

Документ подписан простой электронной подписью

Информация о владельце:

ФИО: Горбунов Алексей Александрович

Должность: Заместитель начальника университета по учебной работе

Дата подписания: 22.07.2025 12:26:20

Уникальный программный ключ:

286e49ee1471d400cc1f45539d51ed7bbf0e9cc7

**ФГБОУ ВО «Санкт-Петербургский университет ГПС МЧС России»**

## **РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**

### **ТЕОРИЯ И ПРАКТИКА ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ТРЕНИНГА**

**Специалитет по специальности  
37.05.02 Психология служебной деятельности  
специализация «Психология безопасности»**

Санкт-Петербург

## 1. Цели и задачи дисциплины

### *Цель освоения дисциплины:*

формирование компетенций в сфере планирования и проведения психологического тренинга.

### **Перечень компетенций, формируемых в процессе изучения дисциплины**

<b>Компетенции</b>	<b>Содержание</b>
<b>ОПК-9</b>	Способен осуществлять психологическое сопровождение персонала с целью создания и поддержания психологического климата, способствующего оптимизации служебной деятельности
<b>ОПК-13</b>	Способен осуществлять психологическую профилактику отклонений в личностном развитии сотрудников, военнослужащих и (или) отдельных лиц, которые приводят к риску профессиональной деформации или асоциального поведения

### **Задачи дисциплины:**

В результате обучающиеся будут:

1. Знать принципы развития психологической компетентности персонала организации методом психологического тренинга.
2. Уметь планировать и проводить психологический тренинг в соавторстве с партнером.
3. Владеть навыками анализа эффективности тренинговых программ.

## **2. Перечень планируемых результатов изучения дисциплины, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы**

<b>Индикаторы достижения компетенции</b>	<b>Планируемые результаты обучения по дисциплине</b>
ИДК <sub>ОПК-9.2</sub> . Уметь: планировать мероприятия по повышению психологической компетентности персонала организации, осуществлять деловое общение и переговоры в конструктивной форме.	Умеет формулировать актуальность, цели, задачи, план работы, основные принципы и структуру работы социально-психологического тренинга.
ИДК <sub>ОПК-9.3</sub> . Владеть: технологиями проведения психологического тренинга	Умеет планировать и проводить психологический тренинг в соавторстве с партнером.
ИДК <sub>ОПК-13.3</sub> . Владеть: навыками организации психопрофилактической работы в формате супервизорской поддержки и тренингов психологической саморегуляции в индивидуальном и групповом формате.	Владеет навыками анализа эффективности тренинговых программ в формате супервизии.

### 3. Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы

Дисциплина относится к обязательной части основной профессиональной образовательной программы специалитета по специальности 37.05.02 Психология служебной деятельности, специализации Психология безопасности.

### 4. Структура и содержание дисциплины

Общая трудоемкость дисциплины составляет 6 зачетных единиц: 216 часов.

#### 4.1. Распределение трудоемкости дисциплины по видам работ по семестрам

##### для очной формы обучения

Вид учебной работы	Трудоемкость			
	з.е.	час.	по семестрам	
			5	6
Общая трудоемкость дисциплины по учебному плану	<b>6</b>	<b>216</b>	<b>72 (2 з.е.)</b>	<b>144 (4 з.е.)</b>
Контактная работа, в том числе:		<b>84</b>	<b>28</b>	<b>56</b>
<b>Аудиторные занятия</b>		<b>82</b>	<b>28</b>	<b>54</b>
Лекции (Л)		16	8	8
Практические занятия (ПЗ)		66	20	46
Консультации перед экзаменом		2		2
<b>Самостоятельная работа (СРС)</b>		<b>96</b>	<b>44</b>	<b>52</b>
Зачет		+	+	
Экзамен		<b>36</b>		36

##### для очно-заочной формы обучения

Вид учебной работы	Трудоемкость		
	з.е.	час.	по семестрам
			А
Общая трудоемкость дисциплины по учебному плану	<b>6</b>	<b>216</b>	<b>216 (6 з.е.)</b>
Контактная работа, в том числе:		<b>40</b>	<b>40</b>
<b>Аудиторные занятия</b>		<b>38</b>	<b>38</b>
Лекции (Л)		8	8
Практические занятия (ПЗ)		30	30
Консультации перед экзаменом		2	2
<b>Самостоятельная работа (СРС)</b>		<b>140</b>	<b>140</b>
Экзамен		36	36

**4.2. Тематический план, структурированный по темам (разделам) с указанием отведенного на них количества академических часов и видов учебных занятий**

**для очной формы обучения**

№ п/п	Наименование тем	Всего часов	Количество часов по видам занятий		Консультация	Контроль	Самостоятельная работа
			Лекции	Практические занятия			
1	2	3	4	5	6	7	8
<b>5 семестр</b>							
1	Тема 1. Применение групповых форм работы в психологической практике	18	2	4			12
2	Тема 2. Психологический тренинг как форма интерактивного обучения	18	2	4			12
3	Тема 3. Групповой процесс в психологическом тренинге	16	2	4			10
4	Тема 4. Функции ведущего в тренинге	20	2	8			10
	<b>Зачет</b>	+		+			
	<b>Итого за 5 семестр</b>	<b>72</b>	<b>8</b>	<b>20</b>			<b>44</b>
<b>6 семестр</b>							
5	Тема 5. Модель обучения через опыт	18	2	6			10
6	Тема 6. Структура программы тренинга	18	2	6			10
7	Тема 7. Технологии работы в психологическом тренинге	70	4	34			32
	<b>Консультация</b>	<b>2</b>			<b>2</b>		
	<b>Экзамен</b>	<b>36</b>				<b>36</b>	
	<b>Итого за 6 семестр</b>	<b>144</b>	<b>8</b>	<b>46</b>	<b>2</b>	<b>36</b>	<b>52</b>
	<b>Итого</b>	<b>216</b>	<b>16</b>	<b>66</b>	<b>2</b>	<b>36</b>	<b>96</b>

**для очно-заочной формы обучения**

№ п/п	Наименование тем	Всего часов	Количество часов по видам занятий		Консультация	Контроль	Самостоятельная работа
			Лекции	Практические занятия			
1	2	3	4	5	6	7	8
<b>10 семестр</b>							
1	Тема 1. Применение групповых форм работы в психологической практике	18	2				16
2	Тема 2. Психологический тренинг как форма интерактивного обучения	18		4			14
3	Тема 3. Групповой процесс в	16	2	4			10

	психологическом тренинге						
4	Тема 4. Функции ведущего в тренинге	20		4			16
5	Тема 5. Модель обучения через опыт	18	2				16
6	Тема 6. Структура программы тренинга	18		4			14
7	Тема 7. Технологии работы в психологическом тренинге	70	2	14			54
	<b>Консультация</b>	<b>2</b>			<b>2</b>		
	<b>Экзамен</b>	<b>36</b>				<b>36</b>	
	<b>Итого</b>	<b>216</b>	<b>8</b>	<b>30</b>	<b>2</b>	<b>36</b>	<b>140</b>

### 4.3. Содержание дисциплины

#### для очной формы обучения

#### 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 [1-2].

#### 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 тренинга (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.

**Практическое занятие.** Проектирование упражнений на заданную тему.

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

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

#### **Рекомендуемая литература:**

основная [2];  
дополнительная [1, 2].

#### **Тема 6. Структура программы тренинга**

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

**Практическое занятие.** Макродизайн тренинга как форма краткого изложения программы тренинга. Микродизайн тренинга как форма подробного описания программы тренинга.

**Самостоятельная работа.** Изучить и подготовить презентацию подобранной книги, относящейся к теме. Составление проекта групповой тренинговой программы на заданную тему.

#### **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].

### **для очно-заочной формы обучения**

## **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, Т. Барроу, 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).

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 [1-2].

## **Тема 2. Психологический тренинг как форма интерактивного обучения**

**Практическое занятие.** 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.

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**

**Практическое занятие.** Основные компетенции ведущего тренинга (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.

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.

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

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

**Рекомендуемая литература:**

основная [2];

дополнительная [1, 2].

#### **Тема 6. Структура программы тренинга**

**Практическое занятие.** Содержательная структура тренинга. Вводная, основная и завершающая части.

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

**Самостоятельная работа.** Изучить и подготовить презентацию подобранной книги, относящейся к теме. Составление проекта групповой тренинговой программы на заданную тему.

**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 используются лекционные и практические занятия.

Общими целями занятий являются:

- обобщение, систематизация, углубление, закрепление теоретических знаний по конкретным темам дисциплины;
- формирование умений применять полученные знания на практике, реализация единства интеллектуальной и практической деятельности;
- выработка при решении поставленных задач профессионально значимых качеств: самостоятельности, ответственности, точности, творческой инициативы.

Целями лекции являются:

дать систематизированные научные знания по дисциплине, акцентируя внимание на наиболее сложных вопросах;

стимулировать активную познавательную деятельность обучающихся, способствовать формированию их творческого мышления.

В ходе практического занятия обеспечивается процесс активного взаимодействия обучающихся с преподавателем; приобретаются практические навыки и умения. Цель практического занятия: углубить и закрепить знания, полученные на лекции, формирование навыков использования знаний для решения практических задач; выполнение тестовых заданий по проверке полученных знаний и умений.

Консультация перед экзаменом направлена на решение ряда вопросов, которые могли вызвать сложности в процессе самостоятельной подготовки обучающихся к экзамену.

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 занятиям, в том числе к контрольным работам.

## **6. Оценочные средства для проведения промежуточных аттестаций обучающихся по дисциплине**

Текущий контроль успеваемости обеспечивает оценивание хода освоения дисциплины, проводится в соответствии с содержанием дисциплины по видам занятий в форме контрольных работ.

Промежуточная аттестация обеспечивает оценивание промежуточных и окончательных результатов обучения по дисциплине и проводится в форме зачета и экзамена.

### **6.1. Примерные оценочные материалы:**

#### **6.1.1. Текущего контроля**

##### **Типовые задания для контрольных работ:**

Принцип субъект-субъектного (партнерского) общения предполагает	50	
		что информация о личностных проявлениях участников тренинга и их успешности не будет обсуждаться с кем бы то ни было за пределами группы;
		такое взаимодействие участников тренинга, при котором учитываются интересы, чувства, переживания, состояния других, признается ценность их личности;
		возрождать надежду и искать альтернативы суицида, возможности выхода;
		позволить клиенту проявлять к себе жалость;

Принцип конфиденциальности предназначен:	50	
		для снижения тревоги и страха;
		для уверенности, что информация о личностных проявлениях участников тренинга и их успешности не будет обсуждаться с кем бы то ни было за пределами группы;
		для предотвращения возможного ущерба со стороны руководства и значимых других людей, с другой стороны;
		для предоставления возможности участникам группы проявлять к себе жалость;
Интерактивная игра – это ...	50	
		эмоциональные транзакции со значимыми членами группы;
		это активный метод обучения, основанный на опыте;
		межгрупповое взаимодействие в игровой форме;
Что такое групповая идентификация?	50	
		групповая сплоченность;
		эффект, при котором человек менее успешно выполняет поставленные задачи в присутствии других людей, чем в одиночку;
		отождествление себя с обобщенным образом члена какой-либо социальной группы или общности, за счет которого происходит принятие, часто некритическое, ее целей и ценностей;
	все ответы верны;	
К целям групп социально-психологического тренинга можно отнести:	50	
		Решение психологических проблем через организацию взаимодействия участников;
		Практическое обучение участников новым умениям, навыкам;
		Глубинные личностные изменения участников;
		Личностный рост участников, обнаружение внутренних возможностей и ресурсов;
	Все вышеперечисленные;	
К тренинговым можно отнести следующие виды групп:	50	
		Гештальт-группы;
		Группы личностного роста;
		Группы дебрифинга;
		Супервизорские группы;
		Динамические группы;
		Группы по развитию коммуникативных навыков;
		Группы психодрамы;
		Группы по развитию психических функций;
	Все перечисленные;	

### 6.1.2. Промежуточной аттестации

#### Примерный перечень вопросов, выносимых на зачет

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. Оптимальный 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.

#### **Примерный перечень вопросов, выносимых на экзамен**

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. Оптимальный 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.
41. Представьте два упражнения из содержательной части тренинга развития навыков коммуникации.
42. Представьте два упражнения из содержательной части тренинга развития лидерских качеств.
43. Представьте два упражнения из содержательной части тренинга развития уверенности в себе.
44. Представьте два упражнения из содержательной части тренинга командообразования.
45. Представьте два упражнения из содержательной части тренинга обучения приемам саморегуляции.

46. Представьте два упражнения из содержательной части тренинга развития управленческого потенциала.
47. Представьте два упражнения из содержательной части тренинга развития навыков ведения переговоров.
48. Представьте два упражнения из содержательной части тренинга преодоления конфликтов.
49. Представьте два упражнения из содержательной части тренинга креативности.
50. Представьте два упражнения из содержательной части тренинга сензитивности.
51. Представьте два упражнения на знакомство в тренинговой группе.
52. Представьте план проведения процедуры принятия групповых правил.
53. Представьте два разогревающих упражнения.
54. Представьте два упражнения на завершение тренингового дня.
55. Представьте процедуру завершения тренинга.
56. Представьте форму оценки эффективности тренинга.
57. Представьте авторскую программу трехдневного тренинга.
58. Представьте авторскую программу трехчасового тренингового занятия.
59. Опишите процедуру принятия групповых правил в тренинговом занятии с учащимися 8 классов общеобразовательной школы.
60. Опишите процедуру принятия групповых правил в тренинговом занятии с курсантами МЧС России.

## 6.2. Шкала оценивания результатов промежуточной аттестации и критерии выставления оценок

Система оценивания включает:

Форма контроля	Показатели оценивания	Критерии выставления оценок	Шкала оценивания
Зачет	правильность и полнота ответа	дан правильный, полный ответ на поставленный вопрос, показана совокупность осознанных знаний по дисциплине, доказательно раскрыты основные положения вопросов; могут быть допущены недочеты, исправленные самостоятельно в процессе ответа; дан правильный, недостаточно полный ответ на поставленный вопрос, показано умение выделить существенные и несущественные признаки, причинно-следственные связи; могут быть допущены недочеты, исправленные с помощью преподавателя; дан недостаточно правильный и полный ответ; логика и последовательность изложения имеют нарушения; в ответе отсутствуют выводы.	зачтено
		ответ представляет собой разрозненные знания с существенными ошибками по вопросу; присутствуют фрагментарность, нелогичность изложения; дополнительные и уточняющие	не зачтено

		вопросы не приводят к коррекции ответа на вопрос.	
Экзамен	правильность и полнота ответа	дан правильный, полный ответ на поставленный вопрос, показана совокупность осознанных знаний по дисциплине, доказательно раскрыты основные положения вопросов; могут быть допущены недочеты, исправленные самостоятельно в процессе ответа.	отлично
		дан правильный, недостаточно полный ответ на поставленный вопрос, показано умение выделить существенные и несущественные признаки, причинно-следственные связи; могут быть допущены недочеты, исправленные с помощью преподавателя.	хорошо
		дан недостаточно правильный и полный ответ; логика и последовательность изложения имеют нарушения; в ответе отсутствуют выводы.	удовлетворительно
		ответ представляет собой разрозненные знания с существенными ошибками по вопросу; присутствуют фрагментарность, нелогичность изложения; дополнительные и уточняющие вопросы не приводят к коррекции ответа на вопрос.	неудовлетворительно

## **7. Ресурсное обеспечение дисциплины**

### **7.1. Лицензионное и свободно распространяемое программное обеспечение**

Перечень лицензионного и свободно распространяемого программного обеспечения, в том числе отечественного производства:

МойОфис Образование [ПО-41В-124] - Полный комплект редакторов текстовых документов и электронных таблиц, а также инструментарий для работы с графическими презентациями [Свободно распространяемое. Номер в Едином реестре российских программ для электронных вычислительных машин и баз данных - 4557], Astra Linux Common Edition релиз Орел [ПО-25В-603] - Операционная система общего назначения "Astra Linux Common Edition" [Коммерческая (Full Package Product). Номер в Едином реестре российских программ для электронных вычислительных машин и баз данных - 4433].

### **7.2. Профессиональные базы данных и информационные справочные системы**

Информационная справочная система — Сервер органов государственной власти Российской Федерации <http://россия.рф/> (свободный доступ); профессиональные базы данных — Портал открытых данных Российской Федерации <https://data.gov.ru/> (свободный доступ); федеральный портал «Российское образование» <http://www.edu.ru> (свободный доступ); система официального опубликования правовых актов в электронном виде

<http://publication.pravo.gov.ru/> (свободный доступ); федеральный портал «Совершенствование государственного управления» <https://ar.gov.ru> (свободный доступ); электронная библиотека университета <http://elib.igps.ru> (авторизованный доступ); электронно-библиотечная система «ЭБС IPR BOOKS» <http://www.iprbookshop.ru> (авторизованный доступ);

### **7.3. Литература**

#### **Основная литература:**

1. Соснова, М. Л. Тренинг коммуникативного мастерства: учебно-практическое пособие / М. Л. Соснова. — Москва: Академический проект, 2020. — 265 с. — ISBN 978-5-8291-4015-1. — Текст: электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART: [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/110011.html>

2. Клаус, Фопель Технология ведения тренинга: теория и практика / Фопель Клаус; перевод М. Полякова. — 2-е изд. — Москва: Генезис, 2020. — 263 с. — ISBN 978-5-98563-430-3. — Текст: электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART: [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/95350.html>

#### **Дополнительная 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 // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART: [сайт]. — URL: <https://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>.

3. 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>

### **7.4. Материально-техническое обеспечение**

Для проведения и обеспечения занятий используются помещения, которые представляют собой учебные аудитории для проведения учебных занятий, предусмотренных программой специалитета, оснащенные оборудованием и техническими средствами обучения: автоматизированное рабочее место преподавателя, маркерная доска, мультимедийный проектор, посадочные места обучающихся.

Учебный класс для проведения психологических тренингов: помещение для практических занятий, предусматривает возможность трансформации пространства для расстановки посадочных мест по кругу.

Помещения для самостоятельной работы обучающихся оснащены компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа к электронной информационно-образовательной среде университета.

**Автор:** И.А. Акиндинова.