

Документ подписан простой электронной подписью

Информация о владельце:

ФИО: Горбунов Алексей Александрович

Должность: Заместитель начальника университета по учебной работе

Дата подписания: 27.08.2024 15:56:48

Уникальный программный ключ:

286e49ee1471d400cc1f45539d51ed7bbf0e9cc7

**Федеральное государственное бюджетное образовательное
учреждение высшего образования
«Санкт-Петербургский университет
Государственной противопожарной службы МЧС России»**

УТВЕРЖДАЮ

**Заместитель начальника университета
по учебной работе
полковник внутренней службы**

А.А. Горбунов

« 27 »

2020 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

ТЕОРИЯ И ПРАКТИКА ТРЕНИНГА

Специальность

37.05.02 Психология служебной деятельности

Специализация №4

**«Психологическое обеспечение служебной деятельности
в экстремальных условиях»**

уровень специалитета

Санкт-Петербург

Цели и задачи дисциплины

1.1 Цели освоения дисциплины

Целью освоения дисциплины формирование способностей обучающихся: к разработке и реализации программ, направленных на предупреждение нарушений и отклонений в социальном и личностном статусе, психическом развитии сотрудников, военнослужащих и иных лиц, рисков асоциального поведения, профессиональных рисков, профессиональной деформации; к организации и осуществлению общей, специальной и целевой психологической подготовки сотрудников, военнослужащих и служащих; к преподаванию дисциплин в области психологии; к организации коммуникации и взаимодействию обучающихся.

При освоении дисциплины обеспечиваются специальные условия инвалидам и лицам с ограниченными возможностями здоровья.

В процессе освоения дисциплины обучающийся формирует и демонстрирует нормативно заданные компетенции .

Перечень компетенций, формируемых в процессе изучения дисциплины

Компетенции	Содержание
ПК-6	Способность разрабатывать программы, организовывать и осуществлять общую, специальную и целевую психологическую подготовку сотрудников, военнослужащих и служащих
ПК-14	Способность разрабатывать и реализовывать программы, направленные на предупреждение нарушений и отклонений в социальном и личностном статусе, психическом развитии сотрудников, военнослужащих и иных лиц, рисков асоциального поведения, профессиональных рисков, профессиональной деформации
ПК-26	способность преподавать дисциплины (модули) в области психологии в организациях, осуществляющих образовательную деятельность; проектировать, реализовывать, контролировать и оценивать результаты учебно-воспитательного процесса, организовывать коммуникации и взаимодействие обучающихся

1.2 Задачи дисциплины

Задачами дисциплины являются:

формировать способности организовывать и осуществлять общую, специальную и целевую психологическую подготовку сотрудников, военнослужащих и служащих

формировать способность разрабатывать и реализовывать программы, направленные на предупреждение нарушений и отклонений в социальном и личностном статусе, психическом развитии сотрудников, военнослужащих и иных лиц, рисков асоциального поведения, профессиональных рисков, профессиональной деформации

формировать способность преподавать дисциплины (модули) в области психологии в организациях, осуществляющих образовательную деятельность;

формировать способность проектировать, реализовывать, контролировать и оценивать результаты образовательного процесса, организовывать коммуникации и взаимодействие обучающихся.

2. Перечень планируемых результатов освоения дисциплины, соотнесенных с планируемыми результатами освоения основной профессиональной образовательной программы (ОПОП)

Планируемые результаты обучения по дисциплине	Планируемые результаты освоения ОПОП
В результате освоения дисциплины обучающийся должен демонстрировать способность и готовность	В результате освоения ОПОП обучающийся должен владеть компетенциями
в практической деятельности:	
осуществлять профессиональную психологическую подготовку различных контингентов, в том числе экстремального профиля, к служебной деятельности в повседневных и экстремальных условиях	ПК-6, ПК-14
в педагогической деятельности:	
преподавать дисциплины (модули) в области психологии в организациях, осуществляющих образовательную деятельность; проектировать, реализовывать, контролировать и оценивать результаты образовательного процесса, организовывать коммуникацию и взаимодействие обучающихся	ПК-26

3. Место дисциплины в структуре ОПОП

Дисциплина относится к дисциплинам по выбору вариативной части ОПОП по специальности 37.05.02 Психология служебной деятельности (уровень специалитета), специализация №4 «Психологическое обеспечение служебной деятельности в экстремальных условиях».

4. Структура и содержание дисциплины

Общая трудоемкость дисциплины составляет 6 зачетных единиц: 216 часов.

4.1. Объем дисциплины и виды деятельности

Вид учебной деятельности	Всего часов	Семестр	Семестр
		6	7
Общая трудоемкость дисциплины в часах	216	72	144
Общая трудоемкость дисциплины в зачетных единицах	6	2	4
Контактная работа (в виде аудиторной работы)	92	36	56
Лекции	16	8	8
Практические занятия	74	28	46
Консультация	2		2
Форма контроля – экзамен	36		36
Самостоятельная работа (всего)	88	36	52

4.2. Темы дисциплины и виды занятий

№ п	Наименование тем	Всего часов	Количество часов по видам занятий		Контроль	Консультация	Самостоятельная работа	Примечание
			Лекции	Практические занятия				
1	2	3	4	5	6	7	8	9
1	Применение групповых форм работы в психологической практике	16	2	4			10	
2	Психологический тренинг как форма интерактивного обучения	18	2	8			8	
3	Групповой процесс в психологическом тренинге	20	2	8			10	
4	Функции ведущего в тренинге	18	2	8			8	
	Итого в 6 семестре	72	8	28			36	
5	Модель обучения через опыт	20	2	8			10	
6	Структура программы тренинга	16	2	4			10	
7	Технологии работы в психологическом тренинге	70	4	34			32	
	Консультация	2				2		
	Экзамен	36			36			
	Итого в 7 семестре	144	8	46	36	2	52	
	Итого по дисциплине	216	16	74	36	2	88	

4.3. Содержание дисциплины

Тема 1. Применение групповых форм работы в психологической практике

Лекция. Донаучный подход и теория «животного магнетизма» Ф.А. Месмера. Обнаружение специфических эффектов групповой формы работы: Дж. Пратт и группы поддержки больных туберкулезом, «репрессивно-вдохновляющая терапия». Групповой психоанализ (А. Адлер, Л. Уэндер, П. Шильдер, Т. Барроу, С. Славсон, А. Вольф). Психодрама Я. Морено (1932 г.). Группы личностного роста К. Роджерса. Т-группы (динамические группы). Динамические эффекты группового взаимодействия: эффект «социального облегчения», феномен «сдвига к риску». Соотношение понятий «групповая психотерапия», «групповая психокоррекция» и «групповой тренинг». Принцип обратной связи. Окно Джогарри. Исторические аспекты групповых методов работы в психологии (К. Рудестам).

Практическое занятие. Шеринг как процедура фасилитации в групповой психологической работе. Обзор современного состояния групповых форм психологической практики.

Самостоятельная работа. Изучить: историю возникновения драматизации и фасилитации как специфических форм групповой работы в тренинге (на примере психодрамы Дж. Морено и групп встреч К. Роджерса); ассортимент современного рынка образовательных услуг в сегменте предложений психологических тренингов.

Рекомендуемая литература:

основная [1-2];

дополнительная [2].

Тема 2. Психологический тренинг как форма интерактивного обучения

Лекция. Обзор интерактивных форм обучения. Многозначность определений тренинга. Историческое развитие и виды тренингов: Т-группы (К. Левин), тренинг социальных и жизненных умений (К. Роджерс), тренинг самопознания (М.Форверг). Теоретические основы тренинга как процесса активного социально-психологического обучения (Ю.Н. Емельянов, Л.А. Петровская, Г.А. Ковалев, Б.Д. Парыгин, С.И. Макшанов, Н.Ю. Хрящева). Цели и задачи социально-психологического тренинга. Специфические принципы работы тренинговой группы: активности, творческой исследовательской позиции, осознанности и объективации поведения, партнерского субъект-субъектного общения. Условия обеспечения работоспособности в тренинговой группе. Значение и составляющие психологической атмосферы в группе. Перцептивный компонент: межличностное восприятие (чувствительность, сензитивность), готовность к самораскрытию (открытость, искренность). Коммуникативный компонент: способность к приему, переработке и точной передаче информации. Интерактивный компонент: групповые роли и взаимовлияние участников, критика и конструктивная обратная связь, групповая поддержка (теплота, эмпатия), уважение личных границ (корректность, тактичность), работа с мотивацией участников, приемы «лабилизации» группы. Формирование группового контракта в тренинге.

Основные виды тренинговых групп. Цели и задачи тренинговых групп. Психогимнастика в тренинге (Н.Ю.Хрящева). Специфика психологических тренингов в рабочем коллективе. Особенности обучения взрослых.

Практическое занятие. Моделирование начального этапа работы в тренинге. Этап принятия правил группы. Этап проработки психологического контракта с группой. Отработка коммуникативных навыков в форме ролевой игры. Аналитический разбор этапов ролевой игры.

Самостоятельная работа. Изучить и подготовить обзор книг Хрящевой Н.Ю. и Вачкова И.В. с презентацией. Подготовить доклад «Особенности обучения взрослых».

Рекомендуемая литература:

основная [1];

дополнительная [2].

Тема 3. Групповой процесс в психологическом тренинге

Лекция. Групповая динамика в тренинге. Цели тренинговой группы. Групповые нормы и правила в тренинге. Структура группы и ролевые позиции участников тренинга. Групповая энергия и сплоченность. Этапы развития группы. Гомогенность и гетерогенность тренинговых групп. Качественный состав тренинговых групп. Количественный состав тренинговых групп. Преимущества и сложности групповой формы психологической работы.

Проблемы информационно-психологической безопасности при групповой работе.

Основные понятия теории поля в гештальт-психологии. Этапы развития группы по К. Левину. Этапы развития группы по К. Роджерсу. Групповые позиции по Р. Шиндлеру: альфа, бета, гамма и омега.

Практическое занятие. Моделирование процедуры «Групповая дискуссия». Отработка навыков управления дискуссией. Анализ групповых ролей, проявившихся в ходе дискуссионного процесса.

Самостоятельная работа. Изучить и подготовить презентацию доклада на тему «Теория поля в гештальт-психологии»; «Недирективные подходы в групповой работе» (Е. В. Сидоренко, 2001).

Рекомендуемая литература:

основная [1-2];

дополнительная [2].

Тема 4. Функции ведущего в тренинге

Лекция. Основные компетенции ведущего тренинг (знания, умения и навыки). Основные роли ведущего группы: модель поведения, учитель (эксперт), фасилитатор, медиатор. Индивидуальный стиль ведения группы. Специфика работы в паре с ко-тренером. Подготовка ведущих тренинговых групп.

Работа с групповым сопротивлением. Работа с сильными эмоциями участников: агрессия, протест, тревога и т.п. Стратегии снижения эмоционального напряжения в групповой атмосфере.

Функции ведущего группы: эмоциональная стимуляция участников, проявление уважения к личности участников, предложение интерпретаций, структурирование группового процесса.

Практическое занятие. Упражнения на партнерское взаимодействие. Стили руководства группой. Упражнение «Лабиринт».

Самостоятельная работа. Изучить и подготовить презентацию по теме «Четырехмерная функциональная модель ведения групп» (Клаус Фопель).

Рекомендуемая литература:

основная [1-2];

дополнительная [2, 3].

Тема 5. Модель обучения через опыт

Лекция. Циклическая модель обучения через опыт Д. Колба. Формирование опыта. Описание опыта. Осмысление опыта. Применение опыта.

Проектирование упражнений на заданную тему.

Практическое занятие. Рассмотрение циклической модели на примере упражнения «Слепой и поводырь».

Самостоятельная работа. Изучить и подготовить презентацию подобранной книги, относящейся к теме.

Рекомендуемая литература:

основная [2];

дополнительная [1, 2].

Тема 6. Структура программы тренинга

Лекция. Содержательная структура тренинга. Вводная, основная и завершающая части.

Макродизайн тренинга как форма краткого изложения программы тренинга. Микродизайн тренинга как форма подробного описания программы тренинга.

Практическое занятие. Составление проекта групповой тренинговой программы на заданную тему.

Самостоятельная работа. Изучить и подготовить презентацию подобранной книги, относящейся к теме.

Рекомендуемая литература:

основная [2];

дополнительная [1-3].

Тема 7. Технологии работы в психологическом тренинге

Лекция. Пространственные условия проведения тренинга. Временные условия проведения тренинга. Необходимое оборудование.

Методы работы в тренинге. Ролевая игра. Групповая дискуссия. Мозговой штурм. Ситуационные задачи (кейсы). Мини-лекции и презентации. Содержательные упражнения. Деловая игра. Шеринг. Психогимнастика. Разминка. Работа в парах. «Карусель». Работа в тройках. Работа в подгруппах (малых группах): деление на команды, «аквариум».

Завершающая стадия тренинга. Подведение итогов.

Оценка эффективности тренинга в процессе и после завершения.

Практические занятия. Презентация и обсуждение содержания авторских программ тренинга. Тренировка навыков проведения тренинга с получением обратной связи (одно занятие отводится на одну программу).

Самостоятельная работа. К семинару: согласовать с преподавателем тему авторского тренинга, изучить и подготовить презентацию краткой программы (макродизайна) авторского тренинга. К практическому занятию: разработать

подробную программу авторского тренинга. Подготовиться к проведению презентации тренингового занятия из расчета 45 минут индивидуального ведения и или 90 минут ведения в паре с ко-тренером.

Рекомендуемая литература:

основная [1-2];

дополнительная [3].

5. Методические рекомендации по организации изучения дисциплины

При реализации программы дисциплины основными видами учебных занятий являются лекции и практические занятия.

Целями лекции являются:

- дать систематизированные научные знания по дисциплине, акцентируя внимание на наиболее сложных и узловых вопросах тем;
- стимулировать активную познавательную деятельность обучающихся, способствовать формированию их творческого мышления.

Практические занятия. Главным содержанием этого вида учебных занятий является работа каждого обучающегося по овладению практическими умениями и навыками профессиональной деятельности.

Консультации проводятся в учебной группе и носят групповой характер.

Самостоятельная работа обучающихся направлена на углубление и закрепление знаний, полученных на лекциях и других занятиях, выработку навыков самостоятельного активного приобретения новых, дополнительных знаний, подготовку к предстоящим учебным занятиям, промежуточной аттестации.

6. Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине

Оценочные средства дисциплины включают в себя следующие разделы:

1. Типовые контрольные вопросы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков, характеризующих формирование компетенций в процессе освоения дисциплины.
2. Методика оценивания персональных образовательных достижений обучающихся.

6.1 Типовые контрольные вопросы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков, характеризующих формирование компетенций в процессе освоения дисциплины

Примерный перечень вопросов для проведения экзамена

1. История развития групповых методов в психологической практике.
2. Виды и особенности групповых методов работы в психологической практике.
3. Преимущества групповой работы по сравнению с индивидуальной.
4. Т-группы как форма первых тренинговых занятий.
5. Сферы практического применения тренинговых технологий в современном

обществе.

6. Определение, цели и задачи социально-психологического тренинга.
7. Основные виды социально-психологических тренингов.
8. Основные формы работы в психологическом тренинге.
9. Понятие «обратной связи» в тренинговой работе. Окно Джогарри.
10. Содержательная структура тренинговой работы.
11. Этап знакомства участников тренинга и его значение для групповой атмосферы.
12. Создание рабочей обстановки в тренинговой группе. Работа с ожиданиями участников тренинга.
13. «Лабелизация» группы как прием формирования мотивации к обучению.
14. Этап формирования группового контракта в психологическом тренинге.
15. Приемы активной работы по выработке навыков в тренинге.
16. Значение завершающего этапа тренинга.
17. Элементы групповой динамики.
18. Цели группы как элемент групповой динамики.
19. Нормы и правила группы как элемент групповой динамики.
20. Динамические стадии развития группы по К. Левину.
21. Фазы развития группы по К. Роджерсу.
22. Структура группы. Ролевые позиции участников тренинга.
23. Групповая сплоченность как элемент групповой динамики.
24. Стратегии снижения эмоционального напряжения в групповой атмосфере.
25. Гомогенность и гетерогенность тренинговой группы. Оптимальные количественный состав участников группы.
26. Работа с групповым сопротивлением.
27. Работа с агрессивными участниками группы.
28. Роль, функции ведущего тренинговой группы.
29. Стратегии ведения тренинговой группы ведущим.
30. Этический кодекс ведущего тренинговой группы.
31. Проблемы информационно-психологической безопасности личности при групповой работе.
32. Преимущества и недостатки работы с ко-тренером.
33. Групповая дискуссия как форма групповой работы.
34. Работа в парах, тройках, малых группах как форма групповой работы.
35. Ролевая игра как форма групповой работы.
36. Психогимнастические упражнения как форма групповой работы.
37. Метод мозгового штурма в тренинговой работе.
38. Шеринг как этап психологического тренинга.
39. Модель обучения взрослых Д. Колба.
40. Методы оценки эффективности обучения в тренинге.

Примерный перечень практических заданий

1. Представьте два упражнения из содержательной части тренинга развития навыков коммуникации.
2. Представьте два упражнения из содержательной части тренинга развития лидерских качеств.

3. Представьте два упражнения из содержательной части тренинга развития уверенности в себе.
4. Представьте два упражнения из содержательной части тренинга командообразования.
5. Представьте два упражнения из содержательной части тренинга обучения приемам саморегуляции.
6. Представьте два упражнения из содержательной части тренинга развития управленческого потенциала.
7. Представьте два упражнения из содержательной части тренинга развития навыков ведения переговоров.
8. Представьте два упражнения из содержательной части тренинга преодоления конфликтов.
9. Представьте два упражнения из содержательной части тренинга креативности.
10. Представьте два упражнения из содержательной части тренинга сензитивности.
11. Представьте два упражнения на знакомство в тренинговой группе.
12. Представьте план проведения процедуры принятия групповых правил.
13. Представьте два разогревающих упражнения.
14. Представьте два упражнения на завершение тренингового дня.
15. Представьте процедуру завершения тренинга.
16. Представьте форму оценки эффективности тренинга.
17. Представьте авторскую программу трехдневного тренинга.
18. Представьте авторскую программу трехчасового тренингового занятия.
19. Опишите процедуру принятия групповых правил в тренинговом занятии с учащимися 8 классов общеобразовательной школы.
20. Опишите процедуру принятия групповых правил в тренинговом занятии с курсантами МЧС России.

6.2. Методика оценивания персональных образовательных достижений обучающихся

Оценка	Критерии оценивания экзамена
отлично «5»	оценку «отлично» заслуживает обучающийся, освоивший знания, умения и теоретический материал без пробелов; практические навыки профессионального применения освоенных знаний сформированы.
хорошо «4»	оценку «хорошо» заслуживает обучающийся, практически полностью освоивший знания, умения, компетенции и теоретический материал, в основном сформированы практические навыки.
удовлетворительно «3»	оценку «удовлетворительно» заслуживает обучающийся, частично с пробелами освоивший знания, умения и теоретический материал, некоторые практические навыки не сформированы.
неудовлетворительно «2»	оценку «неудовлетворительно» заслуживает обучающийся, не освоивший знания, умения и теоретический материал, практические навыки не сформированы.

7. Требования к условиям реализации. Ресурсное обеспечение дисциплины

7.1. Перечень программного обеспечения дисциплины, в том числе лицензионное

1. Microsoft Windows Professional, Russian – Системное программное обеспечение. Операционная система. [Коммерческая (Volume Licensing)]; ПО-BE8-834
2. Microsoft Office Standard (Word, Excel, Access, PowerPoint, Outlook, OneNote, Publisher) – Пакет офисных приложений [Коммерческая (Volume Licensing)]; ПО-D86-664
3. Adobe Acrobat Reader DC – Приложение для создания и просмотра электронных публикаций в формате PDF [Бесплатная]; ПО-F63-948

7.2. Перечень современных баз данных и информационно-справочные системы

При реализации дисциплины используются следующие современные базы данных и информационно-справочные системы, обеспечивающие индивидуальный неограниченный доступ:

федеральный портал «Российское образование» <http://www.edu.ru> – индивидуальный неограниченный доступ из любой точки, в которой имеется доступ к сети Интернет

<http://www.consultant.ru/edu/student/study/> – КонсультантПлюс студенту и преподавателю, индивидуальный неограниченный доступ из любой точки, в которой имеется доступ к сети Интернет.

<https://rospsy.ru/> – сайт Федерации психологов образования России, обеспечивающий индивидуальный неограниченный доступ из любой точки, в которой имеется доступ к сети Интернет;

<https://psyjournals.ru/team/index.shtml> – портал психологических изданий, обеспечивающий индивидуальный неограниченный доступ из любой точки, в которой имеется доступ к сети Интернет;

<http://psychology.net.ru/> – база профессиональных данных «Мир психологии».

7.3. Перечень основной и дополнительной литературы

Основная литература:

1. Пахальян, В. Э. Групповой психологический тренинг: методология и технология : учебное пособие / В. Э. Пахальян. — Саратов : Ай Пи Эр Медиа, 2018. — 206 с. — ISBN 978-5-4486-0379-2. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/76798.html>
2. Полякова И.Л., В.К. Воробьев. Организация тренингов: учебное пособие. Электрон.— Оренбург: Оренбургский государственный университет, ЭБС АСВ, 2015. — 103 с. <http://www.iprbookshop.ru/54131.html>.

Дополнительная литература :

1. Соснова, М. Л. Тренинг коммуникативного мастерства : учебно-практическое пособие / М. Л. Соснова. — Москва : Академический Проект, 2017. — 266 с. — ISBN 978-5-8291-2545-5. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/36610.html>
2. Старшенбаум Г.В. Тренинг навыков практического психолога [Электронный ресурс]: интерактивный учебник. Игры, тесты, упражнения / Г.В. Старшенбаум. — Электрон. текстовые данные. — Саратов: Вузовское образование, 2015. — 281 с. — 2227-8397. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/31712.html>
3. Петрушин, С. В. Психологический тренинг в многочисленной группе : методика развития компетентности в общении в группах от 40 до 100 человек / С. В. Петрушин. — Москва : Академический Проект, 2010. — 250 с. — ISBN 978-5-8291-1980-5. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/60368.html>

7.4. Материально-техническое обеспечение дисциплины

Учебные аудитории (специальные помещения) для проведения предусмотренных программой занятий, оснащены оборудованием и техническими средствами обучения:

столы, стулья, доска (меловая или маркерная, или интерактивная);

набор демонстрационного оборудования (ТСО): персональный компьютер, мультимедийный проектор и экран, служащие для предоставления информации большой аудитории;

специальное оборудование (аппаратное и программное обеспечение): программно-аппаратный комплекс «БОСЛАБ-Лабиринт-ВР ПРОФЕССИОНАЛ», программно-аппаратный комплекс «БОС-ТЕСТ» СЕТЕВАЯ ВЕРСИЯ;

учебно-наглядные пособия, обеспечивающие тематические иллюстрации.

Учебный класс, оснащённый современной аудио- и видеотехникой для проведения психологических тренингов, занятий по психологическому консультированию, компьютерными мультимедийными проекторами и другой техникой для презентации учебного материала.

Помещения для самостоятельной работы обучающихся оснащены компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечение доступа в электронную информационно-образовательную среду университета.

Программа составлена в соответствии с требованиями ФГОС ВО по специальности 37.05.02 Психология служебной деятельности (уровень специалитет), специализация №4 «Психологическое обеспечение служебной деятельности в экстремальных условиях».

Автор: доцент кафедры педагогики и психологии экстремальных ситуаций к.пс.н., доцент И.А. Акиндинова