

# ЮЖНО-УРАЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ

УТВЕРЖДАЮ:  
Директор института  
Высшая медико-биологическая  
школа



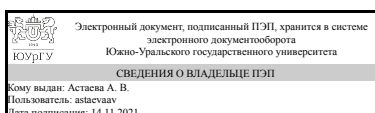
В. Э. Цейликман

## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

**дисциплины 1.Ф.С1.06 Методический тренинг  
для специальности 37.05.01 Клиническая психология  
уровень Специалитет  
специализация Клинико-психологическая помощь ребенку и семье  
форма обучения очная  
кафедра-разработчик Клиническая психология**

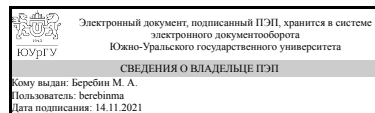
Рабочая программа составлена в соответствии с ФГОС ВО по направлению подготовки 37.05.01 Клиническая психология, утверждённым приказом Минобрнауки от 26.05.2020 № 683

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



А. В. Астаева

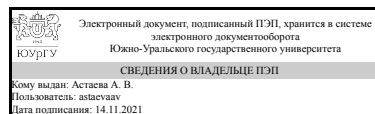
Разработчик программы,  
к.мед.н., доц., доцент (кн)



М. А. Беревин

СОГЛАСОВАНО

Руководитель образовательной  
программы  
к.психол.н., доц.



А. В. Астаева

## 1. Цели и задачи дисциплины

Цель – формирование знания теории и методологии психологического тренинга как активной формы коррекции, обучения и развития личности, формирование практических навыков, необходимых специалисту при проведении психологических тренингов. Задачи: 1. Формирование знаний о психологическом тренинге. 2. Обучение методическим приемам и техникам психологического тренинга. 3. Ознакомление с групповой динамикой, повышение чувствительности к групповым процессам, развитие навыков использования групповой динамики и активного обучения. 4. Формирование навыков, умений и установок, необходимых для успешного общения в групповом процессе. 5. Развитие способности адекватно и полно воспринимать и оценивать себя и других людей, а также взаимоотношения, складывающиеся между людьми. 6. Развитие умения составлять программы психологического тренинга.

## Краткое содержание дисциплины

Данный курс направлен на развитие студента-психолога как субъекта учебно-профессиональной деятельности. Психологический тренинг – это интенсивные активные обучающие занятия, направленные на создание и развитие определенных навыков, необходимых для выполнения конкретных личностных, учебных и профессиональных задач. Курс включает общие вопросы теории и методологии психологического тренинга, организационные вопросы психологического тренинга, рассмотрение проблемы личности ведущего психологических тренингов, практику психологического тренинга. Дисциплина включает в себя как лекционную, так и практическую подготовку. Завершается зачетным мероприятием.

## 2. Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения дисциплины

Планируемые результаты освоения ОП ВО (компетенции)	Планируемые результаты обучения по дисциплине
ПК-2 Способность применять современные методы и методики психологической помощи в связи с задачами лечебного процесса	Знает: современные методы и методики оказания психологической помощи, применимые в групповой форме работы Умеет: подбирать техники и упражнения с учетом цели тренинга, возраста участников группы, времени продолжительности и т.д. Имеет практический опыт: проведения тренингового упражнения в малой группе; использования психологических техник и приёмов
ПК-3 Способность организовывать и оказывать специализированную психологическую помощь лицам с кризисными состояниями	Знает: особенности организации и проведения тренинга для лиц разного возраста; требования к составлению программ психологического тренинга; законы и процессы групповой динамики; стили руководства группой; роли участников группы Умеет: определить цели, задачи и целевую аудиторию тренинговой программы; планировать и организовывать работу тренинговой группы Имеет практический опыт: составления

	программы психологического тренинга; основными психологическими техниками и приёмами; навыками активного слушания
--	---

### 3. Место дисциплины в структуре ОП ВО

Перечень предшествующих дисциплин, видов работ учебного плана	Перечень последующих дисциплин, видов работ
Теории личности в клинической психологии	Практикум по психотерапии и консультированию под супервизией, Супервизия в клинической психологии

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

Дисциплина	Требования
Теории личности в клинической психологии	Знает: основные модели развития личности; закономерности нормального и аномального развития личности, с позиции различных теорий личности, подходы к психологическому (психотерапевтическому) вмешательству, предлагаемые разными теориями; основные принципы цели и механизмы лечебного, психологического воздействия в рамках разных подходов Умеет: описать структуру, закономерности и развитие личности с точки зрения разных психологических теорий; анализировать психологические данные с позиции разных теоретических систем, сформулировать основные цели и задачи психологического вмешательства с позиции разных теорий Имеет практический опыт: применения понятийного аппарата основных теорий личности; владеет приемами анализа основных личностных теорий, выделения ведущие признаки, определяющие личностные особенности в различных теоретических парадигмах

### 4. Объём и виды учебной работы

Общая трудоёмкость дисциплины составляет 2 з.е., 72 ч., 68,25 ч. контактной работы

Вид учебной работы	Всего часов	Распределение по семестрам в часах
		Номер семестра
		8
Общая трудоёмкость дисциплины	72	72
<i>Аудиторные занятия:</i>	64	64
Лекции (Л)	32	32

Практические занятия, семинары и (или) другие виды аудиторных занятий (ПЗ)	32	32
Лабораторные работы (ЛР)	0	0
Самостоятельная работа (СРС)	3,75	3,75
с применением дистанционных образовательных технологий	0	
Подготовка к практическим занятиям.	3,75	3.75
Консультации и промежуточная аттестация	4,25	4,25
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	Теория и методология психологического тренинга	22	18	4	0
2	Организационные аспекты психологического тренинга	12	8	4	0
3	Ведущий тренинговых групп	10	6	4	0
4	Практика психологического тренинга	20	0	20	0

### 5.1. Лекции

№ лекции	№ раздела	Наименование или краткое содержание лекционного занятия	Кол-во часов
1	1	Определение и специфика психологического тренинга. Цели и задачи работы группы. Принципы работы тренинговой группы. Возможности, преимущества и ограничения. Отличие от других форм групповой работы.	2
2	1	Методические приемы в тренинге. Дискуссии. Игры. Психогимнастика. Медитации. Методы невербальной активности.	6
3	1	Вспомогательные методические приемы и техники: самораскрытие тренера, предоставление информации, ритуалы, домашние задания.	4
4	1	Классификация тренинговых групп.	2
5	1	Групповая динамика и групповой процесс. Роли и стили.	4
6	2	Организация тренинговой работы. Программа тренинга.	4
7	2	Проблемные ситуации в тренинге.	4
8	3	Требования к ведущему тренинговых групп. Подготовка к ведению группы. Стили работы тренера. Навыки необходимые для работы.	6

### 5.2. Практические занятия, семинары

№ занятия	№ раздела	Наименование или краткое содержание практического занятия, семинара	Кол-во часов
1	1	Методические приемы в тренинге. Дискуссии. Игры. Психогимнастика. Медитации. Методы невербальной активности.	2
2	1	Вспомогательные методические приемы и техники: самораскрытие тренера, предоставление информации, ритуалы, домашние задания.	2
3	2	Организация тренинговой работы. Программа тренинга.	2
4	2	Проблемные ситуации в тренинге.	2

5-6	3	Навыки ведущего тренинга	4
7-9	4	Практика ведения психологического тренинга студентом.	6
10-12	4	Практика ведения психологического тренинга студентом.	6
13-15	4	Практика ведения психологического тренинга студентом.	6
16	4	Практика ведения психологического тренинга студентом.	2

### 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
Подготовка к практическим занятиям.	ПУМД осн.лит. 1-2, доп.лит. 1-6. ЭУМД осн.лит. 1-2, доп.лит. 3.	8	3,75

## 6. Текущий контроль успеваемости, промежуточная аттестация

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-мestr	Вид контроля	Название контрольного мероприятия	Вес	Макс. балл	Порядок начисления баллов	Учи-тыва-ется в ПА
1	8	Текущий контроль	Задание по подбору упражнения	5	2	При оценивании результатов мероприятия используется балльно-рейтинговая система оценивания результатов учебной деятельности обучающегося (утверждена приказом ректора от 24.05.2019 № 179). Максимальный балл - 2 балла 2 балла: задание выполнено в соответствии с предложенным планом 1 балл: задание выполнено, но описание упражнения или анализ проведенного упражнения выполнены не по плану 0 баллов: задание не сдано либо и анализ проведенного упражнения, и его письменное описание отсутствует Зачтено: величина рейтинга обучающегося по дисциплине 60-100% Незачтено: величина рейтинга обучающегося по дисциплине 0-60%	зачет
2	8	Текущий контроль	Составление программы тренингов	50	4	При оценивании результатов мероприятия используется балльно-рейтинговая система оценивания результатов учебной	зачет

						<p>деятельности обучающегося (утверждена приказом ректора от 24.05.2019 № 179). Максимальный балл - 4 балла</p> <p>4 балла: программа построена с учетом теоретических знаний по проблеме, выбранные упражнения соответствуют цели и задачам программы, порядок упражнений логичен, они описаны по предложенному плану.</p> <p>3 балла: присутствуют незначительные замечания по одному из перечисленных пунктов: логика построения программы, оформление, указанная теория, подобранные упражнения</p> <p>2 балл: есть значительные замечания по одному из пунктов, которые не позволяют считать программу готовой к применению на практике: нарушена логика последовательности этапов или упражнений/упражнения не соответствуют цели/теория и цели тренинга не взаимосвязаны</p> <p>1 балл: нарушена логика построения программы и последовательности упражнений/оформление не соответствует требованиям/отсутствует теоретическое обоснование, поставленной цели и задачи</p> <p>0 баллов: задание не сдано</p> <p>Зачтено: величина рейтинга обучающегося по дисциплине 60-100%</p> <p>Незачтено: величина рейтинга обучающегося по дисциплине 0-60%</p>	
3	8	Текущий контроль	Протокол наблюдения по тренингу	5	2	<p>При оценивании результатов мероприятия используется балльно-рейтинговая система оценивания результатов учебной деятельности обучающегося (утверждена приказом ректора от 24.05.2019 № 179). Максимальный балл - 2 балла</p> <p>2 балла: задание выполнено: все пункты протокола заполнены, мысли выражены корректно (утверждение с обоснованием, по правилам русского языка)</p> <p>1 балл: задание выполнено, но не все пункты заполнены (не менее 60% должно быть заполнено) или не все мысли выражены корректно</p> <p>0 баллов: задание не сдано либо заполнено менее 60% пунктов</p> <p>Зачтено: величина рейтинга обучающегося по дисциплине 60-100%</p> <p>Незачтено: величина рейтинга обучающегося по дисциплине 0-60%</p>	зачет
4	8	Текущий контроль	Проведение тренинга	40	4	<p>При оценивании результатов мероприятия используется балльно-рейтинговая система оценивания результатов учебной деятельности обучающегося (утверждена</p>	зачет

					<p>приказом ректора от 24.05.2019 № 179).  Максимальный балл - 4 балла  4 балла: тренинг проведен по программе, заранее согласованной с преподавателем, студент смог применить основные навыки активного слушания, решить проблемные ситуации во время тренинга, после проведения тренинга были заполнены все пункты самоотчета  3 балла: тренинг проведен по программе, заранее согласованной с преподавателем, после проведения тренинга были заполнены все пункты самоотчета, во время проведения тренинга у студента были незначительные трудности с применением основных навыков активного слушания  2 балл: тренинг проведен по программе, не согласованной заранее с преподавателем, во время проведения тренинга студент смог применить основные и вспомогательные методы работы с группой, самоотчет сдан  1 балл: тренинг проведен по согласованной программе, студент формально был ведущим тренинга, но не применял основные методы и приемы работы с группой, самоотчет не сдал  0 баллов: тренинг не проведен  Зачтено: величина рейтинга обучающегося по дисциплине 60-100%  Незачтено: величина рейтинга обучающегося по дисциплине 0-60%</p>		
5	8	Промежуточная аттестация	Тестирование	40	50	<p>При оценивании результатов мероприятия используется балльно-рейтинговая система оценивания результатов учебной деятельности обучающегося (утверждена приказом ректора от 24.05.2019 № 179).  Выполнение заданий промежуточной аттестации не является обязательным.; оценивание внутрисеместровой работы студента. Зачет проводится в тестовой форме. Для подготовки к тесту студентам выдаются вопросы (темы). Итоговый (зачетный) тест включает в себя 50 закрытых вопросов с одним правильным ответом (построенных по типу теста достижений). Каждый студент получает бланк с вопросами, в котором отмечает выбранные ответы. Время работы студента - 60 мин.  Зачтено: величина рейтинга обучающегося по дисциплине 60-100%  Незачтено: величина рейтинга обучающегося по дисциплине 0-60%</p>	зачет

## 6.2. Процедура проведения, критерии оценивания

Вид промежуточной аттестации	Процедура проведения	Критерии оценивания
зачет	На зачете происходит оценивание учебной деятельности обучающегося по дисциплине на основе полученных оценок за контрольно-рейтинговые мероприятия текущего контроля и промежуточной аттестации. При оценивании результатов мероприятия используется балльно-рейтинговая система оценивания результатов учебной деятельности обучающегося (утверждена приказом ректора от 24.05.2019 № 179). Зачтено: величина рейтинга обучающегося по дисциплине 60-100% Незачтено: величина рейтинга обучающегося по дисциплине 0-60%	В соответствии с пп. 2.5, 2.6 Положения

### 6.3. Оценочные материалы

Компетенции	Результаты обучения	№ КМ				
		1	2	3	4	5
ПК-2	Знает: современные методы и методики оказания психологической помощи, применимые в групповой форме работы	+	+	+	+	+
ПК-2	Умеет: подбирать техники и упражнения с учетом цели тренинга, возраста участников группы, времени продолжительности и т.д.	+	+		+	
ПК-2	Имеет практический опыт: проведения тренингового упражнения в малой группе; использования психологических техник и приёмов	+			+	
ПК-3	Знает: особенности организации и проведения тренинга для лиц разного возраста; требования к составлению программ психологического тренинга; законы и процессы групповой динамики; стили руководства группой; роли участников группы		+	+	+	+
ПК-3	Умеет: определить цели, задачи и целевую аудиторию тренинговой программы; планировать и организовывать работу тренинговой группы		+		+	
ПК-3	Имеет практический опыт: составления программы психологического тренинга; основными психологическими техниками и приёмами; навыками активного слушания		+		+	

Фонды оценочных средств по каждому контрольному 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. Горбатова, Е. А. Теория и практика психологического тренинга [Текст] учеб. пособие Е. А. Горбатова. - СПб.: Речь, 2008. - 317 с.

#### б) дополнительная литература:

1. 18 программ тренингов : Руководство для профессионалов [Текст] В. А. Чикер, А. Н. Капустина, А. М. Захарова и др.; под ред. В. А. Чикер. - СПб.: Речь, 2008. - 368 с.
2. Грецов, А. Г. Психологические игры для старшеклассников и студентов [Текст] А. Г. Грецов, Т. А. Бедарева. - СПб. и др.: Питер, 2008. - 189 с. ил. 21 см.



3. Сидоренко, Е. В. Мотивационный тренинг [Текст] практ. рук. Е. В. Сидоренко. - СПб.: Речь, 2005. - 233 с.
4. Агеева, И. А. Успешный учитель : тренинговые и коррекционные программы [Текст] И. А. Агеева. - СПб.: Речь, 2007. - 208 с.
5. Березина, Т. Н. Тренинг интеллектуальных и творческих способностей [Текст] Т. Н. Березина. - СПб.: Речь, 2010. - 188 с.
6. 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.

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

1. Журнал практического психолога науч.-практ. журн.: 16+ Изд-во "Фолиум" журнал. - М., 1996-
2. Вестник Южно-Уральского государственного университета. Серия: Психология. Психофизиология науч. журн. Юж.-Урал. гос. ун-т; ЮУрГУ журнал. - Челябинск: Издательство ЮУрГУ, 2008-

г) методические указания для студентов по освоению дисциплины:

1. Психологический тренинг: учебно-методическое пособие / М. А. Реньш, Е. Г. Лопес. Екатеринбург: Изд-во Рос. гос. проф.- пед. ун-та, 2016. 235 с.

из них: учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы студента:

1. Психологический тренинг: учебно-методическое пособие / М. А. Реньш, Е. Г. Лопес. Екатеринбург: Изд-во Рос. гос. проф.- пед. ун-та, 2016. 235 с.

### Электронная учебно-методическая документация

№	Вид литературы	Наименование ресурса в электронной форме	Библиографическое описание
1	Основная литература	Электронно-библиотечная система издательства Лань	Терелянская, И. В. Психологический тренинг : учебно-методическое пособие / И. В. Терелянская. — Волгоград : ВГАФК, 2015. — 78 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — Режим доступа: для авториз. пользователей. <a href="https://e.lanbook.com/book/158035">https://e.lanbook.com/book/158035</a>
2	Основная литература	Электронно-библиотечная система издательства Лань	Психологические тренинги : учебное пособие / составитель Т. И. Куликова. — 2-е изд., доп. — Тула : ТГПУ, 2013. — 170 с. — ISBN 978-5-89357-244-5. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — Режим доступа: для авториз. пользователей. <a href="https://e.lanbook.com/book/101522">https://e.lanbook.com/book/101522</a>
3	Дополнительная литература	Электронно-библиотечная система издательства Лань	Психологические тренинги в системе профессионально-личностного развития тренера : учебно-методическое пособие / составитель Зыкова Н. Ю.. — Воронеж : ВГИФК, 2018. — 96 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — Режим доступа: для авториз. пользователей. <a href="https://e.lanbook.com/book/140339">https://e.lanbook.com/book/140339</a>

Перечень используемого программного обеспечения:

Нет

Перечень используемых профессиональных баз данных и информационных справочных систем:

Нет

### **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		просторная аудитория, где есть возможность свободно расставить стулья по кругу без парт
Лекции		парты, стулья