ЮЖНО-УРАЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ

УТВЕРЖДАЮ:
Заведующий выпускающей кафедрой

Электронный документ, подписанный ПЭП, хранится в системе электронного документооборота Южно-Уральского государственного университета
СВЕДЕНИЯ О ВЛАДЕЛЬЦЕ ПЭП
Кому выдан: Морозова С. В.
Пользователь: morozovasv
Дата подписания: 12.06.2023

С. В. Морозова

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

дисциплины 1.Ф.П0.02 Социально-психологический тренинг
для направления 37.03.01 Психология
уровень Бакалавриат
профиль подготовки Психология
форма обучения очная
кафедра-разработчик Общая психология, психодиагностика и психологическое консультирование

Рабочая программа составлена в соответствии с ФГОС ВО по направлению подготовки 37.03.01 Психология, утверждённым приказом Минобрнауки от 29.07.2020 № 839

Зав.кафедрой разработчика,
к.психол.н., доц.

Электронный документ, подписанный ПЭП, хранится в системе электронного документооборота Южно-Уральского государственного университета
СВЕДЕНИЯ О ВЛАДЕЛЬЦЕ ПЭП
Кому выдан: Морозова С. В.
Пользователь: morozovasv
Дата подписания: 11.06.2023

С. В. Морозова

Разработчик программы,
старший преподаватель

Электронный документ, подписанный ПЭП, хранится в системе электронного документооборота Южно-Уральского государственного университета
СВЕДЕНИЯ О ВЛАДЕЛЬЦЕ ПЭП
Кому выдан: Гурская С. П.
Пользователь: gurskaiasp
Дата подписания: 11.06.2023

С. П. Гурская

Челябинск

1. Цели и задачи дисциплины

Цель: Формирование знаний, умений и навыков проведения социально-психологического тренинга. Задачи: 1. Формирование теоретических знаний для проведения социально-психологического тренинга. 2. Формирование навыка создания тренинговой программы. 3. Формирование умений работы в качестве ведущего социально-психологического тренинга.

Краткое содержание дисциплины

Теоретические и методические основы проведения социально-психологического тренинга. Программа социально-психологического тренинга: макро- и микродизайн тренинга. Этапы социально-психологического тренинга. Методы активного социального обучения: групповая дискуссия, ролевая игра, психогимнастические упражнения. Ведущий тренинга как лидер группы. Профессиональная и личностная подготовленность, функции, профессиональная позиция ведущего группы. Групповая динамика в социально-психологическом тренинге. Ролевая структура и этапы развития группы в тренинге.

2. Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения дисциплины

Планируемые результаты освоения ОП ВО (компетенции)	Планируемые результаты обучения по дисциплине
УК-3 Способен осуществлять социальное взаимодействие и реализовывать свою роль в команде	Знает: основные принципы партнерского взаимодействия Умеет: предоставлять развивающую обратную связь как в профессиональном, так и личностном плане Имеет практический опыт: взаимодействия в малой группе в разных ролях
ПК-3 Способен к организации и предоставлению психологических услуг лицам разных возрастов и социальных групп	Знает: принципы проведения социально-психологического тренинга Умеет: разрабатывать программу социально-психологического тренинга Имеет практический опыт: апробации программы социально-психологического тренинга

3. Место дисциплины в структуре ОП ВО

Перечень предшествующих дисциплин, видов работ учебного плана	Перечень последующих дисциплин, видов работ
Развитие эмоциональных процессов, Социальная психология, Психология стресса, Практикум по виду профессиональной деятельности, Введение в профессию, Психологическое консультирование	Не предусмотрены

Требования к «входным» знаниям, умениям, навыкам студента, необходимым при освоении данной дисциплины и приобретенным в результате освоения предшествующих дисциплин:

Дисциплина	Требования
Практикум по виду профессиональной деятельности	Знает: основные задачи психолого-педагогического сопровождения; принципы коррекционно-развивающей деятельности; теоретико-методологические основы современных психологических знаний, основы планирования научно-исследовательской и практической деятельности; знать свойства, структуру и типологию личности, принципы и закономерности психологического процесса сопровождения; структуру деятельности специалиста в рамках определенной сферы прогнозирования; методы изучения субъектов в организации, номотетическое и идеографическое описание личности; специфику психических процессов, свойств и состояний личности; особенности развития различных сфер личности Умеет: применять существующие теоретико-методологические подходы изучения личности в психологической практике; уметь применять стандартизированные методики для психологического анализа, выстраивать структуру своей профессиональной деятельности; выделять теоретические и практические психологические задачи изучения уровня развития и функционирования личности, анализировать и оценивать психологические условия профессиональной деятельности; проводить диагностику и сопровождение персонала организации; осуществлять профилактику повышения работоспособности и преодоления конфликтных ситуаций в организации, выделять психологические знания в различных научно-практических областях; анализировать специфические характеристики, отражающие психологические особенности личности; применять стандартизированные методики для психологического анализа лиц разных возрастов и социальных групп Имеет практический опыт: применения специфики аналитической деятельности в разработке коррекционных программ; осуществлять коррекционно-развивающую работу с детьми и обучающимися, в том числе по восстановлению и реабилитации, разработки и применения диагностического инструментария, методов организации и проведения исследования познавательной, мотивационной, волевой сфер личности; применения методов психологического изучения самосознания, темперамента, функциональных состояний

	личности в норме и при психических отклонениях, анализа и специфики психологического сопровождения персонала организации, разработки и применения диагностического инструментария, методов организации и проведения психологических исследований; применения методов психологического наблюдения и психодиагностики
Введение в профессию	Знает: основные области профессиональной деятельности психолога в современном обществе и специфику каждой области; основные категории психологии; профессиональные и этические требования к деятельности психолога; принципы организации учебно-воспитательного процесса в вузе, основные области работы и виды деятельности психолога; этапы профессионального становления; цели и задачи, права и обязанности психолога; требования, предъявляемые профессией к личности психолога; способы самоорганизации и саморазвития своей жизни Умеет: искать и находить учебную и научную информацию и анализировать ее; соблюдать профессиональные этические нормы; формировать и аргументированно отстаивать собственную позицию по различным проблемам психологии, ориентироваться в мире психологических профессий; анализировать факторы, способствующие и препятствующие освоению профессии психолога; выстраивать личные планы профессионального образования; использовать способы и приемы своим временем и жизнью Имеет практический опыт: анализа процесса профессионализации психолога о месте психологии в современном научном мире, ее связи с другими науками и готовность применять данные знания на практике; навыка учебной деятельности в высшей школе, изучения научной и биографической литературы с целью анализа процесса профессионализации психолога; приемами саморефлексии, способствующими осмыслению целей и задач своей профессиональной подготовки, успешному проектированию своего профессионального будущего; владение эффективными методами управления своим временем; использовать способы саморазвития личности
Психологическое консультирование	Знает: нормативные и правовые документы в деятельности психолога-консультанта; базовые положения и модели супервизии, нормативные и правовые документы в деятельности психолога-консультанта; основные процедуры теоретического анализа проблем человека, социализации индивида, профессиональной и образовательной деятельности,

	функционирования людей с ограниченными возможностями, в том числе и при различных заболеваниях, специфику психического функционирования человека с учётом особенностей возрастных этапов, кризисов развития и факторов риска, его принадлежности к гендерной, этнической, профессиональной и другим социальным группам Умеет: применять методы эмоциональной и когнитивной регуляции (для оптимизации) собственной деятельности и психического состояния, профессионально воздействовать на уровень развития и особенности личностной сферы с целью гармонизации психического функционирования человека; обладать развитыми коммуникативными навыками, профессионально воздействовать на уровень развития и особенности познавательной и личностной сферы с целью гармонизации психического функционирования человека Имеет практический опыт: анализа типовых ошибок в работе психолога-консультанта на основе представленных учебных материалов, восприятия личности другого, эмпатии, установлению доверительного контакта и диалога, убеждении и поддержке людей , в диагностике, профилактике, экспертизе, коррекции психологических свойств и состояний, характеристик психических процессов, различных видов деятельности индивидов и групп
Развитие эмоциональных процессов	Знает: программы развития эмоциональной сферы личности, основные методы предупреждения эмоционального стресса в профессиональной сфере, основные направления развития представлений об эмоциональной сфере личности, основные методы коррекции эмоциональной сферы личности; основные методы диагностики эмоциональной сферы личности Умеет: осуществлять психопрофилактическую работу эмоциональной сферы личности с целью предупреждения рисков различных видах деятельности, использовать техники и приемы психологической коррекции эмоциональной сферы личности; диагностировать состояние эмоционального стресса Имеет практический опыт: владения навыками составления программы развития эмоциональной сферы личности, владения техниками и приемами психологической коррекции эмоциональной сферы личности; владеть техниками регулирования эмоционального стресса
Социальная психология	Знает: принципы организации и планирования исследований в социальной психологии; современную проблематику, различные

	концепции и объяснительные модели социальной психологии, стадии развития малой группы, особенности общения и взаимодействия людей в группе на основе ролевого поведения; основные подходы к организации совместной деятельности в команде, методы изучения личности в различных социо-культурных средах; социально-психологические технологии, позволяющие решать типовые задачи в социальных областях практики Умеет: анализировать и сравнивать психологические теории формирования и развития личности и группы, эффективно взаимодействовать с людьми; профессионально воздействовать на уровень развития группы и особенности с целью повышения продуктивности работы в команде, эффективно взаимодействовать с людьми; работать в команде Имеет практический опыт: организации самостоятельной работы с научно-методической литературой; логически верно, аргументировано и ясно строить устную и письменную речь, командообразования, использования техник восприятия личности другого и методов управления группой; установления доверительного контакта и диалога, применения социально-психологической диагностики, профилактики, экспертизы, коррекции психологических свойств и отношений индивидов и групп; использования методов управления группой людей
Психология стресса	Знает: понятийный аппарат в области психологии стресса, основные механизмы, проявления, закономерности и классификации стрессовых состояний, систематизацию приемов и средств психопрофилактики и психологической коррекции стресса Умеет: определить в состоянии и поведении человека признаки стрессового состояния, анализировать условия и факторы, способствующие развитию разных видов стресса; ориентироваться в области методов и средств оказания психологической помощи при стрессе Имеет практический опыт: поддержания безопасных условий жизнедеятельности в повседневной жизни путем применения методов саморегуляции, поиска и подбора мер психологической помощи при разных видах стресса

4. Объём и виды учебной работы

Общая трудоемкость дисциплины составляет 3 з.е., 108 ч., 66,25 ч. контактной работы

Вид учебной работы	Всего часов	Распределение по семестрам в часах
		Номер семестра
		8
Общая трудоёмкость дисциплины	108	108
Аудиторные занятия:	60	60
Лекции (Л)	0	0
Практические занятия, семинары и (или) другие виды аудиторных занятий (ПЗ)	60	60
Лабораторные работы (ЛР)	0	0
Самостоятельная работа (СРС)	41,75	41,75
Разработка макродизайна тренинга	25	25
Разработка микродизайна тренингового занятия	16,75	16.75
Консультации и промежуточная аттестация	6,25	6,25
Вид контроля (зачет, диф.зачет, экзамен)	-	зачет

5. Содержание дисциплины

№ раздела	Наименование разделов дисциплины	Объем аудиторных занятий по видам в часах			
		Всего	Л	ПЗ	ЛР
1	Программа тренинга: макро- и микродизайн тренинга	20	0	20	0
2	Лидерство в тренинге	20	0	20	0
3	Групповая динамика в тренинге	20	0	20	0

5.1. Лекции

Не предусмотрены

5.2. Практические занятия, семинары

№ занятия	№ раздела	Наименование или краткое содержание практического занятия, семинара	Кол-во часов
1	1	Выбор темы тренинга	4
2	1	Правила тренинга	4
3	1	Этапы тренинга	4
4	1	Контакт и контракт в тренинге	4
5	1	Концепция тренинга	4
6	2	Понятие лидерства	4
7	2	Лидерские роли	4
8	2	Виды лидерства в тренинге	4
9	2	Потеря лидерства	4
10	2	Восстановление лидерства	4
11	3	Группа как социально-психологический феномен	4
12	3	Структура группы	4
13	3	Стадии развития группы в тренинге	4
14	3	Факторы пихологической работы группы	4
15	3	Групповая динамика	4

5.3. Лабораторные работы

Не предусмотрены

5.4. Самостоятельная работа студента

Выполнение СРС			
Подвид СРС	Список литературы (с указанием разделов, глав, страниц) / ссылка на ресурс	Семестр	Кол-во часов
Разработка макродизайна тренинга	Электронный учебный курс "Социально-психологичский тренинг" в системе "Электронный ЮУрГУ"	8	25
Разработка микродизайна тренингового занятия	Электронный учебный курс "Социально-психологичский тренинг" в системе "Электронный ЮУрГУ". Психогимнастика в тренинге. / Под ред. Н.Ю. Хрящевой. - Издательство: Речь. - 2014. - Серия: Психология. - 272 с.	8	16,75

6. Фонд оценочных средств для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации

Контроль качества освоения образовательной программы осуществляется в соответствии с Положением о балльно-рейтинговой системе оценивания результатов учебной деятельности обучающихся.

6.1. Контрольные мероприятия (КМ)

№ КМ	Се-местр	Вид контроля	Название контрольного мероприятия	Вес	Макс. балл	Порядок начисления баллов	Учи-тыва-ется в ПА
1	8	Текущий контроль	Макродизайн (концепция) тренинга	3	13	1. Указаны тема и цель тренинга. Максимальный балл - 1. 2. Сформулировано центральное понятие как психологический феномен. Дано определение центральному понятию, которое соответствует тому феномену, формирование которого вы будете добиваться у участников тренинга. Максимальный балл - 2. 3. Центральное понятие разложено на составные элементы. Каждому элементу дано определение, которое соответствует тому феномену, формирование которого вы будете добиваться у участников тренинга. Максимальный балл - 3. 4. Сделан вывод о том, какие навыки нужно тренировать, чтобы сформировать у участников тренинга каждый составной элемент	зачет

						центрального понятия. Максимальный балл - 3. 5. Обозначены значимые характеристики ЦА. Перечислены предполагаемые запросы и проблемы ЦА, с которыми она придет на тренинг, выводы сделаны по результатам опроса. Сформулирован ожидаемый результат, который получая участники в итоге тренинга. Максимальный балл - 2. 6. Перечислены предполагаемые методы и необходимые материалы для проведения тренинга. Максимальный балл - 1. 7. Запланирована и продолжительность тренинга. Обозначено оптимальное количество участников для тренинга. Максимальный балл - 1.	
2	8	Текущий контроль	Микродизайн (подробное планирование) тренингового занятия	3	15	1. Ход занятия расписан по таймингу. Заявленные временные рамки целого занятия, а также рамки конкретных упражнений и рамки, указанные в плане, находятся в соответствии. Учтены все шаги работы с момента, когда группа садится в круг, до момента, когда ведущий объявляет группу закрытой. Максимальный балл - 2. 2. Дословно написано вступительное слово ведущих. Максимальный балл - 1. 3. Для каждого упражнения указано название и этап тренинга. Максимальный балл - 1. 4. Для каждого упражнения указаны цель и задачи. Цель и задачи упражнений соответствуют одному или нескольким из тренируемых навыков. Максимальный балл - 2. 5. К каждому упражнению приведена дословная инструкция, которая дается группе перед началом упражнения. Максимальный балл - 1. 6. Для каждого упражнения описан его ход. Последовательность шагов логична и понятна. Указаны как действия ведущих, так и действия участников группы. Максимальный балл - 2. 7. Для каждого упражнения сформулирован0 2-3 вопроса для обсуждения. Вопросы сформулированы в соответствии с целями и задачами упражнения. Максимальный балл - 2. 8. Для каждого упражнения сформулированы ожидаемые результаты. Указаны содержательные идеи по теме тренинга, на которые выйдет группа. Указано, как изменится	зачет

						состояние отдельных участников и группы в целом. Описаны возможные негативные последствия упражнения для тренера и группы. Максимальный балл - 3. 9. Перечислены материалы, необходимые для проведения каждого упражнения. Максимальный балл - 1.	
3	8	Текущий контроль	Отчет о проведении практического тренингового занятия	4	8	За ответ на каждый вопрос шаблона начисляется 1 балл.	зачет
4	8	Бонус	Подача профессиональной обратной связи	-	15	За подачу профессиональной обратной связи на каждом практическом занятии начисляется 1 балл. Баллы переводятся в проценты.	зачет
5	8	Проме-жуточная аттестация	Зачет	-	100	Итоговый рейтинг по дисциплине формируется путем суммирования текущего и бонусного рейтингов. Оценка "зачтено" выставляется, если итоговый рейтинг студентов равен или превышает 59,01 %. Оценка "не зачтено" выставляется, если итоговый рейтинг студентов меньше 59,01 %.	зачет

6.2. Процедура проведения, критерии оценивания

Вид промежуточной аттестации	Процедура проведения	Критерии оценивания
зачет	В ходе зачета студенты имеют возможность пересдать КРМ текущего контроля с целью повышения итогового рейтинга по дисциплине.	В соответствии с пп. 2.5, 2.6 Положения

6.3. Паспорт фонда оценочных средств

Компетенции	Результаты обучения	№ КМ				
		1	2	3	4	5
УК-3	Знает: основные принципы партнерского взаимодействия			+	+	+
УК-3	Умеет: предоставлять развивающую обратную связь как в профессиональном, так и личностном плане			+	+	+
УК-3	Имеет практический опыт: взаимодействия в малой группе в разных ролях				+	+
ПК-3	Знает: принципы проведения социально-психологического тренинга	+	+			+
ПК-3	Умеет: разрабатывать программу социально-психологического тренинга	+	+			+
ПК-3	Имеет практический опыт: апробации программы социально-психологического тренинга		+	+	+	+

Типовые контрольные задания по каждому мероприятию находятся в приложениях.

7. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

Печатная учебно-методическая документация

а) основная литература:

1. Горбушина, О. П. Психологический тренинг. Секреты проведения [Текст] О. П. Горбушина. - СПб. и др.: Питер, 2008. - 175 с.
2. Ли, Д. Практика группового тренинга [Текст] пер. с англ. Д. Ли. - 3-е изд. - СПб. и др.: Питер, 2009. - 216 с.
3. Сидоренко, Е. В. Тренинг коммуникативной компетентности в деловом взаимодействии [Текст] Е. В. Сидоренко. - СПб.: Речь, 2008. - 207,[1] с. ил.
4. Тримаскина, И. В. Тренинг эмоционального интеллекта и развития личной эффективности [Текст] И. В. Тримаскина, Д. Б. Тарантин, С. В. Матвиенко. - СПб.: Речь, 2010. - 155, [1] с.

б) дополнительная литература:

1. Ялом, И. Групповая психотерапия : Теория и практика [Текст] И. Ялом, М. Лесц ; пер. с англ., под ред. Э. Г. Эйдемиллера. - 5-е изд., перераб. и доп. - СПб. и др.: Питер, 2009. - 683 с.

в) отечественные и зарубежные журналы по дисциплине, имеющиеся в библиотеке:

Не предусмотрены

г) методические указания для студентов по освоению дисциплины:

1. Электронный учебный курс "Социально-психологический тренинг"

из них: учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы студента:

1. Электронный учебный курс "Социально-психологический тренинг"

Электронная учебно-методическая документация

№	Вид литературы	Наименование ресурса в электронной форме	Библи
1	Дополнительная литература	Электронный каталог ЮУрГУ	Н. В. Гафарова. Социально-психологический тренинг, направленный н эффективности. Вестник ЮУрГУ. Серия:Психология. выпуск №2/ том bin/gw_2011_1_4/chameleon?sessionid=2021112423525318879&skin=def 1112 DEFAULT&search=AUTHID&searchid=2&function=CARDSCR&sc

Перечень используемого программного обеспечения:

1. Microsoft-Windows(бессрочно)
2. Microsoft-Office(бессрочно)

Перечень используемых профессиональных баз данных и информационных справочных систем:

1. -База данных polpred (обзор СМИ)(бессрочно)
2. EBSCO Information Services-EBSCOhost Research Databases(28.02.2017)

8. Материально-техническое обеспечение дисциплины

Вид занятий	№ ауд.	Основное оборудование, стенды, макеты, компьютерная техника, предустановленное программное обеспечение, используемое для различных видов занятий
Практические занятия и семинары	363 (1)	Переносное компьютерное оборудование: проектор, ноутбук, колонки.