**Частное учреждение образования «БИП-Институт правоведения»**

**УТВЕРЖДАЮ**

Первый проректор БИП

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_С.В.Агиевец

«\_\_\_\_\_\_» 2019 г.

Регистрационный № УД \_\_\_\_\_\_/уч.

**Основы психологического тренинга**

Учебная программа учреждения высшего образования

по учебной дисциплине для специальности:

1- 23 01 04 Психология

2019 г.

#### Учебная программа составлена на основе образовательного стандарта высшего образования по специальности 1-23 01 04 «Психология», утвержденного постановлением Министерства образования Республики Беларусь от 30 августа 2013 г. N 88.

**составитель:**

Ю.С. Фищук – доцент кафедры психологии и педагогики Частного учреждения образования «БИП – Институт правоведения», кандидат философских наук.

**РЕЦЕНЗЕНТЫ:**

А.В.Музыченко, заведующий кафедрой психологии образования Института психологии БГПУ, к.психол.н., доцент.

М.А Курилович, директор фонда поддержки юридического образования и науки имени профессора С.Ф. Сокола, кандидат психологических наук.

**РЕКОМЕНДОВАНА К УТВЕРЖДЕНИЮ:**

Кафедрой психологии и педагогики

(протокол №12 от 31.05.2019)

Советом экономико-правового факультета Частного учреждения образования «БИП – Институт правоведения»

(протокол № от 31.05.2019)

**ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

Учебная программа по дисциплине «Основы психологического тренинга» составлена для студентов высших учебных заведений по специальности

1-23 01 04 «Психология» в соответствии с образовательным стандартом высшего образования и учебными планами по специальности 1-23 01 04 «Психология».

Учебная дисциплина «Основы психологического тренинга» предполагает освоение студентами базовых навыков проведения психологического тренинга. Содержание курса знакомит с основными этапами построения психологического тренинга, методическим обеспечением психологического тренинга, психологическими особенностями тренинговых групп, компетенциями тренера, со спецификой управления развитием отношений в группе.

Изучение дисциплины «Основы психологического тренинга» позволяет освоить и систематизировать весь спектр базовых технологий и навыков, необходимых для самостоятельной разработки и проведения тренинга.

Учебная дисциплина «Основы психологического тренинга» тесно связана с такими отраслями психологической науки как «Общая психология», «Социальная психология», «Психология личности».

**Целью изучения курса** «Основы психологического тренинга»является формирование представлений о сущности психологи­ческого тренинга и возможностях его использования в работе психолога.

**Задачи:**

1.Ознакомление с методическим обеспечением психологического тренинга и основами его проведения;

2. Формирование представления об особенностях современных направлениях тренинговой работы.

3. Формирование представления о месте психологического тренинга в деятельности психолога.

В результате изучения учебной дисциплины студент должен:

***знать:***

- основные теоретические положения психологического тренинга;

- социально-психологические и психологические феномены, лежащие в основе работы тренинговой группы и лежащие в основе ее эффективности;

- методологические и теоретические представления психологического тренинга;

- классические понятия и современные направления тренинговой работы;

- особенности методического обеспечения психологического тренинга;

- место психологического тренинга в развивающей и коррекционной деятельности психолога.

***уметь:***

- характеризовать основные категории психологического тренинга;

- использовать основные принципы и закономерности психологического тренинга при работе с группой;

- распознавать роли каждого из участников группы;

- анализировать проблемы, возникающие на разных стадиях развития группы;

- определять средства психологического влияния в процессе групповой работы.

***владеть:***

- навыками стимулирования групповой сплоченности с помощью различных технических приемов;

- психологическим анализом сущности и решения проблем, возникающих на различных фазах развития группы;

- оценкой результативности психологического тренинга.

**Методы и средства получения образования:**

-устное изложение знаний преподавателем: лекция, объяснение;

- использование наглядного материала (презентации) при устном изложении изучаемого материала;

- закрепления изучаемого материала: беседа, работа со студентом;

- самостоятельная работа студентов по осмыслению и усвоению нового материала: работа с учебниками, тематической литературой документальными источниками;

- проверка и оценка знаний студентов: доклады, контрольные опросы, зачет.

**Требования к академическим компетенциям специалиста:**

Специалист должен:

- уметь применять базовые научно-теоретические знания для решения теоретических и практических задач;

- владеть системным и сравнительным анализом;

- владеть исследовательскими навыками;

- уметь работать самостоятельно;

- быть способным порождать новые идеи (креативность);

- владеть междисциплинарным подходом при решении проблем;

-иметь навыки, связанные с использованием технических устройств, управлением информацией и работой с компьютером;

-иметь лингвистические навыки (устная и письменная коммуникация);

- уметь учиться, повышать свою квалификацию в течение всей жизни.

**Требования к социально-личностным компетенциям специалиста:**

Специалист должен:

- обладать качествами гражданственности;

- быть способным к социальному взаимодействию;

- обладать способностью к межличностным коммуникациям;

- владеть навыками здорового образа жизни;

- быть способным к критике и самокритике (критическое мышление);

- уметь работать в команде;

- опираться в своей работе на профессиональные этические нормы и стандарты поведения.

**Требования к профессиональным компетенциям специалиста:** Специалист должен быть способен:

- планировать, организовывать и обеспечивать психологическое сопровождение внедрения результатов научных исследований;

- использовать основные социально-гуманитарные знания в профессиональной деятельности;

-планировать, организовывать и вести педагогическую (учебную, методическую, воспитательную) деятельность;

-осуществлять мониторинг образовательного процесса, диагностику учебных и воспитательных результатов;

-преподавать психологические дисциплины на современном научно-теоретическом и методическом уровнях;

- осуществлять моделирование и прогнозирование психологических процессов в разных сферах общественной жизни;

-обеспечивать самостоятельную работу обучающих;

-осваивать и внедрять в учебный процесс инновационные образовательные технологии;

-принимать самостоятельно оптимальные профессиональные и управленческие решения с учетом их экономических, социокультурных и этических индивидуально-психологических последствий;

-осваивать и внедрять современные психологические инновации в практическую деятельность;

-осваивать и реализовывать управленческие инновации в профессиональной деятельности.

Учебными планами специальности 1-23 01 04 «Психология» дневной формы получения образования на основе среднего образования и среднего специального образования на изучение дисциплины «Основы психологического тренинга» отводится всего: 72 часа, аудиторных 38 часов. Примерное распределение учебных часов по видам занятий: лекций – 6 часов, практических занятий – 8 часа, лабораторных занятий – 12 часа, УСР –12 часов. Форма текущей аттестации – зачет.

Учебными планами специальности 1-23 01 04 «Психология» заочной формы получения образования на изучение дисциплины «Основы психологического тренинга» отводится всего: 72 часа, аудиторных 8 часов. Примерное распределение учебных часов по видам занятий: лекций – 4 часа, практических занятий – 2 часа, лабораторных занятий – 2 часа. Форма текущей аттестации – зачет.

**ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН**

дисциплины «Основы психологического тренинга»

для студентов дневной формы получения образования

по специальности 1-23 01 04 «Психология»

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| №  темы | Наименование темы | Количество аудиторных часов | | | | |
| Всего ауд.  часов | Лекции | Практические  занятия | Лабораторные занятия | УСР |
| 1. | Общее представление о психологическом тренинге | 4 | 2 |  |  | 2 |
| 2. | Историко-методологические основания тренинговой работы | 4 |  | 2 |  | 2 |
| 3. | Группы тренинга | 8 |  | 2 | 4 | 2 |
| 4. | Методическая характеристика психологического тренинга | 12 | 2 | 2 | 4 | 4 |
| 5. | Роль ведущего в тренинговой группе | 10 | 2 | 2 | 4 | 2 |
| ИТОГО | | 38 | 6 | 8 | 12 | 12 |

**ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН**

дисциплины «Основы психологического тренинга»

для студентов заочной формы получения образования

по специальности 1-23 01 04 «Психология»

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| №  темы | Наименование темы | Количество аудиторных часов | | | |
| Всего ауд.  часов | Лекции | Практические  занятия | Лабораторные занятия |
| 1. | Общее представление о психологическом тренинге | 2 | 2 |  |  |
| 3. | Группы тренинга | 2 |  | 2 |  |
| 4. | Методическая характеристика психологического тренинга | 4 | 2 |  | 2 |
| ИТОГО | | 8 | 4 | 2 | 2 |

**СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО МАТЕРИАЛА**

**Тема 1. Общее представление о психологическом тренинге**

Термин «тренинг». Научные определения тренинга. Групповой психологический тренинг. Социально-психологический тренинг. Соотношение понятий «групповая психотерапия», «групповая психокоррекция» и «групповой тренинг». Отличия группового психологического тренинга от терапии, коррекции и обучения. Цели и задачи психологического тренинга. Основные парадигмы тренинга. Основные признаки психологического тренинга. Преимущества и ограничения групповой формы психологической работы.

**Тема 2: Историко-методологические основания тренинговой работы**

История возникновения и развития психологического тренинга.

Методы групповой работы в рамках основных психологических и психотерапевтических подходов. Поведенческий подход Гештальт-подход. Аналитический подход. Трансактный анализ в группе. Психодраматический подход. Телесно-ориентированный подход. Экзистенциально-гуманистический подход. «Когнитивный тренинг».

Место психологического тренинга в системе методов психологии.

**Тема 3: Группы тренинга**

Краткая характеристика основных видов тренинговых групп. Классификация психологических тренингов по принадлежности к ведущим теоретическим школам современной психологии: бихевиористской, психоаналитической, гуманистической ориентации и др. Классификация по ведущей цели. Классификация по числу ведущих, временному режиму, по типу руководства, по составу объекта воздействия.

Особенности комплектования тренинговых групп. Размер группы. Состав группы. Особенности работы с гомогенными и гетерогенными группами. Пространственное размещение участников.

**Тема 4: Методическая характеристика психологического тренинга**

Основные тренинговые методы. Основные техники тренера. Групповые нормы. Принципы тренинга.

Понятие групповой динамики. Стадии развития группы. Структура группы как один из элементов групповой динамики. Групповые роли участников.

Методика проведения тренинга. Содержание тренинга: начало тренинга, основная часть, заключительная часть. Этапы тренинга: обеспечение работоспособности группы; формирование мотивации у участников; информационный; обучающий; личностный; завершающий. Фазы тренинга: знакомства, разогрева, лабилизации, создания (введения) ориентировочных основ деятельности, овладения.

Критерии эффективности тренинга.

**Тема 5: Роль ведущего в тренинговой группе**

Тренер как ведущая фигура психологического тренинга. Основной ролевой репертуар тренера. Стили руководства группой. Основные аспекты отношений ведущего с группой. Субъект – субъектный характер общения ведущего с участниками. Требования к ведущему. Профессиональные качества ведущего. Личностные качества ведущего. Роли и функции ведущего. Профессиональная подготовка тренера.

**УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКАЯ КАРТА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

**ДЛЯ СТУДЕНТОВ ДНЕВНОЙ ФОРМЫ ПОЛУЧЕНИЯ ОБРАЗОВАНИЯ**

**ПО СПЕЦИАЛЬНОСТИ 1 -23 01 04 «Психология»**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Номер раздела, темы | Название раздела, темы | Количество аудиторных часов | | | | Наглядные, методические пособия и литература | Форма контроля знаний студентов |
| Лекции | Практические занятия | Лабораторные занятия | УСР |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |
| 1. | Общее представление о психологическом тренинге | 2 |  |  | 2 | [ 1]; [13]; [16]. |  |
| 2. | Историко-методологические основания тренинговой работы |  | 2 |  | 2 | [2]; [7]; [8]; [10]; [18]; [20]; [28]. | Мультимедийные презентации |
| 3. | Группы тренинга |  | 2 | 4 | 2 | [3]; [6]; [16];[22]. | Деловая игра.  Тренинговое занятие. |
| 4. | Методическая характеристика психологического тренинга | 2 | 2 | 4 | 4 | [4]; [11]; [14]; [19]; [29]. | Доклады.  Тренинговое занятие |
| 5. | Роль ведущего в тренинговой группе | 2 | 2 | 4 | 2 | [16]; [25]; [27]. | Практические упражнения.  Тренинговое занятие |

**УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКАЯ КАРТА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

**ДЛЯ СТУДЕНТОВ ЗАОЧНОЙ ФОРМЫ ПОЛУЧЕНИЯ ОБРАЗОВАНИЯ**

**ПО СПЕЦИАЛЬНОСТИ 1 -23 01 04 «Психология»**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Номер раздела, темы | Название раздела, темы | Количество аудиторных часов | | | Наглядные, методические пособия и литература | Форма контроля знаний студентов |
| Лекции | Практические занятия | Лабораторные занятия |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 1. | Общее представление о психологическом тренинге | 2 |  |  | [ 1]; [13]; [16]. |  |
| 3. | Группы тренинга |  | 2 |  | [3]; [6]; [16];[22]. | Деловая игра |
| 4. | Методическая характеристика психологического тренинга | 2 |  | 2 | [4]; [11]; [14]; [19]; [29]. | Тренинговое занятие |

**ИНФОРМАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ**

**ОСНОВНАЯ ЛИТЕРАТУРА**

1. Вагин И., Рипинская П. Тренинги – это классно! Стратегия проведения психологических тренингов. – М.: АСТ, 2005. – 256с.
2. Вачков И. Основы технологии группового тренинга. М., 2001
3. Зинкевич-Евстигнеева Т.Д. Технология создания команды. – СПб.: Речь, 2004. – 224с.
4. Копытин А.И. Тренинг коммуникации. Арт-терапия. – М.: Изд-во Института Психотерапии, 2006. - 96с.
5. Парыгин Б.Д. Практикум по социально-психологическому тренингу. – М.: Изд-во Михайлова, 2000. – 352с.
6. Рудестам К. Групповая психотерапия. Психокоррекционные группы: теория и практика. – М.: Прогресс, 2007. – 368 с.
7. Сидоренко Е.В. Технология создания тренинга. От замысла к результату. – Спб. Изд. Речь, 2008 – 336 с.
8. Шевцова И.В. Тренинг личностного роста. – СПб.: Речь, 2003. – 144с.
9. Шепелева Л. Программы социально-психологических тренингов. – СПб.: Питер, 2006. – 160с.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ЛИТЕРАТУРА**

1. Абрамова Г. С. Введение в практическую психологию. М.: Международная педагогическая академия, 1994. – 237 с.
2. Авидон И., Гончукова О. Сто разминок, которые украсят ваш тренинг. Речь, 2010. – 256 с.
3. Александров А. А. Современная психотерапия. Курс лекций. – СПб.: "Академический проект", 1997. – 335 с.
4. Ассаджоли Р. Психосинтез: теория и практика. – M.: "REFL-book", 2005. – 314c.
5. Атватер И. Я Вас слушаю. Психология внимания. Хрестоматия. /ред. Ю. Б. Гиппенрейтер, В.Я. Романов. - М.: ЧеРо, 2001.
6. Бакирова Г.Х. Тренинг управления персоналом. – СПб.: Речь, 2004. – 400с.
7. Бакли Р., Кэйпл Дж. Теория и практика тренинга. – СПб.: Питер, 2002. – 352с.
8. Баранова Г.В., Кобзева В.В. Посттренинговое сопровождение персонала. Тренинг закончен… Что дальше? – СПб.: Речь, 2003. – 128с.
9. Берн Э. Лидер и группа. О структуре и динамике организации групп.–Екатеринбург, 2000. - 320с.
10. Берн Э. Трансактный анализ в группе. – М.: Лабиринт, 1994. – 176 с.
11. Берч П. Тренинг. – СПб.: Нева / Олма-пресс Инвест, 2003. – 160с.
12. Биркенбиль В.Ф. Искусство задавать вопросы: тренинг для успешного ведения переговоров. – М.: Интерэксперт, 2005. – 186с.
13. Биркенбиль В.Ф. Коммуникационный тренинг. Наука общения для всех. – М.: Фаир-Пресс, 2002. – 352с.
14. Бишоп С. Тренинг ассертивности. – СПб.: Питер, 2001. – 208с.
15. Бишоп С., Тэйлор Д. Тренинг изменений в организации. – СПб.: Питер, 2002. – 384с.
16. Блинов А.О., Невежин В.П., Василевская О.В. Тренинг персонала. – М.: КноРус, 2005. – 576с.
17. Богданович В.Н. Истории и метафоры в помощь ведущему тренинга. – СПб.: Речь, 2006. – 224с.
18. Большаков В.Ю. Психотренинг. Социодинамика. Игры. Упражнения. СПб. 1996
19. Браткин А., Скоробогатова И. Чемоданчик тренера: 10 продаваемых тренингов. – М.: Генезис, 2004. – 206с.
20. Бука Т.Л., Митрофанова М.Л. Психологический тренинг в группе: Игры и упражнения. – М.: Изд-во Института Психотерапии, 2005. – 142с.
21. Вачков И.В. Метафорический тренинг. – М.: Ось-89, 2006. – 144с.
22. Власов П.К. Тренинг партнерского общения: Методическое пособие. Игры и упражнения. – Харьков: ИПП Гуманитарный центр, 2005. – 22с.
23. Высокиньска-Гонсер Т. Поведение группового психотерапевта // Групповая психотерапия / Под ред. Б. Д. Карвасарского, С. Ледера. – М.: Медицина, 1990. – с. 160-171.
24. Геллерт М., Новак К. Все о командообразовании. Руководство для тренеров. – М.: Вершина, 2006. – 350с.
25. Дерманова И. Психологический практикум. Межличностные отношения. – СПб.: Речь, 2003. – 40с.
26. Джейкобс Д., Дэвид П., Мейер Д. Супервизорство. Техника и методы корректирующих консультаций. – СПб.: Б. С. К., 1997. – 235 с.
27. Джеймс М., Джонгвард Д. Рожденные выигрывать. Трансакционный анализ с гештальтупражнениями. – М.: Издательская группа "Прогресс", "Прогресс-Универс", 1995. 336 с.
28. Джонсон Д. У. Тренинг общения и развития. М. 2000
29. Евтихов О. Практика психологического тренинга. – СПб.: Речь, 2004. – 256с.
30. Емельянов Ю. Н. Активное социально-психологическое обучение. Л.: Изд. ЛГУ, 1985. – 166 с.
31. Емельянов Ю.Н., Кузьмин Е.С. Теоретические и методологические основы социально-психологического тренинга. Учебное пособие. – Л., 1983. – 103с.
32. Еремеева Н.А. 100 игр и упражнений для бизнес-тренингов
33. Жуков Ю.М. Коммуникативный тренинг. – М.: Гардарики, 2004. – 223с.
34. Завьялова Ж. и др. Энергия бизнес-тренинга. Путеводитель по разминкам - СПб. Речь, 2005. - 159 с.
35. Завьялова Ж.В. Путь тренера. – СПб.: Речь, 2003. – 240с.
36. Завьялова Ж.В. Работа с возражениями и сопротивлениями. – СПб.: Речь, 2004. – 96с.
37. Зайцева Т.В. Теория психологического тренинга. Психологический тренинг как инструментальное действие. – СПб.: Речь / М.: Смысл, 2002. – 80с.
38. Захаров В.П., Хрящева Н.Ю. Социально-психологический тренинг. – Л., 1990; Калининград, 1996.
39. Каменюкин А., Ковпак Д. Антистресс-тренинг. – СПб.: Питер, 2004. – 192с.
40. Карвасарский Б. Д. Психотерапия. М., 1985. – 297 с.
41. Келлерман П. Ф. Психодрама крупным планом. – М.: Независимая фирма "Класс". 1998. – 240 с.
42. Келли Г., Армстронг Р. Тренинг принятия решений: Практическое руководство /пер. с англ. – СПб.: Питер, 2001. – 224с.
43. Киннер Д. Клинические ролевые игры и психодрама. – М.: Независимая фирма "Класс", 1993. – 224 с.
44. Кипнис М. Тренинг коммуникации. – М.: Ось-89, 2004. – 128с.
45. Кипнис М. Тренинг лидерства. – М.: Ось-89, 2004. – 144с.
46. Кипнис М. Тренируем умение вести за собой
47. Кипнис Михаил. Апельсиновый тренинг.
48. Кларин М.В. Корпоративный тренинг от «А» до «Я». – М.: Дело, 2002.
49. Климчук В.А. Тренинг внутренней мотивации. – СПб.: Речь, 2005. – 76с.
50. Клюева Н.В., Свистунов М.А. Программы социально-психологического тренинга. – Ярославль, 1992.
51. Козлов В.В., Козлова А.А. Управление конфликтом. – М.: Экзамен, 2006. – 224с.
52. Козлов Н. И. Лучшие психологические игры и упражнения. – Екатеринбург: Изд. АРД ЛТД, 1997. – 144 с.
53. Кондрашенко В.Т., Донской Д.И. Общая психотерапия: учебное пособие. 2-е изд. Доп. и перераб. -Мн.: Вышэйшая школа, 1997.
54. Коротаева Е. В. Игровые модули общения: учебные материалы к тренингу. – Екатеринбург, 1995. – 31 с.
55. Коротаева Е.. В. Хочу, могу, умею! Обучение, погруженное в общение. М.: КСП, Ин-т психологии РАН, 1997. – 224 с.
56. Кристофер Э., Смит Л. Тренинг лидерства. – СПб.: Питер, 2001. – 320с.
57. Кроль Л.М., Михайлова Е.Л. Тренинг тренингов: как закалялась сталь. – М.: НФ Класс, 2004. – 192с.
58. Леванова Е.А. Игра в тренинге. Возможности игрового взаимодействия. – СПб.: Питер, 2006. – 208с.
59. Ли Д. Практика группового тренинга. – СПб.: Питер, 2002. – 224с.
60. Льюис К. Тренинг эффективного общения. – М.: Эксмо, 2002. – 224с.
61. Мальханова И.А. Коммуникативный тренинг. Учебное пособие. – М.: Академический проект, 2006. – 159с.
62. Марасанов Г.И. Социально-психологический тренинг. - М.: Когито-центр, 2001. – 251с.
63. Ментс М. ван. Эффективный тренинг с помощью ролевых игр. – СПб.: Питер, 2002. – 208с.
64. О`Лири Э. Лидерство: что нужно знать руководителю. 10-минутный тренинг для менеджера. – М.: Олимп, 2004. – 192с.
65. Оганесян Н.Т. Методы активного социально-психологического обучения: тренинги, дискуссии, игры. Теория и практика проведения. – М.: Ось-89, 2002. -176с.
66. Орридж М. 75 способов разнообразить ваш тренинг. Второй сборник подвижный игр и упражнений. – М.: ГИППО, 2003. – 170с.
67. Орридж М. Как провести тренинг. – М.: ГИППО, 2002. – 144с.
68. Панасюк А.Ю. Как убеждать в своей правоте: Современные психотехнологии убеждающего воздействия. – М.: Дело, 2004. – 310с.
69. Паркер Г., Кропп Р. Формирование команды: Сборник упражнений для тренеров. – СПб.: Питер, 2003. – 160с.
70. Паркин М. Сказки для тренеров: Как использовать сказки, истории и метафоры в обучении сотрудников. – М.: Добрая книга, 2005. – 285с.
71. Пахальян В. Э. Групповой психологический тренинг: Учебное пособие. — СПб.: Питер, 2006. —224 с.
72. Петрушин С.В. Психологический тренинг в многочисленной группе. Методика развития компетентности в общении в группах от 40 до 100 человек. – М.: Академический проект, 2002. – 256с.
73. Психогимнастика в тренинге: Тренинг партнерского общения; Развитие креативности…/под ред. Хрящевой Н.Ю. – СПб.: Речь, 2001. – 256с.
74. Психологический тренинг в группе. Игры и упражнения. Учебное пособие / сост. Митрофанова М., Бука Т. – М.: Изд-во Института психотерапии, 2005. – 144с.
75. Пузиков В.Г. Технология ведения тренинга. – СПб.: Речь, 2005. – 224с.
76. Равикович Н.Е. Тренинг командообразования. Цели, диагностические методики, игры.- М.: Генезис, 2003. – 112с.
77. Рай Л. Развитие навыков эффективного тренинга. – СПб.: Питер, 2002. – 208с.
78. Рейс Ф., Смит Б. 500 лучших советов тренеру. – СПб.: Питер, 2002. – 128с.
79. Сартан Г.Н. Тренинг командообразования. – СПб.: Речь, 2005. – 76с.
80. Сидоренко Е.В. Мотивационный тренинг. – СПб.: Речь, 2001.– 234с.; 2005. – 240с.
81. Сидоренко Е.В. Психодраматический и недирективный подходы в групповой работе. – СПб.: Речь, 2002. – 90с.
82. Сидоренко Е.В. Тренинг влияния и противостояния влиянию. – СПб.: Речь, 2002. – 256с.; 2006. – 255с.
83. Сидоренко Е.В. Тренинг коммуникативной компетентности в деловом взаимодействии. – СПб.: Речь, 2002. – 208с.; 2006. – 207с.
84. Скрипюк И.И. 111 баек для тренеров: истории, мифы, сказки, анекдоты. – СПб.: Питер, 2006. – 175с.
85. Старшенбаум В.Г. Тренинг навыков практического психолога. Интерактивный учебник: игры, тесты, упражнения. – М.: Изд-во Института Психотерапии, 2006. – 416с.
86. Статт Д. Психология и менеджмент. Психологический тренинг навыков управления. – М.: Эксмо, 2003. – 368с.
87. Стаут С. Управленческий тренинг. – СПб.: Питер, 2002. – 256с.
88. Стимсон Н. Подготовка и представление тренинговых материалов. – СПб.: Питер, 2002. – 160с.
89. Стишенок И.В. Тренинг уверенности в себе. Развитие и реализация новых возможностей. – СПб.: Речь, 2006. – 240с.
90. Страдвик Л. Центры оценки и развития. Тренинг наблюдателей. Сборник упражнений для обучения наблюдателей, ролевых игроков и экспертов. – М.: ГИППО, 2003. – 270с.
91. Стюарт Дж. Оперативный тренинг. – СПб.: Питер, 2001. – 128с.
92. Стюарт Дж. Тренинг организационных изменений. – СПб.: Питер, 2001. – 256c.
93. Суховершина Ю.В., Тихомирова Е.П., Скоромная Ю.Е. Тренинг коммуникативной компетентности. – М.: Академический проект, 2006. – 111с.
94. Торн К. Полное руководство по тренингу. – М.: Инфра-М, 2002. – 244с.
95. Торн К., Маккей Д. Тренинг. Настольная книга тренера. – СПб.: Питер, 2001. – 208с.
96. Турнер Д. Ролевые игры. Практическое руководство. – СПб.: Питер, 2002. – 352с.
97. Уизерс Б. Управление конфликтом. Эффективный тренинг. – СПб.: Питер, 2004. – 174с.
98. Фопель К. Барьеры, блокады и кризисы в групповой работе. Сборник упражнений
99. Фопель К. Психологические группы: рабочие материалы для ведущего. – М.: Генезис, 2004. – 253с.
100. Фопель К. Создание команды. Психологические игры и упражнения. – М.: Генезис, 2002. – 400с.
101. Фопель К. Сплоченность и толерантность в группе. Психологические группы и упражнения. – М.: Генезис, 2002. – 336с.
102. Фопель К. Технология ведения тренинга. – М.: Генезис, 2003. – 272с.
103. Фопель К. Уверенное управление. Тренинг. Коучинг. Саморазвитие.
104. Фопель К. Энергия паузы. Психологические игры и упражнения. – М.: Генезис, 2001. – 240с.
105. Фопель К. Эффективный воркшоп. Динамическое обучение.
106. Фопель Клаус, Психологические принципы обучения взрослых.
107. Харин С.С. Искусство психотренинга. Заверши свой гештальт, Мн : Изд. В.П.Ильин, 1998.-352 с.
108. Хинш Р. Социальная компетенция. Практическое руководство по тренингу. – Харьков: ИПП Гуманитарный центр, 2005. – 192с.
109. Хрящева Н.Ю. Психогимнастика в тренинге. 220 упражнений для развития способностей. – СПб.: Речь, 2006. – 256с.
110. Цзен Н., Пахомов Ю. Психотренинг: игры и упражнения. – М.: НФ Класс, 1999. – 272с.
111. Чуриков А., Снегирев В. Головоломки и занимательные задачи в тренинге. Копилка для тренера – 2. – СПб.: Речь, 2006. – 208с.
112. Чуриков А., Снегирев В. Копилка для тренера. Сборник разминок, необходимых в любом тренинге. – СПб.: Речь, 2006. – 207с.
113. Чуркина М.А., Жадько Н.В. Тренинг для тренеров на 100%: Секреты интенсивного обучения. – М.: Альпина, 2006. – 245с.
114. Ялом И. Теория и практика групповой психотерапии. СПб.: Питер., 2000.–640с.

**ПЕРЕЧЕНЬ КОМПЬЮТЕРНЫХ ПРОГРАММ, НАГЛЯДНЫХ ПОСОБИЙ, МЕТОДИЧЕСКИХ УКАЗАНИЙ, МАТЕРИАЛОВ И ТСО:**

1. Презентация по теме №1 «Общее представление о психологическом тренинге»
2. Презентация по теме №4 «Методическая характеристика психологического тренинга»
3. Презентация по теме № 5 «Роль ведущего в тренинговой группе»

**ПЕРЕЧЕНЬ ИСПОЛЬЗУЕМЫХ СРЕДСТВ ДИАГНОСТИКИ**

**РЕЗУЛЬТАТОВ УЧЕБНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

Для диагностики компетенций используются следующие формы:

1. Устная форма:

-мультимедийные презентации

-деловая игра

-тренинговое занятие

-практические упражнения

- доклады на практических занятиях;

- устный зачет.

**ПРИМЕРНЫЙ ПЕРЕЧЕНЬ ТЕМ ПРАКТИЧЕСКИХ ЗАНЯТИЙ**

**Тема 2: Историко-методологические основания тренинговой работы**

*Подготовить мультимедийные презентации по психологическим направлениям:*

* 1. Гештальт-подход.
  2. Аналитический подход.
  3. Трансакционный анализ в группе.
  4. Психодраматический подход.
  5. Телесно-ориентированный подход.

**Тема 3. Группы тренинга**

*Знакомство с принципами и правилами работы группы:*

1. Представление.

2. Правило группы.

3.Деловая игра «Герб и девиз»

**Тема 4. Методическая характеристика психологического тренинга**

*Доклады:*

1.Критерии эффективности тренинга

2.Ослабление действия защитных механизмов (меньшая боязнь

преодоления стереотипов, большее самораскрытие).

3.Актуализация творческого потенциала участников

4.Развитие самодостаточности группы.

5.Повышение эффективности групповой работы

**Тема 5: Роль ведущего в тренинговой группе**

*Практические упражнения на развитие умений самоанализа и преодоления психологических барьеров:*

1.Упражнение: «Мой стиль общения»

2.Упражнение: Комплименты «Мне очень нравится, когда ты...».

3.Упражнение: Психологический чемодан. «Что собрать тебе в дорогу?».

4.Упражнение: Самоанализ «Больше всего мне нравится, когда партнёр по общению...».

**ПРИМЕРНЫЙ ПЕРЕЧЕНЬ ТЕМ ЛАБОРАТОРНЫХ ЗАНЯТИЙ**

**Тема 3. Группы тренинга**

1.Коммуникативный тренинг

**Тема 4. Методическая характеристика психологического тренинга**

1.Тренинг развития навыков активного слушания

**Тема 5: Роль ведущего в тренинговой группе**

1.Тренинг самопрезентации

**ПРИМЕРНЫЙ ПЕРЕЧЕНЬ ТЕМ УСР**

**Тема 1. Общее представление о психологическом тренинге**

1.Напишите Эссе на тему: «Тренинг не является моделью жизни, а должен являться частью реальной жизни его участников».

2.Письменно в рабочей тетради ответьте на вопросы:

1. Дайте определение понятиям «психологический тренинг», «социально-психологический тренинг», «тренинговые группы».
2. На пересечении каких основных сфер психологической практики находится психологический тренинг?
3. Каковы важнейшие задачи тренинга? Подумайте, как можно конкретизировать эти задачи в отношении тех видов тренинга, с которыми вы знакомы.
4. На какие основные цели ориентирована тренинговая работа?

**Тема 2: Историко-методологические основания тренинговой работы**

Заполните таблицу:

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Психологические направления | Представители  подхода | Методологические положения групповой работы |
| Поведенческий подход |  |  |
| Гештальт-подход |  |  |
| Аналитический подход |  |  |
| Трансактный анализ в группе |  |  |
| Психодраматический подход |  |  |
| Телесно-ориентированный подход |  |  |
| Экзистенциально-гуманистический подход |  |  |

**Тема 3: Группы тренинга**

1. Составить опорную схему основных видов тренинговых групп.
2. Заполнить таблицу «Критерии эффективности и неэффективности психологического тренинга»

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Контингент участников | Размер группы | Состав группы | Примечание |
| Показания к психологическому тренингу |  |  |  |  |
| Противопоказания к психологическому тренингу |  |  |  |  |

**Тема 4: Методическая характеристика психологического тренинга**

Составить программу психологического тренинга.

**Тема 5. Профессиональные качества** [**ведущего тренинговой группы**](file:///F:\тренинг\vachk01\vachk01\vachk01\txt07.htm)

1. Сделайте анализ своих личностных качеств, которые соответствуют необходимым качествам тренера

2.Письменно в рабочей тетради перечислите основные ошибки ведущего при проведении тренинга и раскройте их сущность.

**ПРИМЕРНЫЙ ПЕРЕЧЕНЬ ВОПРОСОВ К ЗАЧЕТУ**

**ПО ДИСЦИПЛИНЕ «ОСНОВЫ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ТРЕНИНГА»**

1. Цели и задачи психологического тренинга.
2. Основные парадигмы тренинга.
3. Основные признаки психологического тренинга.
4. Цели, задачи, специфические черты, принципы психологического тренинга.
5. Гомогенность и гетерогенность тренинговых групп. Качественный и количественный состав тренинговых групп.
6. История возникновения и развития психологического тренинга.
7. Место психологического тренинга в системе методов психологии.
8. Краткая характеристика основных видов тренинговых групп.
9. Критерии классификации тренинговых групп.
10. Особенности комплектования тренинговых групп. Размер группы. Состав группы.
11. Основные тренинговые методы.
12. Групповые нормы. Принципы тренинга.
13. Понятие групповой динамики. Стадии развития группы.
14. Структура группы как один из элементов групповой динамики.
15. Групповые роли участников.
16. Содержание тренинга: начало тренинга, основная часть, заключительная часть.
17. Этапы тренинга.
18. Фазы тренинга.
19. Критерии эффективности тренинга.
20. Основной ролевой репертуар тренера.
21. Стили руководства группой.
22. Требования к ведущему.
23. Профессиональные качества ведущего.
24. Личностные качества ведущего.
25. Роли и функции ведущего.

**Протокол согласования учЕбной программы**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Название учебной дисциплины,  с которой требуется согласование | Название кафедры | Предложения об изменениях в содержании учебной программы учреждения высшего образования по учебной дисциплине | Решение, принятое кафедрой, разработавшей учебную программу (с ука- занием даты и но- мера протокола) |
| 1 | 2 | 3 | 4 |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |

**ДОПОЛНЕНИЯ И ИЗМЕНЕНИЯ К УЧЕБНОЙ ПРОГРАММЕ**

на \_\_\_\_\_\_/\_\_\_\_\_\_\_ учебный год

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № пп | Дополнения и изменения | Основание |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |

Учебная программа пересмотрена и одобрена на заседании кафедры \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ протокол №\_\_\_ от «\_\_\_\_\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_20\_г.

Заведующий кафедрой

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

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

УТВЕРЖДАЮ

Декан факультета

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

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