологический тренинг компетентности в общении
18. Теория и практика классической психодрамы Я.Л. Морено
19. Психодинамический подход к группе
20. Экзистенциальный подход к группе
21. Гештальттерапия в группе
22. Транзактный анализ в групповой работе
23. Поведенческая групповая терапия
24. Рационально-эмотивная поведенческая терапия
25. Использование арт-терапии в практике групповой работы
26. Тренинг формирования команды
27. Тренинг эмоциональной компетентности.
28. Этика использования психотехник в групповой работе. Внутригрупповая этика
29. Понятие ко-терапии. Преимущества и ограничения

### **Литература:**

1. Арт-терапия - новые горизонты / под ред. А. И. Копытина. - Москва: Когито-центр, 2006. - 335 с.
2. Берн Э. Групповая психотерапия. – М., 2001.



3. Бэндлер Р. Используйте свой мозг для изменений. Новосибирск, 1992.
4. Дьячук НВ. Психотехника. – М., 1996.- 363 с.
5. Жуков Ю.М., Журавлев А.В., Павлова Е.Н. Технологии командообразования. Учебное пособие. Гриф УМО. – М.: "Аспект Пресс", 2008. – 320 с.
6. Карелин А.А. Снег на листьях. – М.: Эксмо, 2010 г. – 224 с.
7. Кори Д. Теория и практика группового консультирования / Пер. с англ. Е. Рачковой. – М.: Изд-во Эксмо, 2003. – 640 с.
8. Кочюнас Р. Основы психологического консультирования и групповой психотерапии. – 2-у изд., стереотип. – М.: Академический Проект; ОППЛ, 2003. – 464 с.
9. Левин К. Теория поля в социальных науках. – СПб., 2000.
10. Лейтц Г. Психодрама: Теория и практика. – М., 1994.
11. Ли Д. Практика группового тренинга. 3-е изд. – СПб.: Питер, 2009. – 224с.
12. Морено Я.Л. Социометрия: Экспериментальный метод и наука об обществе. – М.. 2001.
13. Петровская Л.А. Общение – компетентность - тренинг. Избран. тр. – М: Смысл, 2007. – 686 с.
14. Рудестам К. Групповая психотерапия = Experiential Groups in Theory and Practice / К. Рудестам. - 2-е изд. – СПб.; М.; Харьков; Минск: Питер, 2000. - 376 с
15. Техники групповой психотерапии / Кори Дж., Кори М., Колланэн П., Рассел М. – СПб, 2001.
17. Творческая реабилитация детей, подростков и молодых людей с особыми потребностями [Текст]: материалы междунар. науч.-практ. конф. 30 нояб.-1 дек. 2000 г. - Санкт-Петербург: Изд. ГАООРДИ, 2001. - 219 с.
18. Фролова С.В. Психотехнология групповой работы [Электронный ресурс]: учебно-методическое пособие для магистрантов, обучающихся по направлению «Психология» факультета психологии / С. В. Фролова. - Саратов: [б. и.], 2015. - 126 с. - Б. ц. Перейти к внешнему ресурсу: Текст: <http://library.sgu.ru> ID= 1308 (дата размещения: 15.07.2015)
19. Цзен Н.В., Пахомов Ю.В. - Психотренинг. Игры и упражнения - Изд. 2-е, доп. - М., 1999 // <http://www.klex.ru/42b>
20. Чистякова М. И. Психогимнастика. - М, 1990.
21. Ялом И. Групповая психотерапия. – СПб, 2001.

### **5.3. Контрольные вопросы к дисциплине «Основы психотехнологии тренинга»**

1. Понятия психотехнологии и психотехники. Психотехнология как наука об использовании психологических техник
2. Классификация видов и форм групповой психологической работы
3. Понятия групповой психотерапии и группового консультирования
4. Требования, предъявляемые к личности ведущего группы
5. Теоретические и практические знания ведущего группы
6. Профессиональные навыки и опыт ведущего группы.
7. Теоретические основы групповой работы. Исследование эффектов группы

8. Социометрическая система Я.Л. Морено. Социодинамический закон и социогенетический принцип
9. Типы межлических взаимоотношений («вчувствование», «перенос» и «теле») и групповая сплоченность в теории Я. Морено
10. Значение теории поля К. Левина для развития психотехнологии групповой работы
11. Психологические характеристики группы. Роли и нормы группы
12. Субъекты групповой психологической работы. Система взаимодействия в группе
13. Личность участника группы. Области личностного взаимодействия в групповом процессе
14. Механизмы управления групповым процессом: нормы и правила, обратная связь, ритуал, ритм, структурирование, целеполагание.
15. Механизм обратной связи. Уровни и виды обратной связи.
16. Правила эффективной обратной связи.
17. Формирование правил работы группы.
18. Психотерапевтические факторы работы группы.
19. Цели и задачи работы группы. Целеполагание как механизм управления групповым процессом
20. Структура тренингового занятия.
21. Групповая динамика и параметры ее оценки. Стадии развития группы.
22. Особенности начальной стадии работы группы.
23. Особенности переходной стадии работы группы: задачи и используемые психотехники.
24. Особенности продуктивной стадии работы группы.
25. Решение задачи сплочения группы для активного взаимодействия.
26. Критерии групповой сплоченности.
27. Особенности завершающего этапа работы группы.
28. Виды психотехник.
29. Психотехники, используемые на различных стадиях группового процесса.
30. Вербальные коммуникативные игры. Невербальные психотехники.
31. Психотехники прямого и опосредствованного взаимодействия.
32. Психотехники, способствующие выражению чувств.
33. Этика использования психотехник в групповой работе. Внутригрупповая этика.
34. Основные методы группового психологического воздействия.
35. Гештальтгруппы: основные задачи, принципы, психотехники.
36. Группы встреч: теория и практика.
37. Группы тренинга умений.
38. Группы терапии искусством.
39. Применение психодрамы в решении личностных проблем.
40. Стили руководства группой.

## 7. Данные для учета успеваемости студентов в БАРС

Таблица максимальных баллов по видам учебной деятельности

1	2	3	4	5	6	7	8	9
Семестр	Лекции	Лабораторные занятия	Практические занятия	Самостоятельная работа	Тестирование	Другие виды учебной деятельности	Промежуточная аттестация	Итого
7	10	0	30	30	15	0	15	100

### Для студентов, получающих второе высшее образование

1	2	3	4	5	6	7	8	9
Семестр	Лекции	Лабораторные занятия	Практические занятия	Самостоятельная работа	Тестирование	Другие виды учебной деятельности	Промежуточная аттестация	Итого
7	10	0	30	30	15	0	15	100

### Программа оценивания учебной деятельности студента

#### Лекции

Оценивается посещаемость, активность на лекциях – пресс- конференциях, умение выделить главную мысль на проблемных лекциях, ответы на блиц-опросы.

#### *Предмет оценивания, диапазон баллов и критерии оценки*

##### 1) Посещаемость оценивается от 0 до 10 баллов:

- 10 баллов – посещение 90 – 100% лекций,
- 9 баллов – посещение 80 – 89% лекций,
- 8 баллов – посещение 70 – 79% лекций,
- 7 баллов – посещение 60 – 69% лекций,
- 6 баллов – посещение 50 – 59% лекций,
- 5 баллов – посещение 40 – 49% лекций,
- 4 балла – посещение 30 – 39 % лекций,
- 3 балла – посещение 20 – 29 % лекций,
- 2 балла – посещение 11 – 19 % лекций,
- 1 балл – посещение 5 – 10 % лекций,
- 0 баллов – посещение 0 – 4 % лекций.

##### 2) Активность на лекциях – пресс-конференциях оценивается от 0 до 10 баллов:

- 10 баллов – активность на 90 – 100% лекций – пресс-конференций,
- 9 баллов – активность на 80 – 89% лекций – пресс-конференций,
- 8 баллов – активность на 70 – 79% лекций – пресс-конференций,
- 7 баллов – активность на 60 – 69% лекций – пресс-конференций,
- 6 баллов – активность на 50 – 59% лекций – пресс-конференций,
- 5 баллов – активность на 40 – 49% лекций – пресс-конференций,
- 4 балла – активность на 30 – 39 % лекций – пресс-конференций,
- 3 балла – активность на 20 – 29 % лекций – пресс-конференций,
- 2 балла – активность на 11 – 19 % лекций – пресс-конференций,
- 1 балл – активность на 5 – 10 % лекций – пресс-конференций,
- 0 баллов – активность на 0 – 4 % лекций – пресс-конференций.

Итоговое оценивание всей работы на лекциях осуществляется путем вычисления среднего арифметического значения оценок по двум выше обозначенным показателям. Максимальное среднее значение по двум параметрам оценки – 10 баллов.

#### Практические занятия

Оценивается самостоятельность при выполнении работы, активность работы в аудитории, правильность выполнения заданий, умение четко

следовать инструкциям к применению упражнений, методик и процедур группового психологического тренинга; умение анализировать групповой процесс и механизмы управления им; умение применять полученные теоретические знания при выполнении практических заданий; уровень подготовки к занятиям, на которых бакалавры демонстрируют самостоятельно разработанные проекты групповых тренинговых сессий (см. 6.1).

При демонстрации самостоятельно подготовленных проектов в роли ведущего группы оценивается четкость следования алгоритму построения группового психологического занятия, использование механизмов управления групповым процессом, наличие процедур приветствия, целеполагания, использования правил работы, адекватный выбор и применение разминки; соответствие содержания основной части групповой сессии поставленным групповым задачам, использование механизма обратной связи с опорой на правила ее эффективности, умение завершать работу тренинговой сессии.

***Диапазон баллов и критерии оценки работы на практических занятиях***  
***Работа на практических занятиях оценивается от 0 до 30 баллов:***

25 – 30 баллов – отличная подготовка к занятиям с демонстрацией тренинговой сессии; предварительное обсуждение подготовленного проекта (оформленного в печатном виде) с преподавателем; четкое следование алгоритму построения группового психологического занятия в качестве ведущего тренинговой сессии, использование механизмов управления групповым процессом, наличие процедур приветствия, целеполагания, использования правил работы, адекватный выбор и применение разминки; соответствие содержания основной части тренинговой сессии поставленным групповым задачам, использование механизма обратной связи с опорой на правила ее эффективности, умение завершать работу групповой психологической сессии; посещение от 80 до 100% всех практических занятий; правильность выполнения заданий, умение четко следовать инструкциям к применению упражнений, методик и процедур группового психологического тренинга; умение анализировать групповой процесс и механизмы управления им; умение применять полученные теоретические знания при выполнении практических заданий.

20 – 24 балла – хорошая подготовка к занятиям с демонстрацией тренинговой сессии; предварительное обсуждение подготовленного проекта (оформленного в печатном виде) с преподавателем; следование алгоритму построения группового психологического занятия в качестве ведущего тренинговой сессии с небольшими недочетами; использование не всех механизмов управления групповым процессом, отсутствие какой-либо из дополнительных, но обязательных процедур сессии, соответствие содержания основной части групповой сессии поставленным групповым задачам, использование механизма обратной связи с опорой на правила ее эффективности, умение завершать работу тренинговой сессии; посещение от 60 до 80% всех практических занятий; правильность выполнения заданий, умение четко следовать инструкциям к применению упражнений, методик и процедур группового психологического тренинга; попытка анализировать групповой процесс и механизмы управления им; стремление применять полученные теоретические знания при выполнении практических заданий.

15 – 19 баллов – хорошая подготовка к занятиям с демонстрацией групповой психологической сессии; следование алгоритму построения группового психологического занятия в качестве ведущего групповой сессии с небольшими недочетами; возможно

использование не всех механизмов управления групповым процессом, отсутствие какой-либо из дополнительных, но обязательных процедур сессии, соответствие содержания основной части групповой сессии поставленным групповым задачам, использование механизма обратной связи с опорой на правила ее эффективности, умение завершать работу тренинговой сессии; посещение от 40 до 60% всех практических занятий; правильность выполнения заданий, четкое следование инструкциям к применению упражнений; попытка анализировать групповой процесс и механизмы управления им; стремление применять полученные теоретические знания при выполнении практических заданий.

10 – 14 баллов – частичная подготовка к занятиям с демонстрацией групповой психологической сессии; стремление следовать алгоритму построения группового психологического занятия в качестве ведущего тренинговой сессии, но с определенными недочетами; возможно использование не всех механизмов управления групповым процессом, отсутствие какой-либо из дополнительных, но обязательных процедур сессии, соответствие содержания основной части групповой сессии поставленным групповым задачам, использование механизма обратной связи с опорой на правила ее эффективности; посещение от 20 до 40% всех практических занятий; следование инструкциям к применению упражнений; попытка анализировать групповой процесс и механизмы управления им.

5 – 9 баллов – подготовка к занятиям без демонстрации своего проекта тренинговой сессии на аудиторных практических занятиях; стремление следовать алгоритму построения группового психологического занятия при его проектировании; возможно отсутствие какой-либо из дополнительных, но обязательных процедур сессии, соответствие содержания основной части тренинговой сессии поставленным групповым задачам; посещение от 20 до 60% всех практических занятий; следование инструкциям к применению упражнений; попытка анализировать групповой процесс и механизмы управления им.

0 – 4 балла – отсутствие подготовки к занятиям и невозможность демонстрации своей работы в качестве ведущего группы, или подготовка к занятиям без демонстрации своего проекта тренинговой сессии на аудиторных практических занятиях; разработка проекта тренинговой сессии без опоры на алгоритм построения группового психологического занятия при его проектировании; не соответствие содержания основной части тренинговой сессии поставленным групповым задачам; посещение от 0 до 30% всех практических занятий; слабая активность на практических занятиях; неумение анализировать групповой процесс и механизмы управления им.

## **Самостоятельная работа**

Оценивается качество выполнения реферата и проекта тренинговой сессии (см. 6.1. и 6.2.)

### ***Предмет оценивания, диапазон баллов и критерии оценки***

#### **1) Качество выполнения реферата оценивается от 0 до 10 баллов:**

10 баллов – тема реферата полностью раскрыта, выводы доказательны и аргументированы, подкреплены литературными примерами; работа содержит анализ и обобщение литературных источников по выбранной теме, предлагается подход к классификации мнений различных авторов; в работе содержатся оригинальные эвристические, креативные идеи, способные выступать основой для построения научных гипотез для новых исследований; оформление работы соответствует всем требованиям, имеются правильно оформленные ссылки на литературные источники.

9 баллов – тема реферата почти полностью раскрыта, выводы в целом аргументированы, но не достаточно четко, не всегда подкрепляются литературными примерами; содержатся авторские высказывания, скорее отражающие личное отношение

автора к проблеме, чем логически сформулированное умозаключение на основе проделанного реферирования и теоретического исследования литературных источников, способное в дальнейшем выступить в качестве научной гипотезы; работа соответствует почти всем требованиям, имеются правильно оформленные ссылки на литературные источники, присутствуют небольшое количество (1-3) недочетов в оформлении, опусок, орфографических или грамматических ошибок.

8 баллов – тема в целом раскрыта, но недостаточно основательно, выводы присутствуют, но не все аргументированы; почти не приводятся литературные примеры; оформление работы не полностью соответствует всем требованиям, не везде имеются правильно оформленные ссылки на литературные источники, присутствуют недочеты в оформлении, опуски, орфографические и грамматические ошибки; текст недостаточно четко структурирован и не полностью отформатирован.

7 баллов – тема не достаточно полно раскрыта, авторские выводы очень бедны, почти не аргументированы; почти не приводятся литературные примеры; оформление работы имеет недочеты; не везде имеются правильно оформленные ссылки на литературные источники, присутствуют опуски, орфографические и грамматические ошибки; текст недостаточно четко структурирован, не полностью отформатирован.

6 баллов – тема только частично раскрыта, содержится информация, имеющая только косвенное отношение к теме реферата, авторские выводы сформулированы не по теме; не приводятся литературные примеры, отражающие суть исследуемого предмета; оформление работы имеет недочеты; ссылки на литературные источники практически отсутствуют; имеются опуски, заметное число орфографических и грамматических ошибок; текст слабо структурирован, практически не отформатирован.

5 баллов – тема почти не раскрыта, содержится информация, имеющая только косвенное отношение к изучаемому предмету, авторские выводы отсутствуют; не приводятся литературные примеры, отражающие суть исследуемого предмета; работа плохо оформлена, текст не отформатирован; ссылки на литературные источники отсутствуют; имеется значительное число орфографических и грамматических ошибок; текст не структурирован.

4 балла – тема не раскрыта, содержится информация, имеющая только косвенное отношение к изучаемому предмету, выводы отсутствуют; не приводятся литературные примеры, отражающие суть исследуемого предмета; работа плохо оформлена, текст не отформатирован; ссылки на литературные источники отсутствуют; имеется значительное число орфографических и грамматических ошибок; текст не структурирован.

3 балла – тема не раскрыта, содержится информация, не имеющая отношения к теме реферата; авторские выводы отсутствуют; не приводятся литературные примеры, отражающие суть исследуемого предмета; работа плохо оформлена, текст не отформатирован; ссылки на литературные источники отсутствуют; имеется значительное число орфографических и грамматических ошибок; текст не структурирован.

2 балла – тема не раскрыта, преимущественно содержатся частные мнения автора, не подкрепленные ни литературными, ни эмпирическими примерами, выводы отсутствуют, ссылки на литературные источники отсутствуют, отсутствует список литературы; текст не отформатирован, не содержит подзаголовков; имеется значительное число орфографических и грамматических ошибок.

1 балл – тема не раскрыта, преимущественно содержатся частные мнения автора, не подкрепленные ни литературными, ни эмпирическими примерами, выводы отсутствуют, ссылки на литературные источники отсутствуют, отсутствует список литературы; очень малый объем реферата (1 – 2 страницы), текст не отформатирован, не содержит подзаголовков; имеется значительное число орфографических и грамматических ошибок.

0 баллов – отсутствие выполненного реферата.

## 2) Качество выполнения проекта тренинговой сессии оценивается от 0 до 20 баллов.

18 – 20 баллов – отличная подготовка проекта тренинговой сессии; предварительное обсуждение подготовленного проекта (оформленного в печатном виде) с преподавателем; четкое следование алгоритму построения группового психологического занятия, учет использования механизмов управления групповым процессом, наличие процедур приветствия, целеполагания, использования правил работы, адекватный выбор и применение разминки; соответствие содержания основной части групповой сессии поставленным групповым задачам, умение планировать обратную связь и завершение работы групповой психологической сессии; оформление работы соответствует всем требованиям, имеются правильно оформленные ссылки на литературные источники.

14 – 17 баллов – хорошая подготовка проекта тренинговой сессии; предварительное обсуждение подготовленного проекта (оформленного в печатном виде) с преподавателем; стремление следовать алгоритму построения группового психологического занятия с небольшими недочетами; использование не всех механизмов управления групповым процессом; отсутствие какой-либо из дополнительных, но обязательных процедур сессии, неполное соответствие содержания основной части групповой сессии поставленным групповым задачам; оформление работы соответствует всем требованиям, имеются правильно оформленные ссылки на литературные источники.

9 – 13 баллов – подготовка проекта тренинговой сессии; стремление следовать алгоритму построения группового психологического занятия с небольшими недочетами; использование не всех механизмов управления групповым процессом; отсутствие нескольких дополнительных, но обязательных процедур сессии, неполное соответствие содержания основной части групповой сессии поставленным групповым задачам; оформление работы соответствует не всем требованиям, отсутствуют правильно оформленные ссылки на литературные источники.

5 – 8 баллов – подготовка проекта тренинговой сессии; нарушение алгоритма построения группового психологического занятия; использование не всех механизмов управления групповым процессом, отсутствие каких-либо дополнительных, но обязательных процедур сессии; значительное несоответствие содержания основной части групповой сессии поставленным групповым задачам; оформление работы не соответствует требованиям, отсутствуют правильно оформленные ссылки на литературные источники.

1 – 4 балла – незавершенный проект тренинговой сессии; незнание алгоритма построения группового психологического занятия, незнание механизмов управления групповым процессом, несоответствие содержания основной части групповой сессии поставленным групповым задачам, или постановка задач отсутствует вовсе; оформление работы не соответствует требованиям, отсутствуют ссылки на литературные источники.

0 баллов – отсутствие проекта.

Максимальное число баллов за самостоятельную работу – 30 баллов.

## **Тестирование**

Оценивается количество правильно выполненных тестовых заданий при помощи сформированного ключа к ответам. Максимальное число баллов по этому виду контроля составляет 15 баллов.

### *Диапазон баллов и критерии оценки*

15 баллов – правильные ответы на 94 – 100% объема тестовых заданий,

14 баллов – правильные ответы на 87 – 93% объема тестовых заданий,

13 баллов – правильные ответы на 80 – 86% объема тестовых заданий,

12 баллов – правильные ответы на 72 – 79% объема тестовых заданий,

11 баллов – правильные ответы на 66 – 71% объема тестовых заданий,

- 10 баллов – правильные ответы на 59 – 65 % объема тестовых заданий,
- 9 баллов – правильные ответы на 52 – 58 % объема тестовых заданий,
- 8 баллов – правильные ответы на 46 – 51 % объема тестовых заданий,
- 7 баллов – правильные ответы на 39 – 45 % объема тестовых заданий,
- 6 баллов – правильные ответы на 32 – 38% объема тестовых заданий.
- 5 баллов – правильные ответы на 26 – 31% объема тестовых заданий.
- 4 балла – правильные ответы на 19 – 25% объема тестовых заданий.
- 3 балла – правильные ответы на 12 – 18% объема тестовых заданий.
- 2 балла – правильные ответы на 5 – 11% объема тестовых заданий.
- 1 балл – правильные ответы на 1– 4% объема тестовых заданий.
- 0 баллов – отсутствие правильных ответов или не выполнение теста.

### **Промежуточная аттестация**

Промежуточная аттестация представляет собой ответы на два вопроса по программе курса и выполнение практического контрольного задания с предоставляемым для анализа описанием консультативной ситуации.

#### ***Диапазон баллов и критерии оценки***

При проведении промежуточной аттестации

- ответ на «отлично» оценивается от 13 до 15 баллов;
- ответ на «хорошо» оценивается от 9 до 12 баллов;
- ответ на «удовлетворительно» оценивается от 6 до 8 баллов;
- ответ на «неудовлетворительно» оценивается от 0 до 5 баллов.

Таким образом, максимально возможная сумма баллов за все виды учебной деятельности студента по дисциплине «Психотехнология тренинга»: Часть I. «Основы психотехнологии тренинга» составляет 100 баллов.

#### **Таблица пересчета полученной студентом суммы баллов по дисциплине «Основы психотехнологии тренинга» в оценку (экзамен):**

88-100 баллов	«отлично»
75-87 баллов	«хорошо»
60-74 балла	«удовлетворительно»
0-59 балла	«не удовлетворительно»

### **8. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины «Основы психотехнологии тренинга»**

#### **а) Основная литература:**

1. Фролова С.В. Психотехнология групповой работы [Электронный ресурс]: учебно-методическое пособие для магистрантов, обучающихся по направлению «Психология» факультета психологии. - Саратов: [б. и.], 2015. - 126 с. // <http://library.sgu.ru> ID= 1308
2. Фролова С. В. Групповое психологическое консультирование [Электронный ресурс]: учебное пособие для студентов, обучающихся по специальности "Психология" / С. В. Фролова ; Саратов. гос. ун-т им. Н.Г. Чернышевского. - Саратов: [б. и.], 2018. - 145 с. //



<https://www.sgu.ru/structure/znbsgu> - Электронная библиотека учебно-методической литературы. ID= 2203

#### **б) Дополнительная литература**

1. Арт-терапия - новые горизонты [Текст] / под ред. А. И. Копытина. - Москва: Когито-центр, 2006. - 335 с.
2. Бэндлер Р. Используйте свой мозг для изменений. Новосибирск, 1992.
3. Жуков Ю.М., Журавлев А.В., Павлова Е.Н. Технологии командообразования. Учебное пособие. Гриф УМО. – М.: "Аспект Пресс", 2008. – 320 с.
4. Карелин А.А. Снег на листьях. – М.: Эксмо, 2010 г. – 224 с.
5. Левин К. Теория поля в социальных науках. – СПб., 2000.
6. Лейтц Г. Психодрама: Теория и практика. – М., 1994.
7. Ли Д. Практика группового тренинга. 3-е изд. – СПб.: Питер, 2009. – 224с.
8. Морено Я.Л. Социометрия: Экспериментальный метод и наука об обществе. – М., 2001.
9. Рудестам К. Групповая психотерапия. [Текст] = Experiential Groups in Theory and Practice / К. Рудестам. - 2-е изд. - Санкт-Петербург; Москва; Харьков; Минск: Питер, 2000. - 376 с
10. Техники групповой психотерапии / Кори Дж., Кори М., Колланэн П., Рассел М. – СПб, 2001.
11. Творческая реабилитация детей, подростков и молодых людей с особыми потребностями: материалы междунар. науч.-практ. конф. 30 нояб.- 1 дек. 2000 г. - Санкт-Петербург: Изд. ГАООРДИ, 2001. - 219 с.

#### **в) программное обеспечение и Интернет-ресурсы**

##### **базы данных, информационно-справочные и поисковые системы**

<http://zipsites.ru/psy/psylib/info.php?p=2917>

Российская психологическая библиотека: <http://www.rospany.ru>.

Библиотека русского гуманитарного Интернет–университета:

<http://www.vusnet.ru/biblio>

Электронная библиотека института психологии Л.С. Выготского РГГУ

<http://psychology.rsuh.ru>.

Электронная библиотека СГУ <http://library.sgu.ru/uch>

Психологический портал Флогистон <http://www.flogiston.ru>

Научная электронная библиотека eLibrary.ru <http://elibrary.ru>

Сайт факультета психологии МГУ им. М.В. Ломоносова <http://www.psy.msu.ru>.

#### **9. Материально-техническое обеспечение дисциплины «Основы психотехнологии тренинга»**

Лекционные занятия проводятся в аудиториях на 100 и 50 посадочных мест. В ходе лекционных и практических занятий используются учебно-демонстрационные мультимедийные презентации, которые обеспечиваются следующим техническим оснащением:

1. Компьютеры (в комплекте с колонками).
2. Мультимедийный проектор
3. Экран.

Для проведения практических занятий с элементами обучающего психологического тренинга на факультете психологии имеется:

- тренинговый зал - просторное помещение с зеркалами, где участники могут работать в подгруппах, парах или тройках;
- стулья, не скрепленные между собой, по количеству участников (на 20 – 25 человек);
- учебная доска;
- звуковоспроизводящее устройство для обеспечения музыкального сопровождения некоторых упражнений;
- листы бумаги А3 или ватман и фломастеры (маркеры) для работы в подгруппах.

Доступ студентов к электронным формам учебно-методических материалов по дисциплине «Основы психотехнологии тренинга» и к Интернет-ресурсам обеспечивается компьютерным классом факультета психологии и залом открытого доступа к Интернет-ресурсам в научной библиотеке СГУ (всего более 35 компьютеров).

Используемая для реализации образовательных программ общая площадь помещений составляет не менее 10 квадратных метров на одного обучающегося (приведенного контингента) с учетом учебно-лабораторных зданий, двухсменного режима обучения и применения электронного обучения и (или) дистанционных образовательных технологий.

Программа составлена в соответствии с требованиями ФГОС ВО по направлению подготовки 37.03.01 Психология.

**Автор:** доцент кафедры консультативной психологии С. В. Фролова

Программа одобрена на заседании кафедры консультативной психологии, протокол № 11 от 19.06.2020.