

Силабус курсу:

## ПСИХОЛОГІЧНІ ОСНОВИ ПРОВЕДЕННЯ СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНОГО ТРЕНІНГУ



<b>Ступінь вищої освіти:</b>	Бакалавр
<b>Спеціальність:</b>	053 Психологія. Практична психологія
<b>Рік підготовки:</b>	2
<b>Семестр викладання:</b>	Весняний
<b>Кількість кредитів ЄКТС:</b>	5.0
<b>Мова(-и) викладання:</b>	українська
<b>Вид семестрового контролю</b>	залік

### Автор курсу та лектор:

к.психол.н., доц., Каширіна Євгенія Володимирівна

вчений ступінь, вчене звання, прізвище, ім'я та по-батькові

доцент кафедри практичної психології та соціальної роботи

посада

kashirina@snu.edu.ua	+38-050-855-5130	Viber за номером телефону	325ГК аудиторія кафедри ППСР
електронна адреса	телефон	месенджер	консультації

### Анотація навчального курсу

**Цілі вивчення курсу:** Метою лекційних занять за дисципліною є ознайомлення здобувачів вищої освіти з теоретичними засадами групової психологічної роботи, підготовки і проведення соціально-психологічного тренінгу, здобути базові фахові компетентності тренера та учасника групи СПТ.

**Метою самостійної роботи** за дисципліною є засвоєння студентом навчального матеріалу в час, вільний від обов'язкових навчальних занять, без участі викладача; поглиблення, узагальнення та закріплення знань, які студенти отримують у процесі навчання, а також застосування цих знань на практиці.

**Результати навчання:** **Знання:** структуру, предмет, основні завдання та методи дисципліни; класифікацію та обставини застосування соціально-психологічного тренінгу; професійну термінологію, що існує в даній сфері; історію становлення та розвитку тренінгового методу; основні теоретичні моделі тренінгової взаємодії та загальну проблематику СПТ; теорію групової динаміки психотерапевтичного процесу; етичні норми роботи практичного психолога, що проводитимуть тренінги.

**Вміння:** самостійно розбиратися на постановці і вирішенні проблем, пов'язаних з організацією тренінгової роботи; орієнтуватися в сучасних формах групового соціально-психологічного тренінгу; грамотно ставити і вирішувати завдання при організації і проведенні тренінгу.

**Передумови до початку вивчення:** Базові знання з дисциплін: «Історія психології», «Вікова психологія», «Експериментальна психологія», «Основи загальної психології».

## Мета курсу (набуті компетентності)

**Мета викладання дисципліни** є засвоєння здобувачами вищої освіти головних теоретичних підходів та навиків використання методів і методик сучасної практичної психології в цілях організації та проведення соціально-психологічного тренінгу.

Вивчення даного навчального курсу призначене для формування, удосконалення та розвитку у здобувача вищої освіти наступних компетентностей:

ЗК1. Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях.

ЗК2. Знання та розуміння предметної області та розуміння професійної діяльності.

ЗК3. Навички використання інформаційних і комунікаційних технологій.

ЗК4. Здатність вчитися і оволодівати сучасними знаннями.

ЗК5. Здатність бути критичним і самокритичним.

ЗК6. Здатність приймати обґрунтовані рішення.

ЗК7. Здатність генерувати нові ідеї (креативність).

ЗК8. Навички міжособистісної взаємодії,

ЗК9. Здатність працювати в команді.

СК1. Здатність оперувати категоріально-понятійним апаратом психології.

СК2. Здатність до ретроспективного аналізу вітчизняного та зарубіжного досвіду розуміння природи виникнення, функціонування та розвитку психічних явищ.

СК3. Здатність до розуміння природи поведінки, діяльності та вчинків.

СК4. Здатність самостійно збирати та критично опрацьовувати, аналізувати та узагальнювати психологічну інформацію з різних джерел.

СК5. Здатність використовувати валідний і надійний психодіагностичний інструментарій.

СК6. Здатність самостійно планувати, організовувати та здійснювати психологічне дослідження.

Що забезпечується досягненням наступних програмних результатів навчання:

ПР1. Аналізувати та пояснювати психічні явища, ідентифікувати психологічні проблеми та пропонувати шляхи їх розв'язання.

ПР2. Розуміти закономірності та особливості розвитку і функціонування психічних явищ в контексті професійних завдань.

ПР3. Здійснювати пошук інформації з різних джерел, у т.ч. з використанням інформаційно-комунікаційних технологій, для вирішення професійних завдань.

ПР4. Обґрунтовувати власну позицію, робити самостійні висновки за результатами власних досліджень і аналізу літературних джерел.

ПР5. Обирати та застосовувати валідний і надійний психодіагностичний інструментарій (тести, опитувальники, проєктивні методики тощо) психологічного дослідження та технології психологічної допомоги.

ПР6. Формулювати мету, завдання дослідження, володіти навичками збору первинного матеріалу, дотримуватися процедури дослідження.

ПР7. Рефлексувати та критично оцінювати достовірність одержаних результатів психологічного дослідження, формулювати аргументовані висновки.

ПР8. Презентувати результати власних досліджень усно / письмово для фахівців і нефаківців.

ПР9. Пропонувати власні способи вирішення психологічних задач і проблем у процесі професійної діяльності, приймати та аргументувати власні рішення щодо їх розв'язання.

## Структура курсу

№	Тема	Роки (Л/П 3)	Стислий зміст	Інструменти і завдання
1	<b>Історичні передумови виникнення СПТ. Сфера впливу в соціально-психологічному у тренінгу</b>	2/2	Історія виникнення групового соціально-психологічного навчання і його переваги перед індивідуальним навчанням. Співвідношення понять «групове соціально-психологічне навчання» і «групова психотерапія». Різновиди тренінгових груп. «Групи зустрічей», «Т-групи», «групи соціально - психологічного тренінгу поведінки». Їх цілі, основні положення, принципи організації, загальні ознаки. Саморозкриття: зміст, параметри і функції. Міжособистісний зворотний зв'язок і його різновиди. Конструктивний і деструктивний зворотний зв'язок. Модель співвідношення саморозкриття і зворотного зв'язку.	Практичні вправи. Індивідуальні завдання. Опитування.
2	<b>Типології груп соціально-психологічного тренінгу. Основні методи соціально-психологічного тренінгу</b>	2/2	Метод дискусії. Біографічні, тематичні, інтерактивні дискусії: зміст, сфера застосування і відмітні ознаки. Ігровий метод. Відмітні особливості ігрової діяльності. Операційні і міжособистісна ігри. Різновиди ігрового методу. Ситуаційні ігри. Психодрама, її ключові поняття (спонтанність, ситуація, катарсис, інсайт) і елементи (сцена, протагоніст, ведучий, допоміжне «Я», публіка). Трансакційний аналіз, види трансакцій. Методи, засновані на невербальній активності : проектний малюнок, психогімнастика, методи тілесної і танцювальної терапії.	
3	<b>Техніки, які вживаються в СПТ. Загальна характеристика групи тренінгу : структура і класифікація</b>	2/2	Склад тренінгових груп: якісний і кількісний аспекти. Вимоги до учасників: важливість процедури відбору. Гетерогенність і гомогенність групи тренінгу. Ролеві позиції в групі тренінгу. Соціальна і ігрова роль. Розширення ролевого репертуару як одне із завдань СПТ. Функція рішення задачі і функція надання підтримки. Групові норми в СПТ. Основні цілі введення правил роботи в тренінгу. Правила праці в гурті тренінгу. Варіанти санкцій за недотримання групових норм. Класифікація тренінгових груп. Критерії класифікації груп тренінгу. Взаємозв'язок між цілями групової роботи і видами тренінгових груп.	Практичні вправи. Індивідуальні завдання. Опитування.
4	<b>Динамічні процеси в групах СПТ. Групова динаміка і її</b>	2/2	Основні стадії розвитку тренінгової групи. Початкова стадія — псевдозгуртованість. Основні характеристики стадії псевдозгуртованості. Основні завдання тренера на початковій стадії. Перехідна	

№	Тема	Години (Л/ПЗ)	Стислий зміст	Інструменти і завдання
	<b>роль в процесі тренінгової роботи</b>		стадія — конфлікт (чи криза). Особливості стадії конфлікту. Створення атмосфери довіри. Техніка роботи з «важкими» учасниками. Робоча стадія. Основні характеристики робочої стадії в розвитку тренінгової групи і завдання ведучого на цьому етапі. Стадія завершення — сепарації. Особливості стадії сепарації. Техніка роботи на стадії завершення тренінгу.	
5	<b>Постановка цілей і формулювання завдань. Проблематизація в тренінгу</b>	2/2	Ввідна частина тренінгу, її структура, завдання і психотехніки. Самопрезентація тренера, введення правил тренінгової групи. Визначення потреб тренінгової групи. Поняття модуля і номера програми тренінгу. Етапи проведення номера. Зворотний зв'язок. Деролінг, шерінг і де-брифінг. Поняття проблематизованості групи СПТ. Психотехніки, вживані для проблематизації групи. Оптимальна міра проблематизованості групи.	Практичні вправи. Індивідуальні завдання. Опитування.
6	<b>Експлікація в тренінгу. Види СПТ</b>	2/2	Поняття експлікації в тренінгу і психотехнічні засоби для її реалізації. Однозначність змісту, що експліціюється для учасників групи. Психотехніки, вживані для формування зворотного зв'язку. Поняття про «Мозковий штурм» Корпоративні тренінги. Поняття про коучінг. Ділові і організаційно - розумові ігри. Тренінг асертивності. Тренінг комунікативності. Тренінг переговорів. Відеотренінг. Тренінг підготовки персоналу. Тренінг продажів. Тренінг особистісного зростання.	Практичні вправи. Індивідуальні завдання. Опитування.
7	<b>Закріплення змін, досягнутих в тренінгу. Уявлення про оцінку ефективності і ефекти СПТ</b>	2/2	Способи закріплення змін залежно від виду тренінгу. Цикл самонавчання. Асиміляція тренінгового досвіду. Проблема оцінки ефективності СПТ. Ефекти СПТ: моніторинг успішності, система експрес-аналізу. Основні детермінанти успішності тренінгу. Величина групи. Активність учасників. Приріст знань і вдосконалення умінь як ефекти СПТ.	Практичні вправи. Індивідуальні завдання. Опитування.

## Рекомендована література

### Основна література:

1. Блінов О. А. Особливості організації проведення психологічного тренінгу / О. А. Блінов // Вісник. Збірник наукових статей Київського міжнародного університету. Серія: Психологічні науки. Випуск 12. – К. : КиМУ, 2008. – С. 9–23.
2. Гирнык А.Н., Туринина Е.Л. Программа изучения дисциплины «Теория и практика психологического тренинга». — К.: МАУП, 2000. — 12 с.
3. Коробейнікова Л.Г. Програма навчальної дисципліни «Тренінг спілкування». — К.: КиМУ, 2003. — 8 с.
4. Лефтеров В.А. Тренинг «Коммуникация-Стресс-Безопасность» («Тренінг К-С-Б»): Учебно-методическое пособие (в помощь практическому психологу ОВД). — Донецк: Типография ДИВД, 2001. — 32 с.
5. Рева О.М. Програма навчальної дисципліни «Тренінг особистісного зростання». — К.: КиМУ, 2003. — 8 с.
6. Сокурено М.А. Социально-психологический тренинг готовности командира отделения к работе с личным составом. — К.: НД і МЦ СПС ЗСУ, 1994. — 62 с.
7. Соціально-психологічний тренінг між особового спілкування / Варіанти групової форми психологічної роботи з військовослужбовцями /. Частина I. — К.: НД і МЦ СПС ЗСУ, 1993. — 41 с.
8. Страшко С.В., Животовська Л.А., Гречишкіна О.Д., Міненко А.О., Савонова О.В., Гаврилюк В.О. Соціально-просвітницькі тренінги з формування мотивації до здорового способу життя та профілактики ВІЛ/СНІДу / За редакцією Страшка С.В. // Навчально-методичний посібник для викладачів валеології, основ медичних знань та безпеки життєдіяльності, вчителів основ здоров'я, студентів вищих педагогічних навчальних закладів. — 2-е вид., переробл. і допов. — Київ: Освіта України, 2006. — 260с.
9. Технології роботи організаційних психологів: Навч. посіб. Для студентів вищ. навч. закл. та слухачів ін-тів після диплом. освіти / За наук. ред. Л.М. Карамушки. — К.: Фірма «ІНКОС», 2005. — 366 с.
10. Ягупов В.В. Військова дидактика: Навчальний посібник. — К.: Видавничо-поліграфічний центр «Київський університет», 2000. — 400 с.

### Додаткові рекомендовані джерела:

1. Баклицький І. О. Психологія праці : підручник / Баклицький І. О. - 2-ге вид., перероб. і доп. - К. : Знання, 2008. - 655 с.
2. Вікова і педагогічна психологія : навч. посібник / В. М. Поліщук. - 3-тє вид. - Суми : "Університетська книга", 2010. - 352 с.
3. Вікова та педагогічна психологія : [Навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. / О.В. Скрипченко, Л.В. Долинська, З.В. Огороднійчук та ін.]. - 2-ге вид., допов. - К. : Каравела, 2007. - 399 с.
4. Долинська, Л. В. Геронтопсихологія : практикум. Хрестоматія : навчальний посібник для студ. вищ. навч. закладів / Л. В. Долинська ; М-во освіти і науки України, Нац. пед. ун-т ім. М.П. Драгоманова. - К. : Каравела, 2012. - 240 с.
5. Дуткевич, Т. В. Практична психологія: Вступ до спеціальності : навч. посібник / Т. В. Дуткевич, О. В. Савицька. - 2-ге вид. - К. : Центр учбової літератури, 2010. - 256 с.
6. Зелінська, Т. М. Амбівалентність особистості. Теорія, діагностика і психокорекція : навч. посібник / Т. М. Зелінська. - К. : Каравела, 2010. - 256 с.
7. Кулініч І. О. Психологія управління : підручник / І. О. Кулініч. - К. : Знання, 2011. - 415 с.
8. Маргулян І. Тренінг особистісного зростання для молодих педагогів / І. Маргулян // Психолог. - 2008. - №17. - С. 18-27
9. Мороз Л. І. Тренінг особистісного зростання та його психологічний супровід : сборник / Л. І. Мороз // Актуальні проблеми психології : збірник / Ін-т психології ім. Г. С. Костюка АПН України. - Київ, 2007. - Т. 8 : Психологічна теорія і технологія навчання, Вип. 4. - С. 91-99.

10. Палій, А. А. Диференціальна психологія: навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. / А. А. Палій. - К. : Академвидав, 2010. - 429 с.

11. Сугестивні технології маніпулятивного впливу: навч. посіб. / В. М. Петрик, М. М. Присяжнюк, Л. Ф. Компанцева та ін. ; за заг. ред. : Є. Д. Скулиш ; Нац. акад. служби безпеки України. - К. : НА СБ України, 2010. - 247 с.

12. Управління конфліктами : текст лекцій : навч. посіб. / Г. В. Жаворонкова [и др.]. - К. : Кондор, 2010. - 172 с.

### Інформаційні ресурси.

- Система дистанційного навчання СНУ ім. В. Даля – <http://moodle.snu.edu.ua/>

### Методичне забезпечення

1. Методичні вказівки до виконання контрольної роботи з дисципліни «Психологічні основи проведення соціально-психологічного тренінгу»; (для бакалаврів) / Укл.: Є. В. Каширіна. – Северодонецьк: Вид-во Східноукраїнського національного університету ім. В. Даля, 2020. – 21 с.

2. Технології роботи організаційних психологів: Навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. та слухачів післядипломної освіти / За наук. ред. Л.М. Карамушки. – К.: ІНКОЛС, 2005. – 366 с.

### Оцінювання курсу

За повністю виконані завдання студент може отримати визначену кількість балів:

Інструменти і завдання	Кількість балів	
	Денна форма	Заочна форма
Присутність на заняттях та засвоєння лекційного матеріалу за темами	60	20
Присутність на заняттях (у період настановної сесії) та своєчасне виконання самостійних практичних завдань у межах тем	-	30
Індивідуальна робота	20	30
Залік (тест)	20	20
<b>Разом</b>	<b>100</b>	<b>100</b>

### Шкала оцінювання студентів

Сума балів за всі види навчальної діяльності	Оцінка ECTS	Оцінка за національною шкалою	
		для екзамену, курсового проекту (роботи), практики	для заліку
90 – 100	A	відмінно	зараховано
82-89	B	добре	
74-81	C		

64-73	D	задовільно	
60-63	E		
35-59	FX	незадовільно з можливістю повторного складання	не зараховано з можливістю повторного складання
0-34	F	незадовільно з обов'язковим повторним вивченням дисципліни	не зараховано з обов'язковим повторним вивченням дисципліни

### Політика курсу

*Плагіат та академічна доброчесність:*

Дотримання академічної доброчесності за курсом ґрунтується на внутрішньо-університетській системі запобігання та виявлення академічного плагіату. До основних вимог за курсом віднесено - посилення на джерела інформації у разі використання ідей, розробок, тверджень, відомостей; надання достовірної інформації про результати власної навчальної (наукової, творчої) діяльності, використанні методики досліджень і джерела інформації.

Перевірка текстів на унікальність здійснюється однаково для всіх здобувачів засобами: – за допомогою програмного забезпечення Unicheck і засобів системи MOODLE; за Internet-джерелами – за допомогою програми Antiplagiarism.net.

*Завдання і заняття:*

Очікується, що всі здобувачі вищої освіти відвідають усі лекції і практичні заняття курсу. Здобувачі мають інформувати викладача про неможливість відвідати заняття. У будь-якому випадку здобувачі зобов'язані дотримуватися термінів виконання усіх видів робіт, передбачених курсом. Якщо здобувач вищої освіти відсутній з поважної причини, він/вона презентує виконані завдання під час консультації викладача. Здобувач вищої освіти має право на оскарження результатів оцінювання.

*Поведінка в аудиторії:*

Курс передбачає індивідуальну та групову роботу. Середовище в аудиторії є дружнім, творчим, відкритим до конструктивної критики. На аудиторні заняття слухачі мають з'являтися вчасно відповідно до діючого розкладу занять, яке міститься на сайті університету. Під час занять усі його учасники мають дотримуватися вимог техніки безпеки.