

Учреждение образования «Белорусский государственный
экономический университет»

УТВЕРЖДАЮ

Ректор учреждения образования
«Белорусский государственный
экономический университет»

_____ В.Н. Шимов
«_____» _____ 2019 г.
Регистрационный №УД _____ /уч.

СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ ТРЕНИНГ

Учебная программа учреждения высшего образования по учебной
дисциплине для специальностей 1-23 01 04 «Психология»,
1-23 01 05 «Социология»

СОСТАВИТЕЛЬ:

Е.С. Макеева, доцент кафедры педагогики и психологии учреждения образования «Белорусский государственный экономический университет», кандидат психологических наук, доцент.

РЕЦЕНЗЕНТЫ:

С.А. Месникович, доцент кафедры психологии сопровождения профессиональной деятельности Института психологии учреждения образования «Белорусский государственный педагогический университет имени М. Танка», кандидат психологических наук, доцент.

Ж.М. Голанова, доцент кафедры промышленного маркетинга и коммуникаций учреждения образования «Белорусский государственный экономический университет», кандидат психологических наук, доцент.

РЕКОМЕНДОВАНА К УТВЕРЖДЕНИЮ:

Кафедрой педагогики и психологии учреждения образования «Белорусский государственный экономический университет»
(протокол № ____ от _____ 2019 г.)

Научно-методическим советом учреждения образования «Белорусский государственный экономический университет»
(протокол № ____ от _____ 2019 г.)

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Учебная программа «Социально-психологический тренинг» разработана для студентов учреждений высшего образования по специальностям 1-23 01 04 «Психология» и 1-23 01 05 «Социология», в соответствии с образовательным стандартом и учебным планом для данных специальностей.

Современный специалист должен хорошо разбираться в сложных процессах, происходящих сегодня в обществе, уметь строить гармоничные отношения с окружающей социальной средой, предупреждать и грамотно разрешать конфликты в различных областях жизнедеятельности. Теоретические знания о специфичности методов СПТ и существовании различных моделей тренингового процесса помогают будущему специалисту формировать собственную стратегию тренерской работы, соответствующую индивидуальным особенностям его личности. Знание технологии разработки тренинговых программ уточняют представления студентов о планировании психологической работы, позволяя определить место и роль тренинговой работы в целостной системе психологической помощи.

Программа учебной дисциплины включает органичное сочетание, как теоретического материала, так и решение прикладных вопросов через рассмотрение социально-психологических аспектов тренерской работы. Это позволит выработать у студентов интерес к данной проблематике и будет способствовать их успешности в будущей профессиональной деятельности.

Учебная дисциплина «Социально-психологический тренинг» предполагает проблемный, диалогичный стиль преподавания, стимулирующий поисковую активность студентов, проведение тренингов, деловых игр, написание рефератов, самостоятельной подготовки к занятиям.

Цель учебной дисциплины – усвоение студентами методологических основ социально-психологического тренинга, формирование и развитие навыков и умений в области организации и проведения тренинговых занятий.

Задачи учебной дисциплины:

- раскрыть основные понятия и категории социально-психологического тренинга;
- ознакомить студентов с проблемным полем социально-психологического тренинга и основными достижениями в данной научной области;
- создать основы для самостоятельного оперирования системой научных понятий в рамках учебной дисциплины «Социально-психологический тренинг»;
- сформировать у студентов представление об особенностях групповой формы работы;
- научить студентов практическим навыкам разработки тренинговых программ; а также навыкам тренерской работы с группой.

- сформировать у студентов научное мировоззрение и навыки сознательного и критического подхода к решению текущих конфликтных ситуаций;

- привить студентам мотивацию к глубокому изучению учебной дисциплины «Социально-психологический тренинг» и чувства высокой личной ответственности за уровень своей профессиональной подготовленности к будущей профессиональной деятельности.

В результате изучения учебной дисциплины «Социально-психологический тренинг» студенты должны

знать:

- основные понятия, базовые категории социально-психологического тренинга;
- цели, задачи, предмет и объект зарубежных и отечественных направлений социально-психологического тренинга;
- философские, общенаучные и конкретно-научные методологические принципы организации и проведения тренинговых занятий.

уметь:

- рефлексивно и критично включать в программы СПТ психотерапевтические методы различных теоретических школ и направлений;

- устанавливать контакт с участниками, выбирать целесообразные средства и методы, анализировать эффективность работы группы СПТ и отдельных участников;

- рефлексировать собственный опыт тренера СПТ;
- создавать собственные тренинговые программы;

владеть:

- логикой построения СПТ, знать его структурные стадии и взаимосвязи между ними;

- навыками ведения группы и техникой активного слушания;
- технологией организации и проведения СПТ;
- методами эффективного управления отношениями в группе;
- техникой личной самопрезентации.

Учебная дисциплина базируется на изучении учебных дисциплин «Общая психология», «Социальная психология», «Психология личности» и «Философия».

В соответствии с учебным планом специальности 1-23 01 04 «Психология» учебная программа рассчитана на 160 часов, из них всего аудиторных занятий 78 часов. Распределение по видам занятий: лекций – 8 часов; лабораторных занятий – 70 часов. Форма текущей аттестации – зачет.

В соответствии с учебным планом специальности 1-23 01 05 «Социология» учебная программа рассчитана на 82 часа, из них всего аудиторных занятий 52 часа. Распределение по видам занятий: лекций – 10 часов; семинарских занятий – 42 часа. Форма текущей аттестации – зачет.

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО МАТЕРИАЛА

РАЗДЕЛ 1. ОСНОВЫ СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ТРЕНИНГА

Тема 1. Краткая история развития групповых методов психологической работы.

Социально-психологический тренинг как метод практической психологии.

Краткая история развития групповых методов психотерапии и практической психологии. Групповая психотерапия и гипноз. Социально-психологические аспекты групповых методов. Групповые методы в психоанализе и других западных психологических школах. Групповые методы работы психологов и психотерапевтов в России и Беларуси. Современные групповые методы. Соотношение понятий «групповая психотерапия», «групповая психокоррекция» и «групповой тренинг». Классификация тренингов. Отличия социально-психологического тренинга от бизнес-тренинга. СПТ как форма активного группового взаимодействия в рамках оказания помощи психологически здоровым людям. Общее представление о СПТ, его специфические черты и основные парадигмы.

Тема 2. Основные подходы к организации и проведению СПТ

Тренинговый цикл

Тренинговый цикл по Дэвиду Ли: определение потребностей в обучении, определение целей обучения, организация и планирование тренинга, проведение тренинга, оценка результатов тренинга. Цикл обучения посредством опыта Дэвида Колба: конкретный опыт, рефлексивное наблюдение, абстрактная концептуализация и активное экспериментирование. Таксономия образовательных целей Бенджамина Блума. Формы коммуникации в тренинговом процессе. Особенности объективно-ориентированной субъективно-ориентированной, личностно-ориентированной модели взаимодействия в группе.

Особенности тренинговой группы

Групповые нормы. Ролевые позиции в группе. Понятие о групповой сплоченности. Гомогенность и гетерогенность тренинговых групп. Качественный состав тренинговых групп. Количественный состав тренинговых групп. Оснащенность помещения и размещение участников группы.

Тема 3. Общие методы СПТ. Понятие о тренинговых процедурах.

Специфика методов СПТ

Активность, познание себя через включение в групповую работу, обучение на моделях, анализ конкретных случаев.

Классификация методов СПТ

Игра (интерактивная, ролевая, симуляционная, деловая), «case-study», методы работы с текстом, упражнения на развитие социальной перцепции,

методы телесно-ориентированной психотерапии, медитативные техники, релаксационные техники, проективное рисование. Психотехническая мифология - активное забывание субъективной истины. Ритуалы и бессознательные механизмы психики. Полифункциональность тренинговых процедур.

Тема 4. Ведущий тренинговой группы.

Основные функции ведущего тренинговой группы.

Требования к личностным и профессиональным качествам тренера. Стандарты тренерской компетенции, утвержденные Международным советом стандартов для тренингов, семинаров и инструктирования. Позиция ведущего, реализующего тренинг в стратегии «от участника».

Потенциал тренерской команды

Виды сотрудничества в тренинговой команде и их эффективность.

Тема 5. Основные этапы развития группы СПТ. Использование групповой динамики

Динамика развития группы в тренинговом процессе

Четыре стадии развития группы: знакомство участников группы друг с другом и тренером, стадия агрессии (фрустрационная), стадия устойчивой работоспособности, стадия распада группы (умирание). Роль лидерства в протекании динамических процессов в группе. Возможности использования групповой динамики для повышения эффективности тренинговой работы.

Работа с сопротивлением участников

Особенности работы с критическими настроенными группами, «трудными» участниками. Факторы, по отношению к которым участники проявляют сопротивление: к теме тренинга, к процессу и/или к самому участию в тренинге, к тренеру, к группе. Техники и стратегии преодоления сопротивления участников.

РАЗДЕЛ 2. ТЕХНОЛОГИИ РАЗРАБОТКИ ТРЕНИНГОВЫХ ПРОГРАММ

Тема 6. Подходы к созданию программ СПТ.

Роль предварительной работы с участниками тренинга

Формы организации предварительной работы: индивидуальная работа/беседа на предварительной встрече, групповая дискуссия или участие тренера в «проблемном совещании» или собрании коллектива, предтренинговая анкет, экспресс-диагностика качества работы, письменная коммуникация. Сложности, с которыми можно столкнуться в процессе предварительной работы.

Алгоритмы создания программы тренинга

Основные элементы программы тренинга: содержательное поле, методы и методики, время, материалы (оборудывание), тренер (если работает тренерская команда). Оценка потребности в тренинге,

спецификация целей тренинга, выбор методов, проведение тренинга, оценка программы тренинга. Адаптация готовых тренинговых процедур.

Тема 7. Методы отслеживания и измерения эффективности тренинговых процессов и воздействия.

Оценка эффективности проведения тренинга

Трудности, которые возникают при оценке эффективности тренингов. Оценка эффективности проведения тренинга на основе модели Дональда Киркпатрика: реакция (мнение участников), усвоение (изменение знаний, установок, эмоциональных состояний участников), поведение (изменение поведения участников в их практической деятельности), эффект (изменение результатов деятельности организации). Методы оценки эффективности тренинга на каждом из выделенных Д. Киркпатриком уровнях. Соответствие достигнутых результатов вложенным ресурсам (интеллектуальным, временным, финансовым). Стадии, предшествующие оценке программы тренинга.

РАЗДЕЛ 3. МЕТОДЫ ТРЕНИНГОВОЙ РАБОТЫ

Тема 8. Игровые процедуры в тренинговых занятиях.

Виды игровых процедур

Разогревающие игры. Игры на получение обратной связи. Игры социально-перцептивной направленности. Коммуникативные игры. Диагностические игры.

Ролевая игра

Сущность, решаемые задачи, условия использования, виды (по сценарию тренера, по сценарию участников), распределение ролей, функции тренера, специфика анализа.

Интерактивная игра

Сущность, решаемые задачи, условия использования, функции тренера, специфика анализа.

Симуляционная игра

Сущность, решаемые задачи, функции тренера, условия использования, специфика анализа.

Рефлексия игрового опыта

Метод фокусированной беседы Лоры Спенсер как основной метод рефлексии игрового опыта участников. 4 ступени фокусированной беседы: объективизация, рефлексия, интерпретация, принятие решения.

LARP (ролевая игра живого действия)

Сущность, история возникновения и развития, технология разработки и проведения, функции мастеров, психологическая безопасность участников, тематическое поле larp, анализ игрового опыта.

Тема 9. Игры и психотехники.

Разогревающие игры и психотехники

Атрибуты и значение игры в социально-психологическом тренинге. Классификация игр. Этапы работы с играми. Мотивирующая сила игр. Преимущества и ограничения игр. Значение разогрева в тренинге. Разминка-

разогрев. Представление участников. Принцип расстановки посадочных мест для тренинга. Игры и психотехники. Знакомство. Compliment. Снежный ком. Встреча взглядами. Выбор в действии.

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 зеркало. Рекламный ролик. Стул откровений.

Социальная перцепция в тренинге. Игры и психотехники социально-перцептивной направленности.

Феномен социальной перцепции. Значение социальной перцепции в групповой работе. Игры и психотехники. Я знаю, что тебе приснилось. Личный герб и девиз. Белые маги – черные маги. Шахматы.

Коммуникативные игры в тренинге

Коммуникация как психологический феномен. Тренинг коммуникативных умений. Игры и психотехники. Катастрофа в пустыне. Ищу друга. Альтернатива.

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКАЯ КАРТА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ «СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ ТРЕНИНГ»
ДЛЯ СПЕЦИАЛЬНОСТИ 1-23 01 04 «ПСИХОЛОГИЯ»
ДЛЯ ДНЕВНОЙ ФОРМЫ ПОЛУЧЕНИЯ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ

Номер раздела, темы	Название раздела, темы	Количество аудиторных часов						Иное	Формы контроля знаний
		Лекции	Практические занятия	Семинарские занятия	Лабораторные занятия	Управляемая самостоятельная работа			
1	2	3	4	5	6	ЛК	ПЗ (СЗ)	8	9
	Раздел 1. Основы социально-психологического тренинга								
1	Тема 1. Краткая история развития методов психологической работы	-			8			[1, 2]	Опрос, рефераты, дискуссия
2	Тема 2. Основные подходы к организации и проведению СПТ	2			10			[1, 2]	Опрос, рефераты, дискуссия
3	Тема 3. Общие методы СПТ Понятие о тренинговых процедурах	2			10			[1, 2]	Опрос, рефераты, дискуссия

4	Тема 4. Ведущий тренинговой группы	-			2			[1, 2]	Опрос, рефераты, дискуссия
5	Тема 5. Основные этапы развития группы СПТ Использование групповой динамики	2			10			[1, 2]	Опрос, рефераты, дискуссия
	Раздел 2. Технологии разработки тренинговых программ							[1, 2]	Опрос, рефераты, дискуссия
6	Тема 6. Подходы к созданию программ СПТ	2			10			[1, 2]	Опрос, рефераты, дискуссия
7	Тема 7. Методы отслеживания и измерения эффективности тренинговых процессов и воздействия	-			10			[1, 2]	Опрос, рефераты, дискуссия
	Раздел 3. Методы тренинговой работы								
8	Тема 8. Игровые процедуры в тренинговых занятиях	-			6			[1, 2]	Опрос, рефераты, дискуссия
9	Тема 9. Игры и психотехники	-			4			[1, 2]	Опрос, рефераты, дискуссия
	Всего	8			70				Зачет

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКАЯ КАРТА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ «СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ ТРЕНИНГ»
ДЛЯ СПЕЦИАЛЬНОСТИ 1-23 01 05 «СОЦИОЛОГИЯ»
ДЛЯ ДНЕВНОЙ ФОРМЫ ПОЛУЧЕНИЯ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ

Номер раздела, темы	Название раздела, темы	Количество аудиторных часов						Иное	Формы контроля знаний
		Лекции	Практические занятия	Семинарские занятия	Лабораторные занятия	Управляемая самостоятельная работа			
1	2	3	4	5	6	лк	пз (сз)	8	9
	Раздел 1. Основы социально-психологического тренинга								
1	Тема 1. Краткая история развития методов психологической работы	-		4				[1, 2]	Опрос, рефераты, дискуссия
2	Тема 2. Основные подходы к организации и проведению СПТ	2		4				[1, 2]	Опрос, рефераты, дискуссия
3	Тема 3. Общие методы СПТ Понятие о тренинговых	2		4				[1, 2]	Опрос, рефераты,

	процедурах								дискуссия
4	Тема 4. Ведущий тренинговой группы	-		2				[1, 2]	Опрос, рефераты, дискуссия
5	Тема 5. Основные этапы развития группы СПТ Использование групповой динамики	2		4				[1, 2]	Опрос, рефераты, дискуссия
	Раздел 2. Технологии разработки тренинговых программ								
6	Тема 6. Подходы к созданию программ СПТ	2		10				[1, 2]	Опрос, рефераты, дискуссия
7	Тема 7. Методы отслеживания и измерения эффективности тренинговых процессов и воздействия	2		10				[1, 2]	Опрос, рефераты, дискуссия
	Раздел 3. Методы тренинговой работы								
8	Тема 8. Игровые процедуры в тренинговых занятиях	-		2				[1, 2]	Опрос, рефераты, дискуссия
9	Тема 9. Игры и психотехники	-		2				[1, 2]	Опрос, рефераты, дискуссия
	Всего	10		42					Зачет

ИНФОРМАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ

Методические рекомендации по организации самостоятельной работы студентов по учебной дисциплине «Социально-психологический тренинг»

Самостоятельная работа студента по изучению учебной дисциплины является важным условием освоения учебного материала и формирования профессиональных знаний и навыков. В процессе самостоятельной работы студент развивает свои аналитические способности, навыки самоорганизации, вырабатывает привычку систематического чтения. При этом своевременная самостоятельная работа студента позволяет минимизировать затраты, в том числе и временные, по изучению учебного материала и добиваться прочного его усвоения.

Основные направления самостоятельной работы студентов:

1. ознакомление с программой учебной дисциплины
2. ознакомление со списком рекомендуемой литературы
3. изучение необходимой литературы по изучаемой теме и подбор дополнительной литературы
4. изучение специальной литературы по рассматриваемой на лекции и семинарском занятии проблематике
5. консультации у преподавателя
6. подготовка к семинарским, лабораторным занятиям по предложенному плану
7. подготовка к выполнению диагностических форм контроля
8. подготовка к зачету.

ЛИТЕРАТУРА

Основная:

1. Вачков, И.В. Психологический тренинг. Методология и методика проведения: учебное пособие / И. В. Вачков. - 2-е изд., перераб. -- М.: Эксмо, 2015. - 560 с.
2. Вачков, И.В. Основы технологии группового тренинга. Психотехники : учебное пособие / И. В. Вачков. - 3-е изд., перераб. и доп. -- М.: Ось-89, 2016. - 256 с.

Дополнительная:

1. Бекоева, Д. Д. Практическая психология : учебное пособие / Д. Д. Бекоева. - М.: Издат. центр "Академия", 2015. - 192 с.
2. Горбатова, Е. А. Теория и практика психологического тренинга : учебное пособие / Е. А. Горбатова. -- СПб. : Речь, 2015. - 320 с.
3. Исхакова, М. Тимбилдинг: раскрытие ресурсов организации и личности / М. Исхакова. -- СПб. : Речь, 2016. - 256 с
4. Матяш, Н. В. Методы активного социально-психологического обучения : учебное пособие / Н. В. Матяш, Т. А. Павлова. - 2-е изд., стереотип. -- М. : Издат. центр "Академия", 2014. - 96 с.
5. Рубштейн, Н. В. Тренинг построения карьеры / Н. В. Рубштейн, Е. Жидков. -- М. : Эксмо, 2016. - 192 с.

ПРОТОКОЛ
согласования учебной программы по изучаемой дисциплине
с другими дисциплинами специальности

Название дисциплины, с которой требуется согласование	Название кафедры	Предложения об изменениях в содержании программы учреждения высшего образования по учебной дисциплине	Решение, принятое кафедрой, разработавшей учебную программу (с указанием даты и номера протокола)
1	2	3	4
Философия	Кафедра философии		

ДОПОЛНЕНИЯ И ИЗМЕНЕНИЯ К УЧЕБНОЙ ПРОГРАММЕ УВО

на ____/____ учебный год

№ п/п	Дополнения и изменения	Основание

Учебная программа пересмотрена и одобрена на заседании кафедры
_____ (протокол № ____ от _____ 20__ г.)
(название кафедры)

Заведующий кафедрой

(ученая степень, ученое звание)
(И.О.Фамилия)

(подпись)

УТВЕРЖДАЮ
Декан факультета

(ученая степень, ученое звание)
(И.О.Фамилия)

(подпись)

Зав. кафедрой _____ Павлич А.А.