

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ  
ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Забайкальский государственный университет»  
(ФГБОУ ВО «ЗабГУ»)

Психолого-педагогический факультет  
Кафедра Теоретической и прикладной психологии

УТВЕРЖДАЮ:

Декан факультета

Психолого-педагогический  
факультет

Клименко Татьяна  
Константиновна

« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20 \_\_\_\_  
г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

Б1.В.06 Социально-психологический тренинг  
на 108 часа(ов), 3 зачетных(ые) единиц(ы)  
для направления подготовки (специальности) 37.03.01 - Психология

составлена в соответствии с ФГОС ВО, утвержденным приказом  
Министерства образования и науки Российской Федерации от  
« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20 \_\_\_\_ г. № \_\_\_\_

Профиль – Психология (для набора 2022)  
Форма обучения: Очная

## 1. Организационно-методический раздел

### 1.1 Цели и задачи дисциплины (модуля)

Цель изучения дисциплины:

формирование компетенций в области социально-психологического тренинга

Задачи изучения дисциплины:

1. Ознакомление с тренинговой формой работы как одним из методов социально-психологического обучения; 2. Овладение навыками ведения социально-психологического тренинга; 3. Раскрытие специфики использования психологического знания в профессиональной деятельности

### 1.2. Место дисциплины (модуля) в структуре ОП

Дисциплина «Социально-психологический тренинг» относится к блоку Б1.В.06

### 1.3. Объем дисциплины (модуля) с указанием трудоемкости всех видов учебной работы

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 3 зачетных(ые) единиц(ы), 108 часов.

| Виды занятий                                  | Семестр 4 | Всего часов |
|---|-----------|-------------|
| Общая трудоемкость                            |           | 108         |
| Аудиторные занятия, в т.ч.                    | 80        | 80          |
| Лекционные (ЛК)                               | 0         | 0           |
| Практические (семинарские)<br>(ПЗ, СЗ)        | 0         | 0           |
| Лабораторные (ЛР)                             | 80        | 80          |
| Самостоятельная работа<br>студентов (СРС)     | 28        | 28          |
| Форма промежуточной<br>аттестации в семестре  | Зачет     | 0           |
| Курсовая работа (курсовой<br>проект) (КР, КП) |           |             |

## 2. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы

|  |  |
|--|--|
|  |  |
|--|--|

| Планируемые результаты освоения образовательной программы |  | Планируемые результаты обучения по дисциплине   |
|---|--|---|
| Код и наименование компетенции                            | Индикаторы достижения компетенции, формируемые в рамках дисциплины   | Дескрипторы: знания, умения, навыки и (или) опыт деятельности   |
| ОПК-4   | ОПК-4.1. Знает способы реализации стандартных программ, направленных на предупреждение отклонений в социальном и личностном развитии, а также профессиональных рисков в различных видах деятельности;  | Знать: стандартные программ, направленных на предупреждение отклонений в социальном и личностном развитии, а также профессиональных рисков в различных видах деятельности   |
| ОПК-4   | ОПК-4.2. Определяет цели и самостоятельно или в кооперации с коллегами разрабатывает программы психологического вмешательства с учетом индивидуально- психологических характеристик, квалифицированно осуществляет психологическое вмешательство в целях профилактики, лечения, реабилитации и развития. | <p>Знать: теоретические основы составления программ психологического вмешательства с учетом индивидуальнопсихологических характеристик</p> <p>Уметь: определять цели и самостоятельно или в кооперации с коллегами разрабатывает программы психологического вмешательства с учетом индивидуально-психологических характеристик, квалифицированно осуществляет психологическое вмешательство в целях профилактики, лечения, реабилитации и развития</p> <p>Владеть: разрабатывать программы психологического вмешательства с учетом индивидуально-психологических характеристик, умение квалифицированно</p> |

|      |   |  |
|------|---|--|
|      |   | осуществлять психологическое вмешательство в целях профилактики, лечения, реабилитации и развития  |
| ПК-4 | ПК-4.1. знает современные теории, направления и практики коррекционно-развивающей работы; современные техники и приемы коррекционно-развивающей работы и психологической помощи; способы и методы оценки эффективности и совершенствования коррекционно-развивающей работы; | Знать: знает теоретические основы составления психологических тренингов по формированию и развитию у клиентов качеств, необходимых для самостоятельной жизни и социализации и адаптации<br><br>Уметь:  |
| ПК-4 | ПК-4.2. Умеет: организовать коррекционный, развивающий, обучающий процесс, направленных на решение типовых проблем  | Знать: многообразие развивающих, обучающих, коррекционных программ, тренинги по формированию и развитию у клиентов качеств, необходимых для самостоятельной жизни и социализации направленных на решение проблем развития, самопознания, социализации и адаптации<br><br>Уметь: организовывать и реализовывать психологические тренинги по формированию и развитию у клиентов качеств, необходимых для самостоятельной жизни и социализации<br><br>Владеть: навыками организации развивающих, обучающих, коррекционных программ, направленных на решение проблем развития, самопознания, |

|      |   |   |
|------|---|---|
|      |   | социализации и адаптации  |
| ПК-4 | ПК-4.3. Может принимать участие в реализации развивающих, обучающих, коррекционных программ, направленных на решение проблем развития, самопознания, социализации и адаптации             | <p>Знать: критерии оценки эффективности реализованных развивающих, обучающих, коррекционных программ, направленных на решение проблем развития, самопознания, социализации и адаптации</p> <p>Уметь: реализовывать разработанные развивающие, обучающие, коррекционные программы, направленных на решение проблем развития, самопознания, социализации и адаптации</p> <p>Владеть: навыками оценки эффективности адаптации разработанных и реализованных развивающих, обучающих, коррекционных программ, направленных на решение проблем развития, самопознания, социализации и адаптации</p> |
| ПК-6 | ПК-6.1 Знает: закономерности развития различных категорий обучающихся, в том числе с особыми образовательными потребностями; современные техники и приемы коррекционно-развивающей работы | Знать: теоретические основы составления психологических тренингов по формированию и развитию у клиентов качеств, необходимых для самостоятельной жизни и социализации   |
| ПК-6 | ПК- 6. 2 Умеет: проводить коррекционно-развивающие занятия с обучающимися; оценивать эффективность коррекционно-развивающей работы в соответствии с выделенными критериями                | <p>Знать: теоретические основы составления программ социализации и реабилитации в развивающем, обучающем процессе</p> <p>Уметь: организовать работу и принимать</p>   |

|      |  |  |
|------|--|--|
|      |  | <p>участие в развивающем, обучающем процессе, в том числе работу по реабилитации</p> <p>Владеть: навыками организации работы и активного участия в развивающем, обучающем процессе, в том числе работе по реабилитации</p>   |
| ПК-6 | <p>ПК-6.3 Владеет: навыками разработки и реализации планов проведения коррекционно-развивающих занятий для детей и обучающихся</p> | <p>Знать: закономерности протекания процесса организованной групповой работы в развивающем, обучающем процессе, в том числе работу по реабилитации</p> <p>Уметь: организовывать и реализовывать программы в развивающем, обучающем процессе, в том числе работу по реабилитации</p> <p>Владеть: навыками оценки эффективности реализованных психологических программ в развивающем, обучающем процессе, в том числе работу по реабилитации</p> |

### 3. Содержание дисциплины

#### 3.1. Разделы дисциплины и виды занятий

##### 3.1 Структура дисциплины для очной формы обучения

| Модуль | Номер раздела | Наименование раздела | Темы раздела | Всего часов | Аудиторные занятия |                    |        | С<br>Р<br>С |
|--------|---------------|----------------------|--------------|-------------|--------------------|--------------------|--------|-------------|
|        |               |                      |              |             | Л<br>К             | П<br>З<br>(С<br>З) | Л<br>Р |             |
| 1      | 1.1           | Ведение в            | Сущность и   | 34          | 0                  | 0                  | 25     | 9           |

|       |     |   |  |     |   |   |    |    |
|-------|-----|---|--|-----|---|---|----|----|
|       |     | дисциплину «Социально-психологический тренинг».                                 | организационные особенности проведения социально-психологического тренинга. Принципы тренинговой работы  |     |   |   |    |    |
| 2     | 2.1 | Социально-психологический тренинг как групповая форма работы психолога-практика | Социально-психологический тренинг как групповая форма работы психолога-практика. Ритуалы приветствия и прощания в тренинговом процессе. Разминочные упражнения в тренинговом процессе. Основной блок социально-психологического тренинга: содержание, наполнение. Рефлексия в тренинговом процессе. Формирование и развитие навыков группового взаимодействия. | 34  | 0 | 0 | 25 | 9  |
| 3     | 3.1 | Социально-психологический тренинг как групповая форма коррекции, психотерапии   | Социально-психологический тренинг как групповая форма коррекции, психотерапии. Психологические тренинговые технологии в системе профессиональной деятельности Арт-терапевтические технологии в структуре социально-психологического тренинга практического психолога   | 40  | 0 | 0 | 30 | 10 |
| Итого |     |   |  | 108 | 0 | 0 | 80 | 28 |

### 3.2. Содержание разделов дисциплины

#### 3.2.1. Лекционные занятия, содержание и объем в часах

| Модуль | Номер раздела | Тема | Содержание | Трудоемкость (в часах) |
|--------|---------------|------|------------|------------------------|
|        |               |      |            |                        |

### 3.2.2. Практические занятия, содержание и объем в часах

| Модуль | Номер раздела | Тема | Содержание | Трудоемкость (в часах) |
|--------|---------------|------|------------|------------------------|
|        |               |      |            |                        |

### 3.2.3. Лабораторные занятия, содержание и объем в часах

| Модуль | Номер раздела | Тема   | Содержание  | Трудоемкость (в часах) |
|--------|---------------|--|---|------------------------|
| 1      | 1.1           | Ведение в дисциплину «Социально-психологический тренинг».                        | Сущность и организационные особенности проведения социально-психологического тренинга. Принципы тренинговой работы  | 25                     |
| 2      | 2.1           | Социально-психологический тренинг как групповая форма работы психолога-практика. | Ритуалы приветствия и прощания в тренинговом процессе. Разминочные упражнения в тренинговом процессе. Основной блок социально-психологического тренинга: содержание, наполнение. Рефлексия в тренинговом процессе. Формирование и развитие навыков группового взаимодействия. | 25                     |
| 3      | 3.1           | Социально-психологический тренинг как групповая форма коррекции, психотерапии.   | Психологические тренинговые технологии в системе профессиональной деятельности Арт-терапевтические технологии в структуре социально-психологического тренинга практического психолога   | 30                     |

### 3.3. Содержание материалов, выносимых на самостоятельное изучение

| Модуль | Номер раздела | Содержание материалов, выносимого на самостоятельное изучение | Виды самостоятельной деятельности | Трудоемкость (в часах) |
|--------|---------------|---|-----------------------------------|------------------------|
| 1      | 1.1           | Ведение в дисциплину «С                                       | конспектирование                  | 9                      |



|   |     |  |   |    |
|---|-----|--|---|----|
|   |     | <p>оциально-психологический тренинг». Сущность и организационные особенности проведения социально-психологического тренинга. Принципы тренинговой работы</p>   | <p>литературы, подбор тренинговых технологий</p>  |    |
| 2 | 2.1 | <p>Социально-психологический тренинг как групповая форма работы психолога-практика. Ритуалы приветствия и прощания в тренинговом процессе. Разминочные упражнения в тренинговом процессе. Основной блок социальн о-психологического тренинга: содержание, наполнение. Рефлексия в тренинговом процессе. Формирование и развитие навыков группового взаимодействия.</p> | <p>подбор тренинговых технологий для отработки навыков составления тренинговых программ с учетом структуры тренинга</p> | 9  |
| 3 | 3.1 | <p>Социально-психологический тренинг как групповая форма коррекции, психотерапии. Психологические тренинговые технологии в системе профессиональной деятельности Арт-терапевтические технологии в структуре социально-психологического тренинга практического психолога</p>  | <p>составление программы социально-психологического тренинга</p>  | 10 |

**4. Фонд оценочных средств для проведения текущей и промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине**

Фонд оценочных средств текущего контроля и промежуточной аттестации по итогам освоения дисциплины представлен в приложении.

[Фонд оценочных средств](#)

## **5. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины**

### **5.1. Основная литература**

#### **5.1.1. Печатные издания**

1. Вараксин, В.Н. Психолого-педагогический практикум : учеб. пособие. - Ростов-на-Дону : Феникс, 2012. - 283 с.
2. Горбушина, О.П. Психологический тренинг. Секреты поведения. - Санкт-Петербург : Питер, 2008. - 176 с. : ил. - (Практическая психология)
3. Плотникова, М.Ю. Технология ведения тренинга [Текст] : учеб. пособие. - Чита : ЗабГУ, 2017. - 121 с.

#### **5.1.2. Издания из ЭБС**

1. Кларин, Михаил Владимирович. Корпоративный тренинг, наставничество, коучинг : Учебное пособие для вузов / Кларин М. В. - Москва : Юрайт, 2022. - 288 с. - (Высшее образование). - URL: <https://urait.ru/bcode/491391> (дата обращения: 07.02.2022). - ISBN 978-5-534-02811-9 : 919.00.
2. Кашапов, Мергалис Мергалимович. Психология конфликта : Учебник и практикум для вузов / Кашапов М. М. - 2-е изд. - Москва : Юрайт, 2022. - 206 с. - (Высшее образование). - URL: <https://urait.ru/bcode/491240> (дата обращения: 07.02.2022). - ISBN 978-5-534-07133-7 : 559.00.

### **5.2. Дополнительная литература**

#### **5.2.1. Печатные издания**

1. Фопель, К. Психологические группы: рабочие материалы для ведущего. - 4-е изд., стер. - Москва : Генезис, 2004. - 256 с.
2. Плотникова, Маргарита Юрьевна. Юнгианская песочная терапия в профессиональной деятельности психолога : учеб. пособие. - Чита : ЗабГУ, 2016. - 118 с.
3. Магомед-Эминов, М.Ш. Трансформация личности : учеб. пособие. - Москва : ПАРФ, 1998. - 496 с.

#### **5.2.2. Издания из ЭБС**

1. Руководство практического психолога. Психолог в школе : Практическое пособие / под ред. Дубровиной И.В. - 2-е изд. - Москва : Юрайт, 2022. - 206 с. - (Профессиональная практика). - URL: <https://urait.ru/bcode/490864> (дата обращения: 07.02.2022). - ISBN 978-5-534-08757-4 : 699.00.
2. Дубровина, Ирина Владимировна. Психологическое благополучие школьников : Учебное пособие для вузов / Дубровина И. В. - Москва : Юрайт, 2021. - 140 с. - (Высшее

образование). - URL: <https://urait.ru/bcode/472972> (дата обращения: 10.08.2021). - ISBN 978-5-534-09864-8 : 399.00.

### 5.3. Базы данных, информационно-справочные и поисковые системы

| Название                   | Ссылка  |
|----------------------------|---|
| ЭБС "Юрайт"                | <a href="https://urait.ru/">https://urait.ru/</a>                           |
| ЭБС "Лань"                 | <a href="https://e.lanbook.com/">https://e.lanbook.com/</a>                 |
| ЭБС "Консультант Студента" | <a href="https://www.studentlibrary.ru/">https://www.studentlibrary.ru/</a> |

### 6. Перечень программного обеспечения

Программное обеспечение общего назначения: ОС Microsoft Windows, Microsoft Office, ABBYY FineReader, ESET NOD32 Smart Security Business Edition, Foxit Reader, АИБС "МегаПро".

Программное обеспечение специального назначения:

- 1) Google Chrome
- 2) Kaspersky Endpoint Security
- 3) Mozilla Firefox

### 7. Материально-техническое обеспечение дисциплины

|  |  |
|--|--|
| Наименование помещений для проведения учебных занятий и для самостоятельной работы обучающихся | Оснащенность специальных помещений и помещений для самостоятельной работы  |
| Учебные аудитории для проведения лабораторных занятий  | Состав оборудования и технических средств обучения указан в паспорте аудитории, закрепленной расписанием по факультету |
| Учебные аудитории для проведения групповых и индивидуальных консультаций                       | Состав оборудования и технических средств обучения указан в паспорте аудитории, закрепленной расписанием по кафедре    |
| Учебные аудитории для текущей аттестации   |  |

### 8. Методические рекомендации по организации изучения дисциплины

- При освоении дисциплины для продуктивной аудиторной работы студент должен:
- прежде всего, обращаться к рекомендуемой по дисциплине литературе,
  - знакомиться с возможными источниками интернет-ресурсов по данной дисциплине,
  - проявлять активность на лекциях, которая предполагает:
    - а) просмотр предыдущей лекции;
    - б) выполнение мини заданий на лекцию;

в) постановку вопросы во время лекции или по окончании ее, с целью уточнения отдельных положений излагаемого материала;

Рекомендации к организации самостоятельной работы студентов

Приёмы самостоятельной работы студентов

Для организации продуктивной самостоятельной работы целесообразно обращаться за рекомендациями, изложенными в методических пособиях по этому вопросу, имеющимся в научной библиотеке ЗабГУ.

1. Работа с учебником.

Для обеспечения максимально возможного усвоения материала и с учётом индивидуальных особенностей студентов, можно предложить им следующие приёмы обработки информации учебника:

- конспектирование;
- составление плана учебного текста;
- аннотирование;
- выделение проблемы и нахождение путей её решения;
- самостоятельная постановка проблемы и нахождение в тексте путей её решения;
- определение алгоритма практических действий (план, схема).

Подготовка доклада.

Доклад - это сообщение по заданной теме, с целью внести знания из дополнительной литературы, систематизировать материал, проиллюстрировать примерами, развить навыки самостоятельной работы с научной литературой, познавательный интерес к научному познанию.

Тема доклада должна быть согласована с преподавателем и соответствовать теме занятия. Необходимо соблюдать регламент, оговоренный при получении задания. Иллюстрации должны быть достаточными, но не чрезмерными.

Работа студента над докладом включает отработку навыков ораторства и умения организовать и проводить диспут. Студент в ходе работы по презентации доклада отрабатывает умение ориентироваться в материале и отвечать на дополнительные вопросы слушателей, отрабатывает умение самостоятельно обобщить материал и сделать выводы в заключении.

Студент обязан подготовить и выступить с докладом в строго отведенное время преподавателем, и в срок.

Подготовка мультимедиа-презентации.

Презентация – это устный доклад студента на определенную тематику, сопровождаемый мультимедийной компьютерной презентацией. Компьютерная презентация - мультимедийный инструмент, используемый в ходе докладов или сообщений для повышения выразительности выступления, более убедительной и наглядной иллюстрации описываемых фактов и явлений. Компьютерная презентация создается в программе Microsoft Power Point. Особое внимание при подготовке презентации необходимо уделить тому, что центром внимания во время презентации должен стать сам докладчик и его речь, а не надписи мелким шрифтом на слайдах. Если весь процесс работы над презентацией выстроить хронологически, то начинается он с четко разработанного плана, далее переходит на стадию отбора содержания и создания презентации, затем наступает заключительный, но самый важный этап – непосредственное публичное выступление.

Студенту, опираясь на план выступления необходимо определить около 10 главных идей, выводов по выбранной теме, которые следует донести до слушателей, и на их основании составить компьютерную презентацию.

Дополнительная информация, если таковая имеет место быть, должна быть размещена в раздаточном материале или просто озвучена, но не включена в компьютерную презентацию.

После подборки информации студенту следует систематизировать материал.

Элементами, дополняющими содержание презентации, являются:

1. Иллюстративный ряд. Иллюстрации типа «картинка», фотоиллюстрации, схемы, картины, графики, таблицы, диаграммы, видеоролики.
2. Звуковой ряд. Музыкальное или речевое сопровождение, звуковые эффекты.
3. Анимационный ряд.
4. Цветовая гамма. Общий тон и цветные заставки, иллюстрации, линии должны сочетаться между собой и не противоречить смыслу и настроению презентации.
5. Шрифтовой ряд. Выбирать шрифты желательно, не увлекаясь их затейливостью и разнообразием. Выбранные шрифты должны легко восприниматься на первый взгляд.
6. Специальные эффекты. Важно, чтобы в презентации они не отвлекали внимание на себя, а лишь усиливали главное.

Правила организации материала в презентации:

1. Главную информацию — в начало.
2. Тезис слайда — в заголовок.
3. Анимация — не развлечение, а метод передачи информации, с помощью которого можно привлечь и удержать внимание слушателей.

Компьютерная презентация должна состоять не более чем из 10-15 слайдов.

Время на выступление составляет 15 минут.

Разработчик/группа разработчиков:  
Маргарита Юрьевна Плотникова

**Типовая программа утверждена**

Согласована с выпускающей кафедрой  
Заведующий кафедрой

\_\_\_\_\_ «\_\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_\_ г.