

ГОУ ВПО «ДОНЕЦКИЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

ФИЛОЛОГИЧЕСКИЙ ФАКУЛЬТЕТ

Кафедра психологии



УТВЕРЖДАЮ:

Проректор по научно-методической  
учебной работе

*Е.И. Скафа* Е.И. Скафа

23 апреля 2020 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**  
**«ТРЕНИНГОВЫЕ ТЕХНОЛОГИИ**  
**В СФЕРЕ ОБРАЗОВАНИЯ»**

Направление подготовки: 44.03.02 Психолого-педагогическое  
образование

Профиль подготовки: \_\_\_\_\_  
название профиля

Образовательная программа: бакалавриат

Квалификация: академический бакалавр

Форма обучения: очная, очно-заочная, заочная, в том  
числе с ускоренным сроком обучения  
нужное подчеркнуть

Донецк 2020

**УТВЕРЖДАЮ:**

И.о. декана филологического факультета

Л.П. Квашина



Программа учебной дисциплины «Тренинговые технологии в сфере образования» составлена на основании Государственного образовательного стандарта высшего профессионального образования (ГОС ВПО) Донецкой Народной Республики (ДНР) по направлению подготовки 44.03.02 Психолого-педагогическое образование утвержденного приказом Министерства образования и науки ДНР № 591 от «02» июня 2016 г.; Порядка организации учебного процесса в образовательных организациях высшего профессионального образования Донецкой Народной Республики, утвержденного приказом Министерства образования и науки ДНР № 1171 от «10» ноября 2017 г.; учебного плана и основной образовательной программы высшего профессионального образования направления подготовки 44.03.02 Психолого-педагогическое образование (формы обучения: очная и заочная), разработанных в ГОУ ВПО «Донецкий национальный университет».

Разработчик:

старший преподаватель кафедры психологии ДонНУ

И.В. Ревуцкая

Программа учебной дисциплины утверждена на заседании кафедры психологии ДонНУ

Протокол № 10 от «16» апреля 2020 г.

Заведующий кафедрой

А.В. Гордеева

Программа учебной дисциплины одобрена учебно-методической комиссией филологического факультета Протокол № 9 от «20» апреля 2020 г.

Председатель учебно-методической комиссии факультета

Н. А. Шокотко

## 1. ОБЛАСТЬ ПРИМЕНЕНИЯ И МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В УЧЕБНОМ ПРОЦЕССЕ

Учебная дисциплина «Тренинговые технологии в сфере образования» является дисциплиной вариативной части профессионального блока по направлению подготовки: 44.03.02 Психолого-педагогическое образование.

Изучение дисциплины базируется на курсах «Коррекционно-развивающая работа психолога в образовании», «Возрастно-психологическое консультирование», «Проективные методы психологии», «Консультирование по вопросам профессиональной направленности», «Основы психотерапии семьи и детей», «Психологическое консультирование семьи» и др.

## 2. СТРУКТУРА ДИСЦИПЛИНЫ

<i>Характеристика учебной дисциплины</i>				
Направление подготовки	44.03.02. Психолого-педагогическое образование			
Профиль				
Образовательная программа	бакалавриат			
Квалификация	академический бакалавр			
Количество содержательных модулей	2			
Дисциплина базовой / вариативной части образовательной программы	Вариативной части ОП, профессиональный блок			
Формы контроля (МК, экзамен, зачет)	<i>текущий (модульный контроль) и промежуточная аттестация (экзамен)</i>			
Показатели	очная форма обучения		заочная форма обучения	
	нормат. срок	ускор. срок	нормат. срок	ускор. срок
Количество зачетных единиц (кредитов)				
Год подготовки	3	2	3	2
Семестр	6	4		
Количество часов	144	144	144	144
- лекционных	28	28	4	4
- практических, семинарских	28	28	6	6
- лабораторных				
- самостоятельной работы	88	88	134	134
в т.ч. индивидуальное задание				
Недельное количество часов,				
в т.ч. аудиторных	4	4		

## 3. ОПИСАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

### Цели и задачи

**Цель** - изучение различных теоретических подходов к организации и проведению тренинговых занятий, а также практические вопросы работы психотренера с группой. Обучение студентов самостоятельной разработке и проведению тренинговых занятий, навыкам руководства тренинговыми группами в сфере образования.

**Задачи:**

- создание у студентов целостного представления о процессе психологического тренинга, его содержании, направлениях и форме;
- формирование системы профессиональных знаний, умений и навыков по основным проблемам и технологиям психологического тренинга;
- освоение студентами навыков эффективного общения (установление контакта, активное слушание, обратная связь, цели и стратегии общения, завершение контакта);
- освоение студентами практических навыков защиты от негативного психологического воздействия;
- на примере тренинговых программ продемонстрировать групповую и персональную динамику психологических переменных;
- способствовать осознанию и развитию специалистов по работе педагогов-психологов-тренеров;
- расширить опыт участия в Т-группах.

**Требования к результатам освоения дисциплины:** Процесс изучения дисциплины «Тренинговые технологии в сфере образования» направлен на формирование элементов следующих компетенций в соответствии с ГОС ВПО ДНР по направлению подготовки: 44.03.02 Психолого-педагогическое образование и основной образовательной программы высшего профессионального образования направления подготовки:

- а) общекультурных (ОК):** ОК-3; ОК-4; ОК-5; ОК-9;
  - б) общепрофессиональных (ОПК):** ОПК-1; ОПК-3; ОПК-4; ОПК-5; ОПК-6; ОПК-7; ОПК-8; ОПК-12; ОПК-13;
  - в) профессиональных (ПК):** ПКПП-1; ПКПП-2; ПКПП-4; ПКПП-6; ПКПП-7;
- педагогическая деятельность:** ПКД-1; ПКД-4; ПКНО-1; ПКНО-4; ПКНО-7.

**В результате изучения учебной дисциплины студент должен:**

**знать:**

- цели и функции проведения тренингов;
- типологию методов групповой работы;
- методики проведения тренингов;
- виды тренингов;
- принципы построения тренинга;
- алгоритм действия руководителя тренинга;
- технологии проведения психологического тренинга;
- требования к проведению тренинга;
- компетенции тренеров;
- методы формирования позитивного эмоционального фона в группе;
- стандартные базовые процедуры оказания психологической помощи группе;
- определения основных понятий, используемых в ходе тренинга;

**уметь:**

- подбирать соответствующий вид тренинга;
- проводить основные виды тренингов;
- анализировать потребность организации в тренингах;
- анализировать эффективность тренинга;
- работать в коллективе;
- структурировать тренинговое занятие;
- налаживать обратную связь в тренинге;
- профессионально воздействовать на индивида, группу, сообщество, с целью оказания психологической помощи, в рамках профессиональной компетенции;

**владеть навыками:**

- поведения в критических и нестандартных ситуациях в работе тренинга;
- технологиями и приемами организации и ведения современных тренингов;
- осуществления стандартных процедур, реализации традиционных методов и технологий, направленных на оказание психологической помощи.

#### 4. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ И ФОРМЫ ОРГАНИЗАЦИИ УЧЕБНОГО ПРОЦЕССА

Порядковый номер и тема	Краткое содержание темы
<b>Содержательный модуль 1. Анализ актуальных проблем психологического тренинга</b>	
<b>Тема 1.</b> <b>Групповые методы в разных психологических школах.</b>	<p><b>Групповые методы в психологических школах Запада.</b> Специфика необихевиоральной теории психологического воздействия. Принципы, положенные в основу модификации поведения. Основное назначение коррекции в поведенческом тренинге. Обучающие техники в бихевиоральном тренинге. Необихевиоральные программы работы с клиентами.</p> <p>Когнитивная теория тренинговой работы. Основополагающие принципы когнитивного подхода. АВС - теория А. Элиса. Суть иррациональных представлений и рациональных идей. Подход А. Бека, основные положения, терапевтические приемы, позиция терапевта.</p> <p>Ориентация на гуманистическую теорию в проведении социально-психологического тренинга. Основные принципы теории. Особенности подхода К. Роджерса. Экзистенциально-феноменологическая психотерапия. Особенности данной парадигмы, ее цель. Модели методов групповой психологической работы.</p> <p><b>Групповые методы работы психологов и психотерапевтов в России.</b> Современные групповые методы и развитие самосознания.</p>
<b>Тема 2.</b> <b>Психологический тренинг как метод практической психологии</b>	<p><b>Психологический тренинг как метод воздействия.</b> Соотношение понятий "групповая психотерапия", "групповая психокоррекция" и "групповой тренинг". Общее представление о психологическом тренинге. Специфические черты и основные парадигмы тренинга.</p> <p>Применение активных методов групповой работы. Объективация субъективных чувств и эмоций участников группы относительно друг друга и происходящего в группе, вербализованная рефлексия.</p> <p><b>Психологические особенности тренинговой группы.</b> Цели тренинговой группы. Исследование психологических проблем участников группы и оказание помощи в их решении.</p> <p>Преимущества групповой формы психологической работы. Основные отличия группового тренинга от индивидуальной психологической работы.</p> <p>Групповые нормы. Ролевые позиции в группе. Понятие о групповой сплоченности. Гомогенность и гетерогенность тренинговых групп. Качественный состав тренинговых групп. Количественный состав тренинговых групп.</p> <p><b>Стили руководства тренинговой группой.</b> Характеристика личности группового тренера. Основные роли ведущего группы. Стили руководства группой. Характеристика личности группового тренера. Подготовка ведущих тренинговых групп.</p> <p><b>Классификация и основные виды тренинговых групп.</b> Критерии классификации тренинговых групп. Гештальт-подход. Групп-аналитический подход. Трансакционный анализ в группе.</p>

	Психодраматический подход. Телесно-ориентированный подход. Методы групповой работы в нейролингвистическом программировании (НЛП).
<b><i>Содержательный модуль 2 Технология построения психологического тренинга</i></b>	
<b>Тема 3.</b> <b>Организационно-методические аспекты функционирования тренинговой группы.</b>	Организационные аспекты комплектования групп. Психодиагностика до начала работы. Требования к помещению для занятий. Интерьер и необходимые технические средства. Групповая сплоченность и её психологические механизмы. Квалифицированная работа ведущего, использующего специальные психотехнические приемы и упражнения для усиления сплоченности. Причины снижения групповой сплоченности.
<b>Тема 4. Общие тренинговые методы.</b>	Различные классификации общих тренинговых методов. Групповая дискуссия и её виды. Игровые методы в психологическом тренинге. Общее представление о ролевых играх. Методы, направленные на развитие социальной перцепции. Роль и место методов развития социальной перцепции в тренингах разных типов. Методы телесно-ориентированной психотерапии. Медитативные техники. Виды медитаций. Общие правила применения медитативных техник.
<b>Тема 5.</b> <b>Технология составления тренинговых программ</b>	Классификация групповых тренингов. Метод создания сценариев. Составление тренинга (сценария) опирается на определенную концепцию, что определяет цели, задачи и предмет работы, формирует основное содержание групповой работы. Подготовка тренинга. Структурные элементы оформления программы тренинга: титульная страница; пояснительная записка; программа и структура тренинга. Сценарии тренинговых занятий: разминка; основная часть; рефлексия основной части; заключительная часть. Подбор комплекса упражнений, игр, техник. Формы текущего контроля.
<b>Тема 6.</b> <b>Основные этапы развития группы в тренинге.</b>	Общее представление о стадиях развития группы в тренинге. Первая стадия – подготовка. Кризис в развитии тренинговой группы. Вторая стадия – осознание. Третья стадия – переоценка.
<b>Тема 7.</b> <b>Методические вопросы ведения тренинговой группы.</b>	Сценарии тренинговых занятий. Алгоритмы и тренинговая работа. Западни для ведущего. Основные ошибки ведущего. Психотехническая мифология и тренинг. Ритуалы и метафоры в тренинге.

### Тематический план

	Содержательный модуль 1 Анализ актуальных проблем психологического тренинга																							
Названия содержательных модулей и тем	Количество часов																							
	Очная форма обучения											Заочная форма обучения												
	Нормативный срок обучения					Ускоренный срок обучения						Нормативный срок обучения					Ускоренный срок обучения							
	всего	в т.ч.					всего	в т.ч.					всего	в т.ч.					всего	в т.ч.				
		лекции	практические	лабораторные	самостоятельная работа	индивидуальная работа		лекции	практические	лабораторные	самостоятельная работа	индивидуальная работа		лекции	практические	лабораторные	самостоятельная работа	индивидуальная работа		лекции	практические	самостоятельная работа	индивидуальная работа	
Тема 1. Групповые методы в разных психологических школах.	21	4	4		13		21	4	4		13		20	1			19		20	1		19		
Тема 2. Психологический тренинг как метод практической психологии.	21	4	4		13		21	4	4		13		20		1		19		20		1	19		
Итого по содержательному модулю 1	42	8	8		26		42	8	8		26		40	1	1		38		40	1	1	38		
	Содержательный модуль 2 Технология построения психологического тренинга																							
Тема 3. Организационно-методические аспекты функционирования тренинговой группы.	21	4	4		13		21	4	4		13		21	1	1		19		21	1	1	19		
Тема 4. Общие тренинговые методы.	21	4	4		13		21	4	4		13		20		1		19		20		1	19		
Тема 5. Технология составления тренинговых программ	20	4	4		12		20	4	4		12		21	1	1		19		21	1	1	19		
Тема 6. Основные этапы развития группы в тренинге.	20	4	4		12		20	4	4		12		20		1		19		20		1	19		
Тема 7. Методические вопросы ведения тренинговой группы.	20	4	4		12		20	4	4		12		22	1	1		20		22	1	1	20		
Итого по содержательному модулю 2	102	20	20		62		102	20	20		62		104	3	5		96		104	3	5	96		
Всего часов по дисциплине	144	28	28		88		144	28	28		88		144	4	6		134		144	4	6	134		

## 5. МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ЛЕКЦИОННЫХ, ПРАКТИЧЕСКИХ И ЛАБОРАТОРНЫХ ЗАНЯТИЙ

### Темы лекционных занятий

№ Темы	Название темы	Часы	
		ОФО	ЗФО
1.	Групповые методы в разных психологических школах.	4	1
2.	Психологический тренинг как метод практической психологии	4	-
3.	Организационно-методические аспекты функционирования тренинговой группы.	4	1
4.	Общие тренинговые методы.	4	-
5.	Технология составления тренинговых программ	4	1
6.	Основные этапы развития группы в тренинге.	4	-
7.	Методические вопросы ведения тренинговой группы.	4	1
<b>ВСЕГО:</b>		<b>28</b>	<b>4</b>

### Темы семинарских занятий

№ Темы	Название темы	Часы	
		ОФО	ЗФО
1.	Групповые методы в разных психологических школах.	4	-
2.	Психологический тренинг как метод практической психологии	4	1
3.	Организационно-методические аспекты функционирования тренинговой группы.	4	1
4.	Общие тренинговые методы.	4	1
5.	Технология составления тренинговых программ	4	1
6.	Основные этапы развития группы в тренинге.	4	1
7.	Методические вопросы ведения тренинговой группы.	4	1
<b>ВСЕГО:</b>		<b>28</b>	<b>6</b>

### Содержательный модуль 1.

#### *Анализ актуальных проблем психологического тренинга*

#### Тема 1. Групповые методы в разных психологических школах.

##### Семинар 1-2

##### *Вопросы для обсуждения:*

1. Обучающие техники в бихевиоральном тренинге.
2. Необихевиоральные программы работы с клиентами.
3. Когнитивная теория тренинговой работы:
4. Ориентация на гуманистическую теорию в проведении психологического тренинга.
5. Экзистенциально-феноменологическая психотерапия. Особенности данной парадигмы, ее цель. Модели методов групповой психологической работы.
6. Групповые методы работы психологов и психотерапевтов в России.



**Составить конспект по теме, изучив труды:**

Вачков И.В. «Основы технологии группового тренинга»

Пахальян В.Э. «Групповой психологический тренинг»

**Составить словарь психологических понятий по теме занятия.**

## **Тема 2. Психологический тренинг как метод практической психологии.**

### **Семинар 3-4**

**Вопросы для обсуждения:**

1. Соотношение понятий "групповая психотерапия", "групповая психокоррекция" и "групповой тренинг".
2. Применение активных методов групповой работы.
3. Цели тренинговой группы. Исследование психологических проблем участников группы и оказание помощи в их решении.
4. Основные отличия группового тренинга от индивидуальной психологической работы.
5. Групповые нормы. Ролевые позиции в группе. Понятие о групповой сплоченности. Гомогенность и гетерогенность тренинговых групп.
6. Стили руководства тренинговой группой.
7. Характеристика личности группового тренера.
8. Классификация и основные виды тренинговых групп.

**Подготовить доклады по темам:**

1. Возможности применения психологического тренинга в процессе обучения психологии.
2. Влияние различных условий на проведение психологического тренинга.
3. Психологический тренинг как процесс создания в группе событий для участников в их субъективной реальности.
4. Психологический тренинг как совместное творчество ведущего и участников группы.
5. Креативность и гибкость ведущего тренинга как профессионально важные качества.

## **Содержательный модуль 2**

### **Технология построения психологического тренинга**

**Тема 3. Организационно-методические аспекты функционирования тренинговой группы.**

### **Семинар 5-6**

**Вопросы для обсуждения:**

1. Организационные аспекты комплектования групп.
2. Психодиагностика до начала работы.
3. Требования к помещению для занятий.
4. Интерьер и необходимые технические средства.

**Практическая работа:**

Подготовить упражнения направленные на усиление сплочённости и снятия напряжения в группе.

**Тема 4. Общие тренинговые методы.**

### **Семинар 7-8**

**Вопросы для обсуждения:**

1. Различные классификации общих тренинговых методов.
2. Групповая дискуссия и её виды.
3. Игровые методы в психологическом тренинге. Общее представление о ролевых играх. Методы, направленные на развитие социальной перцепции.
4. Роль и место методов развития социальной перцепции в тренингах разных типов.

5. Методы телесно-ориентированной психотерапии.
6. Медитативные техники. Виды медитаций. Общие правила применения медитативных техник.

**Составить таблицу методов проведения психологического тренинга.**

Таблица

«Методы проведения психологического тренинга»		
№ п/п	Метод	Характеристика

#### **Тема 5. Технология составления тренинговых программ.**

##### **Семинар 9-10**

#### **Вопросы для обсуждения:**

1. Классификация групповых тренингов.
2. Метод создания сценариев. Составление тренинга (сценария) опирается на определенную концепцию
3. Подготовка тренинга. Структурные элементы оформления программы тренинга
4. Подбор комплекса упражнений, игр, техник.
5. Формы текущего контроля.

#### **Практическая работа**

Составить тренинговую программу для любой возрастной группы по следующему образцу:

#### **ТРЕНИНГОВАЯ ПРОГРАММА**

Оформление программы психологического тренинга выступает одним из средств организации самого процесса подготовки и проведения тренинга. Необходимо обратить внимание на такие составляющие, как:

- а) «внешний вид» программы, т. е. собственно оформление;
- б) структура и содержание программы.

Схема составления программы тренинга:

- 1) Название предполагаемого тренинга (тема).  
Титульная страница. Здесь важно четко сформулировать название программы и имя автора (автора-составителя).
- 2) Пояснительная записка. Обозначаются важнейшие теоретические основания тренинга.
- 3) Цель предполагаемого тренинга.
- 4) Задачи, решаемые в рамках данного тренинга.
- 5) Основные характеристики и содержание программы предполагаемого тренинга:
  - а) состав и количество участников;
  - б) объем программы. Указывается продолжительность тренинга и график проведения.
  - в) основные методы работы, методические приемы и техники, используемые в данном тренинге и т. п.
- 6) Основные этапы и их содержание. Этапы соответствуют задачам тренинговой программы
- 7) План занятий. Пример заполнения занятия представлен в таблице.
- 8) Содержание программы с описанием каждого занятия, упражнения.
- 9) Критерии оценки эффективности данного тренинга. После реализации программы, особенно начинающему тренеру, рекомендуется проводить самоанализ проделанной работы. Здесь важно выделить особенности протекания группового процесса, успехи и неудачи, определить степень эффективности разработанной программы, сделать выводы и, если потребуется, внести коррективы в программу. Такой анализ будет эффективным, если при планировании работы тренер предусмотрел средства, позволяющие ему фиксировать важнейшие параметры процесса реализации программы.

- 10) Список используемой литературы. Здесь указываются источники, которые использовались при создании программы, и источники дополнительной информации, с помощью которой обучающиеся могут выполнять самостоятельную работу в определенном целях и задачами данной программы на направлении.

**Тема 6. Основные этапы развития группы в тренинге.**  
**Семинар 11-12**

**Вопросы для обсуждения:**

1. Общее представление о стадиях развития группы в тренинге.
2. Первая стадия – подготовка.
3. Кризис в развитии тренинговой группы.
4. Вторая стадия – осознание.
5. Третья стадия – переоценка.

**Подготовить сообщения:**

Групповая динамика тренинга:  
 Подход динамики сознания О. В. Немиринского.  
 Модель конструктивного поведения Л.М. Митиной.  
 Тренинговые группы со спонтанной и управляемой динамикой Б. М. Мастерова.

**Тема 7. Методические вопросы ведения тренинговой группы.**  
**Семинар 13-14**

**Вопросы для обсуждения:**

1. Сценарии тренинговых занятий.
2. Алгоритмы и тренинговая работа.
3. Западни для ведущего.
4. Основные ошибки ведущего.
5. Психотехническая мифология и тренинг.
6. Ритуалы и метафоры в тренинге.

**Подготовить презентацию по темам:**

1. Сущность и основные характеристики психологического тренинга.
2. Основные направления группового движения.
3. Основные стадии развития группы при проведении психологического тренинга.
4. Методы проведения психологического тренинга.
5. Групповая дискуссия как способ организации общения участников группы.
6. Психологическая ценность групповой дискуссии как метода психологического тренинга.

## **6. МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ОРГАНИЗАЦИИ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ СТУДЕНТОВ**

### **Организация самостоятельной работы студентов**

Самостоятельная работа студентов по изучению дисциплины «Тренинговые технологии в сфере образования» предусматривает выполнение коллективных и индивидуальных заданий.

Коллективные задания для самостоятельной работы выполняются всеми студентами и предусматривают обобщение учебного материала по отдельным вопросам курса (по отдельным темам) в виде опорного конспекта. Выполнение этих заданий контролируется преподавателем во время проведения практических и семинарских занятий путем тестирования, участия в дискуссии, выполнения ситуационных заданий и тому подобное, а также при проведении текущего контроля знаний по дисциплине.

В случае необходимости студенты могут обращаться за консультацией преподавателя, согласно графику консультаций, утвержденного кафедрой.

**Тематика самостоятельной работы для коллективной проработки**

№ Темы	Название темы	Часы	
		ОФО	ЗФО
1.	Групповые методы в разных психологических школах.	13	19
2.	Психологический тренинг как метод практической психологии	13	19
3.	Организационно-методические аспекты функционирования тренинговой группы.	13	19
4.	Общие тренинговые методы.	13	19
5.	Технология составления тренинговых программ.	13	19
6.	Основные этапы развития группы в тренинге.	13	19
7.	Методические вопросы ведения тренинговой группы.	12	20
<b>ВСЕГО:</b>		<b>88</b>	<b>134</b>

**7. ИНДИВИДУАЛЬНЫЕ ЗАДАНИЯ**

*Разработать тренинг по одной из предложенных тем:*

1. подростковый тренинг;
2. тренинг для педагогов;
3. детско-родительский тренинг;
4. тренинг для родителей детей-инвалидов;
5. тренинг для старшеклассников;
6. менеджерский тренинг;
7. лидерский тренинг;
8. тренинг важнейших жизненных навыков;
9. тренинг толерантности;
10. тренинг межличностных отношений;
11. тренинг уверенности в себе;
12. адаптационный тренинг;
13. тренинг эффективных коммуникаций;
14. тренинги терапевтической направленности;
15. развивающие тренинги;
16. мотивационный тренинг;
17. обучающий тренинг;
18. демонстрационный тренинг.

**8. КОНТРОЛЬНЫЕ ВОПРОСЫ К ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ**

1. Обучающие техники в бихевиоральном тренинге.
2. Необихевиоральные программы работы с клиентами.
3. Когнитивная теория тренинговой работы:
4. Ориентация на гуманистическую теорию в проведении психологического тренинга.
5. Экзистенциально-феноменологическая психотерапия. Особенности данной парадигмы, ее цель. Модели методов групповой психологической работы.
6. Групповые методы работы психологов и психотерапевтов в России.
7. Соотношение понятий "групповая психотерапия", "групповая психокоррекция" и "групповой тренинг".

8. Применение активных методов групповой работы.
9. Цели тренинговой группы. Исследование психологических проблем участников группы и оказание помощи в их решении.
10. Основные отличия группового тренинга от индивидуальной психологической работы.
11. Групповые нормы. Ролевые позиции в группе. Понятие о групповой сплоченности. Гомогенность и гетерогенность тренинговых групп.
12. Стили руководства тренинговой группой.
13. Характеристика личности группового тренера.
14. Классификация и основные виды тренинговых групп.
15. Организационные аспекты комплектования групп.
16. Психодиагностика до начала работы.
17. Требования к помещению для занятий.
18. Интерьер и необходимые технические средства.
19. Различные классификации общих тренинговых методов.
20. Групповая дискуссия и её виды.
21. Игровые методы в психологическом тренинге. Общее представление о ролевых играх. Методы, направленные на развитие социальной перцепции.
22. Роль и место методов развития социальной перцепции в тренингах разных типов.
23. Методы телесно-ориентированной психотерапии.
24. Медитативные техники. Виды медитаций. Общие правила применения медитативных техник.
25. Классификация групповых тренингов.
26. Метод создания сценариев. Составление тренинга (сценария) опирается на определенную концепцию
27. Подготовка тренинга. Структурные элементы оформления программы тренинга
28. Подбор комплекса упражнений, игр, техник.
29. Формы текущего контроля.
30. Сценарии тренинговых занятий.
31. Алгоритмы и тренинговая работа.
32. Западни для ведущего.
33. Основные ошибки ведущего.
34. Психотехническая мифология и тренинг.
35. Ритуалы и метафоры в тренинге.

## **9. ОБРАЗЕЦ МОДУЛЬНОГО КОНТРОЛЯ**

### **ГОУ ВПО «ДОНЕЦКИЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»**

Филологический факультет

<i>Направление подготовки:</i>	<b>44.03.02. Психолого-педагогическое образование</b>
<i>Программа подготовки:</i>	<b>бакалавриат</b>
<i>Семестр</i>	<b>3</b>
<i>Учебная дисциплина</i>	<b>«Тренинговые технологии в сфере образования»</b>

### **МОДУЛЬНАЯ КОНТРОЛЬНАЯ РАБОТА**

#### **1. Социально-психологический тренинг представляет собой:**

- 1) метод преднамеренных изменений;
- 2) метод психологического консультирования;
- 3) современный вид молодежного досуга;
- 4) обучающую программу.

**2. Тренинговые методики в теоретическом аспекте ближе всего к идеям:**

- 1) гуманистической психологии;
- 2) психоанализа;
- 3) экзистенциальной психологии;
- 4) бихевиорального подхода.

**3. Первые тренинги связаны с идеями и именем:**

- 1) З. Фрейда;
- 2) К. Левина;
- 3) К. Роджерса;
- 4) Ф. Перлза.

**4. Формирование умений справляться с конкретными проблемами и приспосабливаться к определенным жизненным обстоятельствам характерно для:**

- 1) Т-групп;
- 2) групп встреч;
- 3) психодрамы;
- 4) бихевиорально-ориентированных групп.

**5. Ролевая игра – основной метод в:**

- 1) трансактной модели тренинга;
- 2) психодраме;
- 3) когнитивно-поведенческой модели;
- 4) гештальт-модели.

**6. Национальная лаборатория тренинга впервые появилась в:**

- 1) Советском Союзе;
- 2) США;
- 3) Германии;
- 4) Швейцарии.

**7. Максимально недирективный стиль управления группой характерен для:**

- 1) Т-групп;
- 2) групп встреч;
- 3) психодраматических групп;
- 4) гештальт-групп.

**8. Работа с поведенческими проявлениями, с интерпретацией поведения характерна для:**

- 1) психодрамы;
- 2) когнитивно-поведенческой модели;
- 3) бихевиорально-ориентированной модели;
- 4) трансактной модели.

**9. Содержательная работа в тренинге должна привести к расширению следующей области (из схемы «Окошко Джогарри»):**

- 1) открытой;
- 2) скрытой;
- 3) слепой;
- 4) неизвестной.

**10. Оптимальные количественные границы в тренинговой группе составляют:**

- 1) 2 – 5 человек;
- 2) 6 – 12 человек;
- 3) 5 – 10 человек;
- 4) 10 – 15 человек.

Утверждено на заседании кафедры \_\_\_\_\_,  
протокол № \_\_\_\_ от «\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Заведующий кафедрой \_\_\_\_\_  
Преподаватель \_\_\_\_\_

**Критерии оценивания модульного контроля**

<i>Номер задания</i>	<i>Количество баллов</i>
1	5
2	5
3	5
4	5
5	5
6	5
7	5
8	5
9	5
10	5
<b>Всего</b>	<b>50 баллов</b>

**10. ОБРАЗЕЦ ЭКЗАМЕНАЦИОННОГО БИЛЕТА**  
*Теоретические вопросы к экзамену*

**Содержательный модуль 1.**

***Анализ актуальных проблем психологического тренинга***

1. История групповой психотерапии и тренинговых методов.
2. Групповые методы в разных психологических школах.
3. Групповые методы работы психологов и психотерапевтов в России
4. Преимущества групповой формы психологической работы.
5. Сущность понятия «тренинг».
6. Основные парадигмы тренинга.
7. Формы работы западных и отечественных психологов-практиков.
8. Соотношение понятий «групповая психотерапия», «психокоррекция», «тренинг», «обучение».

**Содержательный модуль 2**

***Технология построения психологического тренинга***

9. Специфические черты тренингов.
10. Основные цели и задачи психологических тренингов.

11. Принципы работы тренинговой группы. Основные и дополнительные принципы работы.
12. Количественный и качественный состав групп.
13. Основные правила отбора участников тренинговой группы.
14. Принцип «здесь и теперь» в работе тренинговой группы.
15. Виды групповых тренингов.
16. Традиционная схема занятия тренинга
17. Общая характеристика основных тренинговых методов.
18. Групповая дискуссия как один из основных методов психологического тренинга.
19. Классификация групповых дискуссий.
20. Игровые методы в тренинге.
21. Методы, направленные на развитие социальной перцепции.
22. Методы телесно-ориентированной психотерапии.
23. Медитативные техники.
24. Психогимнастика.
25. Общее представление об основных этапах развития группы.
26. Психологическая характеристика кризиса в развитии тренинговой группы.
27. Стадии развития групп со спонтанной динамикой. Стадии развития групп с управляемой динамикой.
28. Управление групповой динамикой в тренинге.
29. Оценка результативности групповой работы.
30. Механизмы психотерапевтического воздействия группы.
31. Организационные аспекты комплектования групп.
32. Материально-техническое оснащение проведения группового психологического тренинга.
33. Ролевые позиции в группе.
34. Групповая сплоченность и её психологические механизмы.
35. Причины снижения групповой сплоченности.
36. Основные роли ведущего группы.
37. Стили руководства группой.
38. Типичные ошибки тренера.
39. Основные требования, предъявляемые к личности ведущего группы.
40. Система подготовки групповых ведущих и тренеров.

### **ГОУ ВПО «ДОНЕЦКИЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»**

Филологический факультет

<i>Направление подготовки:</i>	<b><i>44.03.02. Психолого-педагогическое образование</i></b>
<i>Программа подготовки:</i>	<b><i>бакалавриат</i></b>
<i>Семестр</i>	<b><i>3</i></b>
<i>Учебная дисциплина</i>	<b><i>«Тренинговые технологии в сфере образования»</i></b>

#### **БИЛЕТ №1**

1. История групповой психотерапии и тренинговых методов.
2. Общая характеристика основных тренинговых методов.
3. Творческое задание: Подготовить тренинговую программу для любой возрастной группы.

Утверждено на заседании кафедры \_\_\_\_\_,  
 протокол № \_\_\_\_ от «\_\_\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.



Заведующий кафедрой  
Экзаменатор

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

***Критерии оценивания экзамена***

<b><i>Номер задания</i></b>	<b><i>Количество баллов</i></b>
1	30
2	30
3	40
<b>Всего</b>	<b>100 баллов</b>

**11. ОБРАЗЕЦ ТЕСТОВОГО ЗАДАНИЯ**

***1. Активное распределение ролей между участниками группы характерно на фазе:***

- 1) фрустрационной;
- 2) завершения;
- 3) ориентации и зависимости;
- 4) сотрудничества и устойчивой работоспособности.

***2. «Развязывание» конфликта с ведущим может свидетельствовать о:***

- 1) сплочении группы;
- 2) попытке самоутверждения лидера;
- 3) неподготовленности тренера;
- 4) перераспределении ролей в группе.

***3. Безусловное принятие каждого участника в тренинговой группе отражает принцип:***

- 1) креативности;
- 2) партнерского общения (доверительности);
- 3) активности;
- 4) осознанности поведения.

***4. Наиболее определенным и жестким стилем проведения занятий является следующий стиль ведения тренинга:***

- 1) авторитарный;
- 2) тематический;
- 3) программный;
- 4) свободный.

***5. С точки зрения временной организации тренинга наиболее бурные изменения в психическом строе участников оказывают (ет):***

- 1) эпизодические встречи;
- 2) двухлетнее обучение;
- 3) регулярные занятия;
- 4) интенсивный курс.

**6. Прием модификации упражнения, при котором элементы действия, выполняемые в скрытой, внутренней форме, выносятся во внешний план действий: вербальный или практический, называется:**

- 1) экстериоризация;
- 2) интериоризация;
- 3) драматизация;
- 4) стохастизация.

**7. Прием модификации упражнения, при котором реально выполняемые действия заменяются на воображаемые, выполняемые во внутреннем плане, называется:**

- 1) импровизация;
- 2) интериоризация;
- 3) интраперсонализация;
- 4) интерперсонализация;

**8. Интерперсонализация представляет собой такой прием модификации упражнений, при котором:**

- 1) персонально разнесенные действия выполняются одним участником;
- 2) случайное выполнение участниками компонентов упражнения;
- 3) воображаемое выполнение действия;
- 4) распределение между участниками компонентов упражнения.

**9. Инструкция в упражнениях должна быть (отметьте лишнее):**

- 1) подробной, с детальным разъяснением;
- 2) четкой;
- 3) ясной;
- 4) лаконичной.

**10. Релевантность обратной связи заключается в следующем:**

- 1) информация актуальна, своевременна;
- 2) информация соответствует потребностям и коммуникатора, и реципиента;
- 3) информация относится к конкретному проявлению участника.

**11. Состояние тренинговой группы, которое характеризуется четким распределением ролей и статусов в группе, наличием формальной и неформальной структуры, называется:**

- 1) активностью группы;
- 2) пассивностью группы;
- 3) конфронтацией в группе;
- 4) организованностью группы.

**12. Стремление членов группы выразить себя, самореализоваться в деятельности и в то же время превзойти других является проявлением:**

- 1) агрессии;
- 2) конкуренции;
- 3) сотрудничества;
- 4) адаптации.

**13. Взаимное приспособление членов группы друг к другу называется:**

- 1) организованностью группы;
- 2) сплоченностью группы;

- 3) социальной адаптацией;
- 4) сотрудничеством участников.

**14. Тип групповой активности, связанный с повышением общего коммуникативного уровня, называется:**

- 1) производительный;
- 2) социальный;
- 3) творческий;
- 4) личностно-развивающий.

**15. Эффект «синергии» проявляется в:**

- 1) прибавочной интеллектуальной энергии, и выражается в групповом результате, который превышает сумму индивидуальных результатов;
- 2) изменении поведения человека в результате давления группы;
- 3) тенденции благоприятствовать членам своей группы;
- 4) усилении доминантных реакций в присутствии других.

## 12. КРИТЕРИИ ОЦЕНИВАНИЯ

По курсу предполагается проведение промежуточной аттестации в виде модульного контроля, выполнения индивидуальной работы и экзамена. Экзамен сдают студенты с целью повышения рейтинга.

***Распределение баллов, которые могут получить студенты  
в процессе изучения дисциплины***

Организационно-учебная работа студента	СРС			Всего
	Индивидуальная работа	Модульный контроль	Индивидуальная творческая работа	
Мах 20 баллов	мак __20__ баллов	мак 50 баллов	мак 10 баллов	100 баллов
Ведение конспекта, готовность к семинарским занятиям	Разработка тренинговой программы	Ответы на модульный контроль	Разработка доклада на студенческую научную конференцию	

***Шкала соответствия баллов национальной шкале***

Оценка по шкале ECTS	Оценка по 100-балльной шкале	Оценка по государственной шкале (экзамен, дифференцированный зачет)	Оценка по государственной шкале (зачет)
<b>A</b>	90-100	5 (отлично)	зачтено
<b>B</b>	80-89	4 (хорошо)	зачтено
<b>C</b>	75-79	4 (хорошо)	зачтено
<b>D</b>	70-74	3 (удовлетворительно)	зачтено
<b>E</b>	60-69	3 (удовлетворительно)	зачтено
<b>FX</b>	35-59	2 (неудовлетворительно) с возможностью повторной сдачи	не зачтено
<b>F</b>	0-34	2 (неудовлетворительно) с возможностью повторной сдачи при условии обязательного набора дополнительных баллов	не зачтено

Знание теоретической части курса оценивается с точностью до 5 баллов по следующим критериям:

1. Студент получает 75-100% баллов от максимального, если показал
  - глубокие и полные ответы на теоретические вопросы; глубокое понимание сущности проблемы;
  - умение проводить логические рассуждения и обобщения и сопровождать их соответствующими доказательствами;
2. Студент получает 60-74% баллов от максимального, если показал
  - глубокие и полные ответы на теоретические вопросы с незначительными погрешностями, затем исправленными самим студентом; понимание физической сущности рассматриваемых проблем;
  - умение логически рассуждать и проводить доказательства;
3. Студент получает 35-59% баллов от максимального, если показал
  - при ответе на теоретические вопросы ряд неточностей, которые студент не в состоянии самостоятельно исправить;
4. Студент получает 0-34% баллов от максимального, если
  - не выполнены требования, изложенные в предыдущих пунктах;
  - нет ответов на теоретические вопросы.

### 13. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ УЧЕБНОГО ПРОЦЕССА

Для материально-технического обеспечения дисциплины используются: лекционная аудитория, компьютерный класс, библиотека института.

Для обеспечения дисциплины необходимы:

1. Учебные пособия.
2. Слайды, презентации лекций.
3. Компьютерные демонстрации.
4. Мультимедийное оборудование.

### 14. РЕКОМЕНДОВАННАЯ ЛИТЕРАТУРА

№ п/п	Наименование
<b>Основная</b>	
<b>1</b>	Овсянникова Е.А. Социальная психология: Учебное пособие / Е.А. Овсянникова, А.А. Серебрякова. – М.: Флинта, 2015. <a href="http://www.biblioclub.ru">www.biblioclub.ru</a>
<b>2</b>	Основы социально-психологического тренинга. – М.: Феникс,. - 2014- <a href="http://www.biblioclub.ru">www.biblioclub.ru</a>
<b>3</b>	Филатов Ф. Р. Основы психокоррекции: учебное пособие. – Ростов-на-Дону: Издательство Южного федерального университета, 2011. - <a href="http://www.biblioclub.ru">www.biblioclub.ru</a>
<b>Дополнительная</b>	
<b>4</b>	Ежова Н. Н. Краткий справочник практического психолога. - М: Феникс . – 2014. – <a href="http://www.biblioclub.ru">www.biblioclub.ru</a>
<b>5</b>	Ежова Н. Н. Рабочая книга практического психолога. - М: Фе- никс, 2013. <a href="http://www.biblioclub.ru">www.biblioclub.ru</a>
<b>6</b>	Козлова А. М. СТОП Манипулированию! или тренинг манипулятивного поведения в деловом общении. - Издатель: Директ-Медиа, 2015. - <a href="http://www.biblioclub.ru">www.biblioclub.ru</a>
<b>7</b>	Основы социально-психологического тренинга / Авт-сост. Василенко М.А. – Ростов на-/Д: Феникс, 2014. – <a href="http://www.biblioclub.ru">www.biblioclub.ru</a>

<b>8</b>	Левкин В. Е. Социально-психологический тренинг для психолога: учебное пособие. - Москва, Берлин: Директ-Медиа, 2016. – <a href="http://www.biblioclub.ru">www.biblioclub.ru</a>
<b>9</b>	Флатов Ф. Р. Основы психокоррекции: учебное пособие. – Ростов-на-Дону: Издательство Южного федерального университета, 2011. – <a href="http://www.biblioclub.ru">www.biblioclub.ru</a>

### 15. ИНФОРМАЦИОННЫЕ РЕСУРСЫ

<b>№ п/п</b>	<b>Наименование</b>
<b>1</b>	<a href="http://www.edu.ru">www.edu.ru</a> - Российское образование. Федеральный образовательный портал
<b>2</b>	<a href="http://www.psy.msu.ru/science/vestnik/index.html">http://www.psy.msu.ru/science/vestnik/index.html</a> - Вестник Московского университета. Серия 14, Психология.
<b>3</b>	<a href="http://www.voppsy.ru/">http://www.voppsy.ru/</a> - Вопросы психологии (журнал).
<b>4</b>	<a href="http://psyjournal.ru/">http://psyjournal.ru/</a> - Журнал практической психологии и психоанализа.
<b>5</b>	<a href="http://psyjournals.ru/mpj/">http://psyjournals.ru/mpj/</a> - Консультативная психология и психотерапия.
<b>6</b>	<a href="http://psyjournals.ru/index.shtml">http://psyjournals.ru/index.shtml</a> - Портал психологических изданий PsyJournals.ru.
<b>7</b>	<a href="http://www.psyedu.ru/">http://www.psyedu.ru/</a> - Электронный журнал Psyedu.Ru.
<b>8</b>	<a href="http://www.psychology.su/">http://www.psychology.su/</a> - Журнал "Психология".
<b>9</b>	<a href="http://www.popsy.ru/">http://www.popsy.ru/</a> - Журнал Популярная психология статьи новости тренинги психотерапия обучение.

Рабочая программа рассмотрена и переутверждена на заседании \_\_\_\_\_  
с изменениями (без изменений) на 20\_\_\_\_ год.

Протокол № \_\_\_\_ от «\_\_\_\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_\_\_ г.

Заведующий кафедрой \_\_\_\_\_

Рабочая программа рассмотрена и переутверждена на заседании \_\_\_\_\_  
с изменениями (без изменений) на 20\_\_\_\_ год.

Протокол № \_\_\_\_ от «\_\_\_\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_\_\_ г.

Заведующий кафедрой \_\_\_\_\_

Рабочая программа рассмотрена и переутверждена на заседании \_\_\_\_\_  
с изменениями (без изменений) на 20\_\_\_\_ год.

Протокол № \_\_\_\_ от «\_\_\_\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_\_\_ г.

Заведующий кафедрой \_\_\_\_\_