

НАЦІОНАЛЬНА АКАДЕМІЯ НАЦІОНАЛЬНОЇ ГВАРДІЇ УКРАЇНИ

Факультет гуманітарний

Кафедра психології та педагогіки

ЗАТВЕРДЖУЮ

Начальник кафедри психології та педагогіки

к.психол.н., доцент

підполковник

С.О. Ларіонов

_____ 20__ р.

СИЛАБУС

Соціально-психологічний тренінг

РІВЕНЬ ВИЩОЇ ОСВІТИ бакалавр з психології службово-бойової діяльності НГУ, офіцер тактичного рівня.

ГАЛУЗЬ ЗНАНЬ 05 Соціальні та поведінкові науки

СПЕЦІАЛЬНІСТЬ 053 Психологія

Розглянуто та ухвалено на засіданні кафедри (предметно-методичної комісії) №_____

Протокол від _____ 20__ р. №_____.

Харків 20__

Інформація про викладача	
Прізвище, ім'я, по батькові	Кравченко Олена Василівна
Наукова ступінь	кандидат психологічних наук
Вчене звання	доцент
Посада	доцент кафедри психології та педагогіки
Місце роботи	Національна академія Національної гвардії України
Адреса кафедри	61001, м.Харків – 001, майдан Захисників України
Контакти	050-300-8576
E-mail	elena_diamant@outlook.com
Консультації	
Час	згідно графіка
Місце	622 кабінет

1. Опис навчальної дисципліни

Найменування показників	Галузь знань, спеціальність, рівень вищої освіти	Характеристика навчальної дисципліни
		денна форма навчання
Кількість кредитів – 5	Галузь знань: 05 Соціальні та поведінкові науки	Цикл загальної підготовки
Блоків змістових модулів – 2	Спеціальність: 053 Психологія	Рік підготовки:
Змістових модулів – 5		4-й
Індивідуальне науково-дослідне завдання - не передбачено		Семестр
Загальна кількість годин - 150		7-й
	Рівень вищої освіти: перший (бакалавр з психології службово-бойової діяльності НГУ, офіцер тактичного рівня)	Лекції
		8 - год.
		Практичні, семінарські
		72 - год.
		Групові
		8 – год.
		Самостійна робота
		60 год.
		Індивідуальні завдання: не передбачено
		Вид контролю: залік 3

		оцінкою
--	--	---------

2. Мета та завдання навчальної дисципліни

Предмет вивчення навчальної дисципліни є: соціально-психологічний тренінг як багатофункціональний метод активного навчального, розвиваючого і корекційного впливу на особистість; як форма активного навчання, що дозволяє людині формувати навички та вміння побудови продуктивних соціальних міжособистісних стосунків, аналізувати соціально-психологічні ситуації з власної точки зору та позиції партнера, розвивати вміння пізнавати та розуміти себе і інших в процесі спілкування.

Міждисциплінарні зв'язки з дисциплінами: даний курс тісно пов'язаний з наступними дисциплінами: «Загальна психологія», «Соціальна психологія», «Основи психологічного консультування військовослужбовців», «Основи психології управління», «Основи психотерапії та профілактики».

Мета та завдання навчальної дисципліни

Метою вивчення дисципліни є ознайомлення курсантів з основами психологічних знань в галузі соціально-психологічного тренінгу, підходами та видами соціально-психологічного тренінгу, його технологіями, принципами розробки та проведення соціально-психологічного тренінгу, знайомство з загальними теоретичними основами групової психологічної роботи, напрямками практичної роботи з використанням методу соціально-психологічного тренінгу, що існують на сьогодні; формування досвіду участі у тренінгу та знань із теоретико-методологічних аспектів його проведення.

Завдання вивчення дисципліни.

Для досягнення зазначеної мети в процесі навчання вирішується ряд **завдань**:

- ознайомити з основними положеннями та напрямками сучасної тренінгової діяльності, отримати уявлення про теоретичну основу організації та проведення групового соціально-психологічного тренінгу;
- засвоєння матеріалу по історії створення методу соціально-психологічного тренінгу;
- ознайомитися та практично відпрацювати застосування основних методів соціально-психологічного тренінгу;
- ознайомитися з організаційно-методичними аспектами проведення соціально-психологічного тренінгу;
- навчитися розробляти та оформлювати сценарії тренінгових занять;
- розвиток навичок ведення тренінгових занять;
- формування комунікативної компетентності особистості як суттєвого компонента успішної професійної діяльності психолога.

Згідно з вимогами освітньої програми здобувачі вищої освіти повинні:

знати:

- професійну термінологію, що існує в даній сфері;
- історію становлення та розвитку тренінгового методу;
- сутність та мету проведення тренінгів, їх види;
- основні принципи СПТ та норми групової роботи;
- правила підготовки, організації та проведення соціально-психологічного тренінгу;
- психологічні особливості тренінгової групи; основні етапи розвитку тренінгової групи; динаміку впливу СПТ на особистість та групу;
- загальні вимоги до особистості ведучого тренінгової групи;
- свої можливості та обмеження у взаємодії з іншими людьми;
- загальні тренінгові методи та процедурно-організаційні аспекти групового тренінгу;
- технологію та техніки соціально-психологічного тренінгу;
- основні області застосування соціально-психологічного тренінгу; можливості застосування СПТ в роботі психолога в НГУ.

уміти:

- оперувати спеціальною термінологією та категоріальним апаратом соціально-психологічного тренінгу;
- здійснювати розігрів групи; організовувати простір спілкування;
- ідентифікувати емоційний стан партнера по експресивним характеристикам поведінки; встановлювати емоційний контакт з партнером по спілкуванню;
- скласти та оформити програму групового тренінгового заняття; аналізувати тренінгове заняття;
- застосовувати прийоми реалізації зворотного зв'язку, аналізувати процес міжособистісної взаємодії;
- управляти груповим процесом;
- оволодіти методикою проведення окремих вправ тренінгу;
- добирати та правильно використовувати тренінговий інструментарій;
- опрацьовувати результати власних досліджень, вміти інтерпретувати їх;
- використовувати прийоми тренінгової роботи в психологічній практиці;
- здійснювати рефлексивний аналіз власної діяльності у ролі ведучого тренінгової групи.

3. Зміст навчальної дисципліни (анотація навчальної дисципліни).

Навчальна дисципліна “Соціально-психологічний тренінг” входить в перелік обов’язкових дисциплін циклу загальної підготовки і є складовою частиною програми підготовки фахівців у сфері військової психології. В цій навчальній дисципліні розглядаються основні поняття й аспекти групової

роботи та соціальної перцепції: види, основні складові тренінгу; особливості організації та проведення соціально-психологічного тренінгу (завдання, принципи побудови та проведення); актуальні проблеми соціально-психологічного тренінгу: групова динаміка; розвиток фасилітативних умінь та емпатії, навичок спілкування, керування власними емоційними станами, самопізнання, само прийняття, особливості навчання дорослих тощо. В ході вивчення навчальної дисципліни передбачається оволодіння курсантами-психологами теоретичними та практичними основами проведення тренінгів з використанням різноманітних психологічних технік; підвищення рівня їх професійної компетентності в даному напрямку.

ТЕМАТИКА ТА ПЛАН ЛЕКЦІЙНИХ, СЕМІНАРСЬКИХ ЗАНЯТЬ

Змістовий модуль №1. Теорія та методологія СПТ.

Заняття 1. Історія становлення активних групових методів навчання, розвитку та корекції. Основні концепції тренінгу (лекція – 2 години).

Коротка історія становлення активних групових методів психотерапії та практичної психології. Групова психотерапія та гіпноз. Соціально-психологічні аспекти групових методів. Групові методи в психоаналізу та інших західних психологічних школах. Деякі класичні різновиди СПТ: виникнення перших тренінгових груп (Т-групи) в процесі дослідження групової динаміки (К. Левін): цілі, основні положення, принципи організації, групи зустрічей (К.Роджерс); основні процедури роботи Т-груп, груп зустрічей. Гештальт-групи, психодрама Я.Морено, трансактний аналіз в групі. Виникнення груп соціально - психологічного тренінгу умінь (М.Форверг): цілі, основні положення, принципи організації, значення робіт М. Форверга для створення теорії тренінгу, як варіанту групової форми психологічної роботи. Концепція СПТ у вітчизняній психології: поняття про перцептивно-орієнтований тренінг (Петровська Л.А.), учбово-тренувальні групи, активні групові методи (Ємельянов Ю.Н.). Схожість та відмінності групової терапії і корекції, навчання та групового соціально-психологічного тренінгу. Сучасні групові методи.

Заняття 2. Специфічні риси соціально-психологічного тренінгу (групове заняття – 2 години).

Поняття соціально-психологічного тренінгу (СПТ) як сукупності методів практичної психології. Основні концептуальні підходи до організації соціально-психологічного тренінгу на сучасному етапі розвитку психологічної науки. Основні цілі і задачі групових форм роботи; основні принципи та правила роботи тренінгових груп. Основні чинники, що обумовлюють ефективність групового тренінгу: отримання і надання підтримки, саморозкриття, зворотний зв'язок. Класифікація та основні види тренінгових груп. Види та напрями соціально-психологічного тренінгу. Переваги і недоліки групового методу психологічної роботи, галузі застосування.

Заняття 3. Розігріваючі ігри та психотехніки (практичне заняття – 4 години).

Психогімнастика. Теоретична частина: атрибути та значення ігор в соціально-психологічному тренінгу. Класифікація ігор. Етапи роботи з іграми. Мотивуюча сила ігор. Переваги та обмеження ігор. Ігри на знайомство на тренінгу (вони ж криголами) – обов'язковий етап тренінгу. Основна задача знайомства. Хороші вправи на знайомство – основа успішного початку тренінгу, ціль вправ на знайомство. Параметри вибору конкретної гри чи вправи для початку тренінгу. Вправи по відпрацюванню вправ, спрямованих на знайомство тренера з групою та знайомство учасників один з одним.

Психогімнастика. Теоретична частина. Значення етапу розігріву на початку тренінгового заняття, під час проведення тренінгового заняття та його динаміки. Роль ігор, які пропонуються тренером на початку заняття, як «містка» до теми заняття і тих проблем, на які хоче звернути увагу тренер. Основне завдання тренера щодо рухавок. Вправи по відпрацюванню вмінь спрямованих на розігрів групи. Завершальна рефлексія.

Заняття 4. Тренінговий процес як процес розвитку групи (групова динаміка) (групове заняття – 2 години).

К.Левін і його внесок в створення теоретичних основ групової роботи. Поняття групової динаміки. Вчення про групову динаміку К.Левіна. Цілі групи. Групові норми в СПТ. Групова згуртованість і її роль в процесі тренінгової роботи. Основні чинники групової згуртованості в групі СПТ. Достоїнства і недоліки згуртованої групи в умовах тренінгу. Стадії розвитку групи (Большаков, Кратохвиль, Ухтомський). Фактори впливу на групову динаміку. Поняття ролі в груповому процесі. Ролеві позиції в групі тренінгу. Соціальна і ігрова роль. Розширення ролевого репертуару як одне із завдань СПТ. Значення групових ролей для формування структури групи. Класифікація групових ролей (Шиндлер, Рудестам). Структура групи. Основні етапи розвитку групової структури.

Заняття 5. Особливості групової динаміки в процесі тренінгової роботи (практичне заняття – 4 години).

Психогімнастика. Теоретична частина: комплектування групи. Фактор попереднього знайомства. Поняття самопрезентації. Інструменти самопрезентації. Стратегії й тактики самопрезентації. Труднощі, які можуть виникнути під час проведення самопрезентації, способи додання цих труднощів. Проведення вправ для відпрацювання навичок самопрезентації. Зворотний зв'язок. Відпрацювання вправ спрямованих на підвищення згуртованості групи. Завершальна рефлексія.

Заняття 6. Тренінг як метод роботи з групою. Групова динаміка (семінар – 2 години).

Поняття соціально-психологічного тренінгу, його основні цілі та принципи. Типи і види СПТ у сучасній психології, їх характеристика. Зміст поняття групова динаміка. Етапи розвитку групи. Групові норми та рольові позиції у тренінговій групі.

Змістовий модуль №2. Організаційно-методичні основи СПТ.

Заняття 1. Основні етапи соціально-психологічного тренінгу (лекція – 2 години).

Структурна схема організації СПТ М. Форверга. Початковий етап СПТ. *Фаза розминки соціально-психологічного тренінгу*: мета, завдання цієї фази. Основні елементи фази: знайомство; повідомлення про стан самопочуття; повідомлення про очікування; збір проблем; впровадження групових норм. Закінчення фази розминки. *Фаза активізації соціально-психологічного тренінгу*: мета та завдання фази. Основні характеристики фази активізації. Основні прийоми активізації та критерії успішної активізації. *Фаза лабілізації соціально-психологічного тренінгу*: мета та завдання цієї фази; етапи фази лабілізації та її механізми. Ознаки проходження фази лабілізації.

Центральний етап СПТ. *Фаза введення орієнтовних основ (ФВОО)*: мета, завдання цієї фази. Характеристики ФВОО. Типи орієнтовних основ (вправ у тренінгу). *Фаза оволодіння прийомами поведінки (ФОПП)*: мета, завдання цієї фази. Основні методичні прийоми цієї фази. Типи вправ, що використовуються на цій фазі: сухі напівсухі, мокрі.

Завершуючий етап СПТ. *Фаза закінчення*: рефлексія усіх подій у групі, заповнення анкети зворотного зв'язку.

Заняття 2. Навички ефективного спілкування. Активне слухання (практичне заняття – 4 години).

Психогімнастика. Теоретична частина: слухання як компонент міжособистісного спілкування, поняття «активне слухання». Види та прийоми активного слухання. Правильне і неправильне слухання. Техніки та прийоми активного слухання. Роль емпатії в процесі активного слухання. Вправи в парах по відпрацюванню вмінь спрямованих на розвиток активного слухання.

Психологічна розминка. Теоретична частина: що заважає при спілкуванні? Робота в парах відпрацювання прийомів встановлення міжособистісних контактів в тренінговому колі та зменшення міжособистісної напруги. Завершальна рефлексія.

Заняття 3. Ефективні технології подачі зворотного зв'язку в тренінгу (практичне заняття – 4 години).

Психологічна розминка. Теоретична частина: роль зворотного зв'язку в спілкуванні, феномен зворотного зв'язку та його значення в груповій роботі; використання механізму зворотного зв'язку в процесі СПТ. Основні характеристики та правила зворотного зв'язку. Навички зворотного зв'язку. Види зворотного зв'язку. Міжособистісний зворотний зв'язок і його різновиди. Конструктивний і деструктивний зворотний зв'язок. Модель співвідношення саморозкриття і зворотного зв'язку. Вимоги до зворотного зв'язку на СПТ. Відпрацювання ігор та вправ, орієнтованих на отримання зворотного зв'язку.

Завершальна рефлексія.

Заняття 4. Основні методи проведення тренінгу (групове заняття – 2 години).

Поняття методу в СПТ. Класифікація методів, що використовуються при проведенні СПТ. Базові та допоміжні методи соціально-психологічного тренінгу. Групова дискусія як базова процедура в СПТ, її види: біографічні, тематичні, інтерактивні дискусії: зміст, сфера застосування і відмітні ознаки, прийоми керування ходом дискусії).

Феномен гри в соціально-психологічного тренінгу. Особливості ігрової діяльності. Операційні і міжособистісна ігри. Різновиди ігрового методу. Імітаційне моделювання поведінки - як першоеlement рольових ігор, застосовуваних у руслі різних теоретичних орієнтацій. в психоаналітичних школах А. Адлера і К. -Г. Юнга, в психодинамічному підході, в концепції особистісно-орієнтованої психотерапії К. Роджерса, гештальттерапії, в поведінкової терапії. Стадії підготовки та проведення рольових ігор, типічні помилки при використанні ігрових методів.

Психодрама, її ключові поняття (спонтанність, ситуація, катарсис, інсайт) і елементи (сцена, протагоніст, ведучий, допоміжне «Я», публіка). Методи, засновані на невербальній активності: психомалюнок, психогімнастика (її місце, роль і функції в процесі СПТ), методи тілесної і танцювальної терапії. Методи зворотного зв'язку в тренінгу. Місце психодіагностичних методів у тренінговому процесі. Експериментальні та презентаційні методи в СПТ. Мета та доцільність використання тренінгових методів. Основні принципи реалізації тренінгових методів. Принцип подієвості. Принцип метафоризації. Специфіка використання в системі тренінгових методів символів, образів і метафор. Принцип транспективи. Подія як одиниця виміру тренінгової реальності. Організація подієвого ряду як основна технологія реалізації принципу подієвості. Типологія подій за критерієм часу. Класифікація подій, що відбуваються в просторі. Методи роботи з подіями минулого. Метод регресії. Метод обміну досвідом. Метод імітації. Методи роботи з подіями, що відбуваються на тренінгу. Метод концентрації присутності - основні прийоми. Метод групової рефлексії: основні форми реалізації. Метод побудови диспозицій. Тренінгові методи роботи з подіями що конструюються. Метод символічного самовираження - основні способи реалізації. Метод групового рішення проблем - основні способи реалізації. Метод операціоналізації - основні форми.

Заняття 5. Вербальні та невербальні засоби спілкування (практичне заняття – 4 години).

Психологічна розминка (психогімнастичні вправи, спрямовані на актуалізацію уваги членів групи). Теоретична частина: структура акту спілкування. Теоретичні схеми невербального спілкування. Техніка вербального і невербального спілкування психолога з групою в СПТ.

Вправи на відпрацювання учасниками умінь по використанню і розумінню невербальних засобів спілкування. Психологічна розминка по актуалізації сенситивності, чутливості до стану партнера по спілкуванню.

Групове обговорення способів невербальної взаємодії. Вправи на виявлення прихованого мотиву по невербальним каналам при проблемному спілкуванні. Завершальна рефлексія.

Заняття 6. Основні тренінгові методи та специфіка їх застосування (семінар – 2 години).

1. Характеристика дискусійних методів, особливості проведення дискусії.
2. Особливості застосування ігрових методів. Рольова гра.
3. Презентаційні методи: особливості застосування.
4. Експериментальні методи: структура, положення щодо проведення .
5. Психотехнічні методи: особливості застосування.
6. Методи зворотного зв'язку і психодіагностики.

Змістовий модуль 3. Роль психолога-тренера в організації соціально-психологічного тренінгу

Заняття 1. Керівництво тренінговою групою (лекція – 2 години).

Керівник (ведучий) тренінгової групи. Основні вимоги до особистості та підготовки тренера. Індивідуально-психологічні якості тренера. Особистісні якості тренера. Поняття тренерської манери. Основні функції тренера. Основні ролі ведучого СПТ та їх характеристики. Роль тренера в групах різних напрямів. Стили керування групою. Найбільш поширені помилки ведучого групи СПТ. Підготовка тренерів. Етичні проблеми в контексті групового тренінгу. Види тренерської компетентності (технічна, контекстуальна, адаптивна, концептуальна, інтегративна компетентність, міжособистісна комунікативна компетентність). Робота з ко-тренером. Переваги роботи тренерів у команді. Можливі варіанти роботи двох тренерів із групою та їх характеристика. Правила «синхронізації» й узгодженості роботи двох тренерів. Ролі тренерів по відношенню один до одного і групи. Роботи. Тренерські помилки при роботі тренерів у парі. Можливі шляхи усунення тренерських помилок при роботі в парі.

Заняття 2. Підготовка ведучих тренінгової групи (практичне заняття – 4 години).

Психологічна розминка. Теоретична частина: мозковий штурм «Тренер – ключова фігура соціально-психологічного тренінгу». Групова дискусія: особистісні якості та навички тренера СПТ; вимоги до особистості ведучого; базові знання та уміння тренера для проведення соціально-психологічного тренінгу. Виконання вправ, спрямованих на розвиток навичок комунікативної компетенції тренера. Завершальна рефлексія.

Заняття 3. Рольовий репертуар ведучого тренінгової групи (практичне заняття – 4 години).

Психологічна розминка. Теоретична частина: під час проведення групової дискусії розкрити зміст основних ролей, які може грати ведучий групи, згідно підходу І.Ялома, С. Кратохвіла. Визначити, що означає поняття «ефективний тренер». Кросворд «Тренерська майстерність». Описати ситуації які здаються

найбільш складними в роботі тренера і особистісні якості, які можуть допомогти впоратися з ними. У відповідності зі списком особистісних якостей, необхідних для ведучого групи, провести аналіз власних якості (які вже сформовані, які - вимагають розвитку). Виконання вправ, спрямованих на взаємодію ведучого та учасників тренінгової групи.

Заняття 4. Ведучий тренінгової групи (семінар – 2 години).

1. Вимоги до компетентностей тренера, завдання та функції тренера СПТ.
2. Основні ролі ведучого групи.
3. Стилi керівництва групою.
4. Характеристика особистості тренера.
5. Робота тренерів у парі (ко-тренери).

Заняття 5. Організаційні питання соціально-психологічного тренінгу (групове заняття – 2 години).

Організаційні основи соціально-психологічного тренінгу, поняття програми соціально-психологічного тренінгу. Підготовка приміщення. Організація навчального простору та матеріально-технічне забезпечення СПТ. Принципи та критерії формування тренінгової групи: тривалість групової психологічної роботи; кількість зустрічей; періодичність; склад тренінгових груп: якісний і кількісний аспекти; поняття про гетерогенність і гомогенність групи тренінгу. Вимоги до учасників: важливість процедури відбору до участі в групі.

Заняття 6. Проблеми планування та розробки тренінгової програми (лекція – 2 години).

Проблема планування тренінгу та складання тренінгової програми. Логіка будівництва тренінгових програм: мета та завдання тренінгу; зміст тренінгу; план тренінгу; підготовка тренінгу: вибір теми, проектування, визначення змісту занять; загальний алгоритм тренінгового дня; принципи чергування вправ; карта тренінгу. Покрокове складання програми СПТ: вступна, основна та завершальна частини тренінгу; компоненти тренінгу; знайомство; нормування; формування групи; вирішення завдань; підведення підсумків. Кінець тренінгового дня і особливості його проведення. Кінець СПТ і його оформлення. Зв'язок етапів тренінгу з етапами розвитку тренінгової групи. Оформлення програми психологічного тренінгу. Поняття про сценарії СПТ. Співвідношення сценарію і програми СПТ.

Заняття 7. Проведення тренінгу курсантами за самостійно розробленими програмами (практичне заняття – 6 годин).

Методична вказівка: Всі учасники тренінгової групи готують сценарій тренінгового заняття. Для самостійного ведення тренінгу викладач виділяє декількох курсантів на групи, кожна з них самостійно (під контролем викладача) проводить ігрову дію і дискусію за результатами групової гри. Час самостійної роботи - не менш 4 годин.

Орієнтовні теми для самостійної розробки сценаріїв тренінгового заняття:

1. Арт-терапія як спосіб зняття психічної напруги.
2. Формування стресостійкості особистості.
3. Командоутворення.
4. Психологічний тренінг як метод вирішення конфліктів.

Заняття 8. Індивідуальне консультування за підсумками тренінгу. Організація процесу рефлексії індивідуальних досягнень учасників в процесі СПТ (практичне заняття – 4 години).

Групове «розігрівання». Контрольна вправа на застосування засвоєних в тренінгу прийомів: групова дискусія на запропоновану тренером тему. Обговорення результатів роботи групи. Вправа на отримання кожним зворотного зв'язку від всіх членів групи. Психорегуляція. Підведення підсумків тренінгів (підсумкове анкетування). Обговорення результатів тренінгів в групі.

Заняття 9. Ефективна тренінгова програма: правила та особливості складання (семінар – 2 години).

1. Основні стратегії підготовки до тренінгу. Визначення мети тренінгу та створення програми відповідно до цієї мети.
2. Процедура складання програми соціально-психологічного тренінгу. Принципи вибору технік для різних тренінгових програм.
3. «Дев'ятикрокова модель» підготовки до тренінгу.
4. Вимоги стосовно до організаційної сторони проведення психологічних тренінгів.

Змістовий модуль 4. Тренінг як ефективний спосіб навчання та розвитку особистості.

Заняття 1. Соціальна перцепція в тренінгу (практичне заняття – 6 годин).

Психогімнастика. Теоретична частина: феномен соціальної перцепції та його значення в груповій роботі; стереотипи в соціальній перцепції, можливості управління сприйняттям партнера по спілкуванню. Групова гра на виявлення стереотипів мислення. Обговорення результатів. Вправи на актуалізацію адекватного сприйняття партнерів по спілкуванню.

Вправа на «розігрівання» групи. Теоретична частина: Ситуаційно-рольові детермінанти поведінки. Вправи на вдосконалення вмінь виокремлювати рольову заданість. Відпрацювання ігор та психотехнік, спрямованих на розвиток навиків соціальної перцепції в групі. Завершальна рефлексія.

Заняття 2. Комунікативні ігри в тренінгу (практичне заняття – 6 годин).

Психогімнастика. Теоретична частина: комунікація як психологічний феномен; що впливає на успішність комунікації – групова дискусія; комунікативні техніки; психологічний контакт; основні умови конструктивного спілкування.

Відпрацювання ігор та психотехнік, спрямованих на розвиток комунікативних вмінь. Завершальна рефлексія.

Заняття 3. Психотехніки, спрямовані на допомогу в вирішенні проблем (практичне заняття – 6 годин).

Психогімнастика. Теоретична частина: розуміння метафори як методу соціальної перцепції, інтерпретація та пояснення метафори; метафора та суб'єктність; механізми, що лежать в основі «роботи» метафори; особливості метафори як інструмента психолога.

Казкотерапія як окремий напрямок психокорекційної практики. Мета, завдання, функції казкотерапія. Провідні принципи казкотерапія. Основні прийоми роботи з казкою. Відпрацювання ігор та психотехнік, спрямованих на допомогу у вирішенні проблем. Завершальна рефлексія.

Змістовий модуль 5. Тренінгові ігри, вправи, психотехніки

Заняття 1. Практичне заняття з елементами тренінгу: «Когнітивно-орієнтований тренінг толерантності» - 6 годин.

Заняття 2. Практичне заняття з елементами тренінгу «Формування особистості» - 6 годин.

4. Календарно-тематичний план вивчення дисципліни.

Орієнтовна дата	Назва модулів і тем	Форми організації навчання, вид навчальних занять кількість годин					Завдання для самостійної роботи
		денна					
		Лекції	Групові	Практичні	Семінарські	Самостійна робота	
Змістовний модуль 1. Теорія та методологія СПТ.							
	Тема 1.1. Історія становлення активних групових методів навчання, розвитку та корекції. Основні концепції тренінгу.	2				2	1. Робота з навчальною літературою (проробка підручників, навчальних посібників). 2. Робота з конспектами (проробка конспекту лекції).
	Тема 1.2. Специфічні риси соціально-психологічного тренінгу		2			2	1. Робота з навчальною літературою (проробка підручників, навчальних посібників).

							<p>2. Робота з конспектами (проробка конспекту заняття).</p> <p>3. Проаналізувати специфіку соціально-психологічного тренінгу та його різновидів, зробити підбір тренінгових вправ на формулювання цілі тренінгу та групових норм.</p> <p>4. Підготовка до практичних робіт (зробити підбір тренінгових вправ на знайомство та розігрів групи).</p>
	Тема 1.3. Розігрівуючі ігри та психотехніки.			4		2	<p>1. Робота з навчальною літературою (проробка підручників, навчальних посібників).</p> <p>2. Підготовка до практичних робіт (зробити підбір</p>

							тренінгових вправ на виявлення групових ролей та групової згуртованості).
	Тема 1.4. Тренінговий процес як процес розвитку групи (групова динаміка).		2			2	<p>1. Робота з навчальною літературою (проробка підручників, навчальних посібників).</p> <p>2. Робота з конспектами (проробка конспекту заняття).</p> <p>3. Зробити зрівняльний аналіз елементів групової динаміки в соціально-психологічному тренінгу, представлених в різноманітних наукових джерелах.</p> <p>4. Підготовка до практичних робіт (зробити підбір тренінгових вправ</p>

							для відпрацювання навичок самопрезентації; спрямованих на підвищення згуртованості групи).).
	Тема 1.5. Особливості групової динаміки в процесі тренінгової роботи.			4		4	1. Робота з навчальною літературою (проробка підручників, навчальних посібників). 2. Робота з конспектами (проробка конспекту заняття). 3. Підготовка до семінарського заняття та контрольних заходів (тестування).
	Тема 1.6. Тренінг як метод роботи з групою. Групова динаміка.				2		-
	Змістовний модуль 2. Організаційно-методичні основи СПТ.						
	Тема 2.1. Основні етапи соціально-психологічного тренінгу.	2				2	1. Робота з навчальною літературою

							<p>(проробка підручників, навчальних посібників).</p> <p>2. Робота з конспектами (проробка конспекту лекції).</p> <p>3. Підготовка до практичних робіт (зробити підбір тренінгових вправ спрямованих на розвиток активного слухання; встановлення міжособистісних контактів в тренінговому колі та зменшення міжособистісної напруги (за І.В.Вачковим) та формування комунікативної компетентності).</p>
	Тема 2.2. Навички ефективного спілкування. Активне слухання.			4		4	<p>1. Робота з навчальною літературою (проробка</p>

							підручників, навчальних посібників). 2. Підготовка до практичних робіт (зробити підбір тренінгових вправ, орієнтованих на отримання зворотного зв'язку).
	Тема 2.3. Ефективні технології подачі зворотного зв'язку в тренінгу.			4		4	1. Робота з навчальною літературою (проробка підручників, навчальних посібників). 2. Підготовка до практичних робіт (зробити підбір тренінгових вправ, спрямованих на відпрацювання навичок вербального та невербального спілкування).
	Тема 2.4. Основні методи проведення тренінгу.		2			2	1. Робота з навчальною літературою (проробка підручників,

							навчальних посібників). 2. Робота з конспектами (проробка конспекту заняття).	3
	Тема 2.5. Вербальні та невербальні засоби спілкування.			4		4	1. Робота навчальною літературою (проробка підручників, навчальних посібників). 2. Підготовка до семінарського заняття та контрольних заходів (тестування).	3
	Тема 2.6. Основні тренінгові методи та специфіка їх застосування.				2	-		
	Змістовий модуль 3. Роль психолога-тренера в організації соціально-психологічного тренінгу.							
	Тема 3.1. Керівництво тренінговою групою.	2				2	1. Робота навчальною літературою (проробка підручників, навчальних посібників).	3

							2. Робота з конспектами (проробка конспекту лекції). 3. Підготовка до практичних робіт (зробити підбір тренінгових вправ, спрямованих на розвиток комунікативної компетенції тренера).
	Тема 3.2. Підготовка ведучих тренінгової групи.			4		4	1. Робота з навчальною літературою (проробка підручників, навчальних посібників). 2. Підготовка до практичних робіт (зробити підбір тренінгових вправ, спрямованих на взаємодію ведучого і учасників тренінгової групи).
	Тема 3.3. Рольовий репертуар ведучого			4		2	1. Робота з навчальною

	тренінгової групи .						літературою (проробка підручників, навчальних посібників). 2. Підготовка до семінарського заняття та контрольних заходів (тестування).
	Тема 3.4. Ведучий тренінгової групи.				2	-	
	Тема 3.5. Організаційні питання соціально-психологічного тренінгу.		2			4	1. Робота з навчальною літературою (проробка підручників, навчальних посібників). 2. Робота з конспектами (проробка конспекту заняття).
	Тема 3.6. Проблеми планування та розробки тренінгової програми.	2				8	1. Робота з навчальною літературою (проробка підручників, навчальних посібників). 2. Робота з

							конспектами (проробка конспекту лекції). 3. Підготовка до практичних робіт (скласти програму соціально-психологічного тренінгу (вид тренінга та цільова аудиторія на вибір курсантів).
	Тема 3.7. Проведення тренінгу курсантами за самостійно розробленими програмами.			6		6	
	Тема 3.8. Індивідуальне консультування за підсумками тренінгу. Організація процесу рефлексії індивідуальних досягнень учасників в процесі СПТ.			4		-	1. Робота з навчальною літературою (проробка підручників, навчальних посібників). 2. Підготовка до семінарського заняття та контрольних заходів (тестування).
	Тема 3.9. Ефективна тренінгова програма: правила та особливості складання.				2	-	

Змістовий модуль 4. Тренінг як ефективний спосіб навчання та розвитку особистості.							
	Тема 4.1. Соціальна перцепція в тренінгу.			6		2	<p>1. Робота з навчальною літературою (проробка підручників, навчальних посібників).</p> <p>2. Підготовка до практичних робіт (підібрати декілька вправ (в кількості 3-5), спрямованих на розвиток навичок соціальної перцепції в тренінговій групі).</p>
	Тема 4.2. Комунікативні ігри в тренінгу.			6		2	<p>1. Робота з навчальною літературою (проробка підручників, навчальних посібників).</p> <p>2. Підготовка до практичних робіт (міні-тренінг комунікативних</p>

							вмінь).
	Тема 4.3. Психотехніки, спрямовані на допомогу в вирішенні проблем.			6		4	1. Робота з навчальною літературою (проробка підручників, навчальних посібників). 2. Підготовка до практичних робіт (придумати казку, спрямовану на вирішення проблем).
	Змістовий модуль 5. Тренінгові ігри, вправи, психотехніки.						
	Тема 5.1. Практичне заняття з елементами тренінгу: «Когнітивно-орієнтований тренінг толерантності».			6		-	1. Робота з навчальною літературою (проробка підручників, навчальних посібників). 2. Проаналізувати специфіку тренінгу поведінки, проаналізувати ситуації по схемі АВС.
	Тема 5.2. Практичне заняття з елементами			6		-	1. Робота з

	тренінгу «Ф особистості».	кості						навчальною літературою (проробка підручників, навчальних посібників). 2.Проаналізувати специфіку антистресового тренінгу, засвоїти вправи формування стресостійкості особистості.
	Форма підсумкового контролю – залік з оцінкою.				2			
Модульний контроль								

5. Самостійна робота.

Перелік тем, які здобувач повинен вивчити самостійно (з рекомендованою літературою).

Тема 1.1. Історія становлення активних групових методів навчання, розвитку та корекції. Основні концепції тренінгу.

Проаналізувати історичні передумови для становлення та розвитку групових форм роботи з людьми, розрити етапи розвитку і практики групової роботи, розглянути сучасний стан тренінгової роботи в Україні, групові методи професійно-психологічної підготовки в правоохоронних органах. Визначити поняття соціально-психологічного тренінгу (СПТ), активізувавши увагу на існування різних визначень СПТ. Розглянути основні концептуальні напрямки у психологічному тренінгу. Поведінковий підхід. Гештальт-групи. Т-групи. Групи зустрічей. Психоаналітичний підхід. Трансактний аналіз. Психодрамний підхід. Тілесно-орієнтована терапія. Визначити значення работ М. Форверга для створення теорії тренінгу як варіанту групової психологічної роботи. Опрацювати літературу із додаткового списку до даного курсу. Скласти словник основних тематичних термінів, розкриваючи їх зміст.

Форма подання: у письмовому вигляді в робочому конспекті. Критерії оцінювання: змістовність, логічність, структурованість, кількість, обґрунтованість виділених термінів.

Література:

Базова – 1, 3.

Допоміжна – 2, 5, 7.

Тема 1.2. Специфічні риси соціально-психологічного тренінгу.

Уявити сутність поняття соціально-психологічний тренінг (СПТ), виділити типи СПТ, засвоїти та осмислити основні цілі та завдання СПТ, принципи СПТ; проаналізувати основні концепції СПТ у зарубіжній та вітчизняній психології; розглянути деякі класичні різновиди СПТ Т-групи (К.Левін), групи зустрічей (К.Роджерс), гештальт-групи, психодрама Я.Морено, трансактний аналіз в групі, тренінг умінь (М.Форверг). Зробити аналіз переваг та недоліків групового методу роботи, області застосування СПТ в правоохоронній діяльності. Визначити місце СПТ серед мета-методів практичної психології. Опрацювати літературу із додаткового списку до даного курсу. Скласти словник основних тематичних термінів, розкриваючи їх зміст.

Форма подання: у письмовому вигляді в робочому конспекті. Критерії оцінювання: змістовність, логічність, структурованість, кількість, обґрунтованість виділених термінів.

Література:

Базова - 1, 3.

Допоміжна - 2, 5, 7, 9.

Тема 1.3. Розігрівальні ігри та психотехніки.

Уявити атрибути та значення ігор в соціально-психологічному тренінгу, переваги та обмеження ігор; визначити їх мотивуючу силу; проаналізувати, що впливає на успішність комунікації. Визначити значення етапу розігріву на початку тренінгового заняття, під час проведення тренінгового заняття та його динаміки. Розглянути основні різновиди розминок: мотиваційні, ресурсні, емоційні, «криголами» та ін.. Проаналізувати основне завдання тренера щодо рухавок. Підібрати декілька вправ (в кількості 3-5), спрямованих на розігрів групи. Визначити основну задачу знайомства в тренінговому процесі, ціль вправ, спрямованих на знайомство. Засвоїти параметри вибору конкретної гри чи вправи для початку тренінгу. Підібрати декілька вправ (в кількості 3-5), спрямованих на знайомство тренера з групою та знайомство учасників один з одним.

Форма подання: у письмовому вигляді в робочому конспекті.

Література:

Базова – 1, 3.

Допоміжна – 2, 3, 7, 8, 9.

Тема 1.4. Тренінговий процес як процес розвитку групи (групова динаміка).

і практики. Проаналізувати закономірності групової динаміки, описані К. Левіном, визначити його внесок у створення теоретичних основ групової роботи. Визначити сутність поняття «групова динаміка», її основні елементи. Усвідомити та проаналізувати основні стадії розвитку тренінгової групи та співвідношення стадій розвитку групи з фазами тренінгу; з'ясувати особливості використання соціодинамічних закономірностей в формуванні групового процесу в СПТ. Проаналізувати результати досліджень психологічних феноменів СПТ: динаміка самооцінки і соціометричного статусу людини в процесі СПТ; розглянути основні стратегії поведінки тренера в групі СПТ. Опрацювати літературу із додаткового списку до даного курсу. Скласти словник основних тематичних термінів, розкриваючи їх зміст.

Форма подання: у письмовому вигляді в робочому конспекті. Критерії оцінювання: змістовність, логічність, структурованість, кількість, обґрунтованість виділених термінів.

Література:

Базова – 1, 3.

Допоміжна – 2, 5, 7, 9.

Тема 1.5. Особливості групової динаміки в процесі тренінгової роботи.

Спостерігати за динамікою розвитку тренінгової групи. Описати кожен фазу на прикладі групи, в якій приймає участь.

Визначити значення самопрезентації на початку тренінгового заняття, основне завдання тренера щодо самопрезентації. Уявити, що жодна соціальна взаємодія не обходиться без презентації себе, своїх особистісних та професійних якостей. Розглянути основні різновиди знайомства тренера з групою, учасників між собою. Проаналізувати інструменти самопрезентації, стратегії та тактики самопрезентаційного процесу. Підібрати декілька вправ (в кількості 3-5), спрямованих на відпрацювання навичок самопрезентації.

Проаналізувати сутність поняття «групова згуртованість». Визначити чинники, які сприяють груповій згуртованості, а які є причиною її зниження. Уявити, що структура групи є одним із найбільш важливих елементів групової динаміки. Розглянути поняття ролі в груповому процесі, їх значення для формування структури групи. Проаналізувати ролеві позиції в групі тренінгу, визначити сутність і значення соціальної і ігрової ролі в тренінгу. Уявити, що одним із завдань СПТ є розширення ролевого репертуару. Підібрати декілька вправ (в кількості 3-5), спрямованих на підвищення згуртованості групи.

Форма подання: у письмовому вигляді в робочому конспекті.

Література:

Базова – 1, 3.

Допоміжна – 2, 6, 9.

Тема 2.1. Основні етапи соціально-психологічного тренінгу.

Визначити структуру тренінгового процесу, уявити

омитись з методикою проведення кожної фази процесу СПТ, визначити характерні особливості кожної з них.

Опрацювати літературу із додаткового списку до даного курсу. Скласти словник основних тематичних термінів, розкриваючи їх зміст.

Форма подання: у письмовому вигляді в робочому конспекті. Критерії оцінювання: змістовність, логічність, структурованість, кількість, обґрунтованість виділених термінів.

Література:

Базова – 1, 2, 3.

Допоміжна – 2, 5, 7, 9.

Тема 2.2. Навички ефективного спілкування. Активне слухання.

Засвоїти сутність поняття «комунікативна компетентність», проаналізувати її види та джерела, можливості формування в СПТ. Проаналізувати типи слухачів; основні ознаки правильного та неправильного слухання; усвідомити основні правила активного слухання. Визначити від чого залежить ефективність

взаємодії з партнером по спілкуванню. Засвоїти техніки активного слухання. Підібрати декілька вправ (в кількості 3-5), спрямованих на розвиток активного слухання, формування комунікативної компетентності, навичок вступу в контакт з використанням комунікативних сигналів: вербальних, невербальних, паралінгвістичних. Проаналізувати прийоми встановлення міжособистісних контактів в тренінговому колі та зменшення міжособистісної напруги (за І.В.Вачковим). Підібрати декілька вправ (в кількості 3-5), спрямованих на розвиток та зменшення міжособистісної напруги в тренінговій групі

Форма подання: у письмовому вигляді в робочому конспекті.

Література:

Базова - 1

Допоміжна – 2, 3, 9.

Тема 2.3. Ефективні технології подачі зворотного зв'язку в тренінгу.

Розглянути та проаналізувати роль зворотного зв'язку в спілкуванні, використання механізму зворотного зв'язку в процесі СПТ. Розглянути ефективні та неефективні способи подання зворотного зв'язку в спілкуванні. Засвоїти основи ефективного прийому та передачі зворотного зв'язку. Визначити та проаналізувати види зворотного зв'язку. Засвоїти вимоги до зворотного зв'язку на СПТ. Опанувати правилами подачі ефективного зворотного зв'язку: вміти підвести підсумки тренінгу, згадати його вузлові моменти, визначивши удачі та недоліки на всіх рівнях роботи групи; намітити шляхи поліпшення особистої, групової роботи, підтримати позитивні зміни, визначити задачі на майбутнє. Підібрати декілька вправ (в кількості 3-5), орієнтованих на отримання зворотного зв'язку.

Форма подання: у письмовому вигляді в робочому конспекті.

Література:

Базова – 1, 2.

Допоміжна – 2, 3, 4, 8, 9.

Тема 2.4. Основні методи проведення тренінгу.

Проаналізувати основні методи, що використовуються в СПТ; визначити базові та допоміжні методи СПТ, засвоїти такі поняття як: «метод СПТ», «гра в СПТ», «психогімнастика», «проективний малюнок», «самопостереження», «рефлексія»; усвідомити особливості основних діагностичних процедур СПТ. Визначити основні принципи на яких базуються та якими регулюються тренінгові методи.

Опрацювати літературу із додаткового списку до даного курсу. Скласти словник основних тематичних термінів, розкриваючи їх зміст.

Література:

Базова – 1, 2, 3.

Допоміжна - 2, 5, 7, 9.

Тема 2.5. Вербальні та невербальні засоби спілкування.

Засвоїти сутність поняття «вербальна та невербальна комунікація». Ознайомитись з формами та методами інтерактивної взаємодії, застосування на практиці продуктивних технік по спілкуванню. З'ясувати особливості невербального спілкування та техніки їх читання та трактування; усвідомити поняття «сенситивність», «емпатія»; проаналізувати основні канали передачі інформації невербальним шляхом. Підібрати декілька вправ (в кількості 3-5), орієнтованих на формування навичок вступу в контакт з використанням комунікативних сигналів: вербальних, невербальних; навичок компетентного спілкування.

Форма подання: у письмовому вигляді в робочому конспекті.

Література:

Базова – 1, 2, 3.

Допоміжна – 2, 4, 6, 8, 9.

Тема 3.1. Керівництво тренінговою групою.

З'ясувати сутність вимог до особистості тренера та системи його підготовки; з'ясувати сутність понять «стратегія ведення», «тренерська манера»; розглянути основні функції тренера та головні ролі ведучого СПТ, надати їх характеристику; ознайомитися та проаналізувати стилі керування групою та основні помилки ведення тренінгу. Визначити основні особистісні якості групового тренера; ознайомитись роллю тренера в групах різних напрямів. Коротко законспектувати. Визначитися який стиль керування найбільше підходить Вам. Написати есе «Я тренер – (вказати обраний стиль)». Форма подання: у письмовому вигляді в робочому конспекті, у вигляді друкованого есе. Критерії оцінювання: змістовність, логічність, структурованість, креативність.

Література:

Базова – 1, 2.

Допоміжна – 2, 5, 7, 9.

Тема 3.2. Підготовка ведучих тренінгової групи

Поміркувати та пояснити розуміння поняття: «тренер – ключова фігура соціально-психологічного тренінгу». Визначити основні базові знання та уміння, якими має володіти тренер для проведення СПТ, етичні вимоги до керівника тренінгової групи. Ознайомитись з вимогами до особистісних та професійних якостей та навичок керівника тренінгової групи. Проаналізувати типові помилки тренера при проведенні СПТ. Стисло охарактеризуйте складові компетентності тренера СПТ (види тренерської компетентності).

Підібрати декілька вправ (в кількості 3-5), спрямованих на розвиток комунікативної компетенції тренера.

Форма подання: у письмовому вигляді в робочому конспекті.

Література:

Базова – 1, 2, 3.

Допоміжна – 1, 2, 3, 6, 8, 9.

Тема 3.3. Рольовий репертуар ведучого тренінгової групи.

Розкрити зміст основних ролей, які може грати ведучий групи. Визначити характерні риси ефективного тренера. Проаналізувати що є складовим тренерської майстерності. Коротко законспектувати. Описати ситуації які здаються найбільш складними в роботі тренера і особистісні якості тренера, які можуть допомогти впоратися з ними. У відповідності зі списком особистісних якостей, необхідних для ведучого групи, провести аналіз власних якостей (які вже сформовані, які - вимагають розвитку). Продумати і написати есе: «Програма особистого розвитку необхідних для ведучого групи якостей».

Форма подання: у письмовому вигляді в робочому конспекті, у вигляді друкованого есе. Критерії оцінювання: змістовність, логічність, структурованість, креативність.

Підібрати декілька вправ (в кількості 3-5), спрямованих на взаємодію ведучого та учасників тренінгової групи

Література:

Базова – 1, 3.

Допоміжна – 2, 8, 9.

Тема 3.5. Організаційні питання соціально-психологічного тренінгу.

Визначити облік соціодинамічних чинників в процесі СПТ. Розглянути алгоритм та методику організації тренінгової групи. Організаційні основи СПТ: принципи комплектації груп, її основні критерії, матеріально - технічна база СПТ. Ознайомитись із особливостями організації навчального простору і технічного забезпечення СПТ. Коротко законспектувати.

Форма подання: у письмовому вигляді в робочому конспекті.

Література:

Базова - 1, 2, 3.

Допоміжна – 2, 5, 7, 9.

Тема 3.6. Проблеми планування та розробки тренінгової програми.

Уявити сутність понять «програма СПТ»; з'ясувати алгоритм тренінгового дня; проаналізувати зміст і значення вправ на «розігрівання», «криголамів» на початку тренінгового дня; визначити особливості занурення у основну гру дня, аналізу гри та виходу з неї; проаналізувати основні діагностичні процедури СПТ; розглянути та усвідомити особливості рольового розігрування на різних стадіях СПТ; по закінченню тренінгового дня і його оформлення; проаналізувати особливості завершення СПТ та індивідуального

консультування за підсумками тренінгу; розглянути структури програм психологічних тренінгів для правоохоронців:

1. Арт-терапія як спосіб зняття психічної напруги.
2. Формування стресостійкості особистості.
3. Командоутворення.
4. Психологічний тренінг як метод вирішення конфліктів.

Придумати тему психотренінгу, відповідно до неї підібрати методичне забезпечення, необхідне для організації та проведення психологічного тренінгу (підбір вправ, технік, ігор, зразків тренінгових програм).

Форма подання: у письмовому вигляді в робочому конспекті.

Критерії оцінювання: об'єм матеріалів, змістовність, логічність, структурованість, якість і доцільність.

Література:.

Базова – 1, 2, 3.

Допоміжна – 2, 9, 10.

Тема 3.7. Проведення тренінгу курсантами за самостійно розробленими програмами.

Самостійно вибрати тематику тренінгового заняття, активізувати всі отримані раніше теоретичні знання та практичні навички та вміння та підготувати 2 годинну презентацію свого тренінгу. Складіть типовий реліз (найважливіші вимоги до організації) для проведення СПТ та письмовий план-сценарій тренінгу за розробленою програмою тренінгу за наступною схемою:

№ п/п	Етап	Структурний елемент	Метод	Зміст	Час
1.	Початковий	Вступ	Інтерактивна презентація	Повідомлення теми, мети, завдання тренінгу	10 хв.

Вказати необхідні вимоги до приміщення (кімната, освітлення, меблі, техніка, температура, кількість місць, засоби тощо) та матеріали (друковані, канцелярські, для творчості, роздаткові тощо); кількість та склад учасників.

Форма подання: у письмовому вигляді опису та таблиці в робочому конспекті.

Критерії оцінювання: змістовність, логічність, структурованість.

Література:

Базова – 1, 2, 3.

Допоміжна 2, 5, 7, 8, 9.

Тема 3.8. Індивідуальне консультування за підсумками тренінгу. Організація процесу рефлексії індивідуальних досягнень учасників в процесі СПТ.

Проаналізувати особливості проведення після тренінгу індивідуальної консультаційної роботи з учасниками за результатами роботи в групі і спеціальні процедури по організації рефлексії індивідуальних досягнень в процесі СПТ.

Література:

Базова – 1.

Допоміжна – 2, 9.

Тема 4.1. Соціальна перцепція в тренінгу.

Проаналізувати власний життєвий досвід та особистісні ресурси відносно стереотипів в соціальній перцепції, можливості управління сприйняттям партнера по спілкуванню; розвитку психологічної спостережливості, як здібності фіксувати та запам'ятовувати всю сукупність сигналів, які йдуть від іншої людини, групи; здібності прогнозувати стан та поведінку іншої людини, передбачити свій вплив на нього; усвідомити особистісні знання щодо ситуаційно-рольових детермінант поведінки. Підібрати декілька вправ (в кількості 3-5), спрямованих на розвиток навичок соціальної перцепції в тренінговій групі.

Форма подання: у письмовому вигляді в робочому конспекті, у вигляді друкованого есе. Критерії оцінювання: змістовність, логічність, структурованість, креативність.

Література:

Базова – 1, 3.

Допоміжна – 2, 4, 6, 7, 8, 9.

Тема 4.2. Комунікативні ігри в тренінгу.

Засвоїти сутність поняття: «комунікація як психологічний феномен»; проаналізувати її види та джерела, можливості формування в СПТ. Визначити, чим визначається успішність комунікації. З'ясувати навички, які сприяють ефективному спілкуванню, продуктивній комунікації. Міні-тренінг комунікативних вмінь

Продумати і написати есе: «Мій тренерський портфель» за алгоритмом:

1. Розміркуйте, які тренінги Ви хотіли б вести і чому?

2. Проаналізуйте, які тренінги на сьогодні користуються попитом в НГУ.

Форма подання: у письмовому вигляді в робочому конспекті, у вигляді друкованого есе. Критерії оцінювання: змістовність, логічність, структурованість, креативність.

Література:

Базова - 1, 2, 3.

Допоміжна – 2, 7, 8, 9.

Тема 4.3. Психотехніки, спрямовані на допомогу в вирішенні проблем.

Уявити сутність понять «метафора» і «притча», засвоїти функції метафори. Розглянути використання метафор та притч в СПТ. Ознайомитись з основними видами казок, які використовуються в казкотерапії, формами і вимогами до роботи з казками у майбутній діяльності. Розглянути особливості застосування казкотерапії у психологічній практиці. Придумати казку, спрямовану на вирішення проблем.

Форма подання: у письмовому вигляді в робочому конспекті.

Критерії оцінювання: змістовність, логічність, структурованість, креативність.

Література:

Базова – 1.

Допоміжна – 2.

Вказівки до самостійної роботи.

Багаторічний досвід навчання дисциплін в вищому закладі освіти, що включає проведення аудиторних і позааудиторних занять, свідчить про доцільність організації самостійної роботи курсантів. Як свідчить аналіз результатів організації самостійної роботи курсантів:

- самостійна робота курсантів у процесі проведення очних занять у формі аудиторних контролів дозволяє мобілізувати їх увагу під час слухання лекцій, проведення групових занять, по результатах виконання практичного завдання, закріпити курсантами придбані знання та сформувані певні вміння, а викладачеві зробити певні висновки про рівень доступності викладеного навчального матеріалу та рівень його засвоєння навчаємими;

- самостійна робота курсантів, яка виконується у позаурочний час, у формі проробки конспектів занять, підручників та інших першоджерел, дозволяє курсантам самостійно розширити свій кругозір, придбати додаткові знання та вміння роботи з друкованим навчальним матеріалом, пошуку необхідної інформації, найліпшим чином підготуватися до наступних аудиторних занять;

- самостійна робота курсантів, що виконується у позаурочний час, у формі виконання завдань для самостійного опрацювання, сприяє формуванню у них вмінь розв'язки практичних завдань, вмінь організації свого вільного часу та розподілу його з метою засвоєння пройденого навчального матеріалу під час аудиторних занять на більш високому рівні;

- самостійна робота курсантів, що виконується ними у позаурочний час, у формі підготовки до підсумкового контрольного тестування дозволяє їм

системно уявити пройдений навчальний матеріал з переглядом взаємозв'язків між його окремими складовими, повторити та закріпити всі пройдені поняття, відшукати відповіді на питання, що з'являлися протягом вивчення навчального матеріалу.

Таким чином, старання, сумлінна та своєчасна самостійна робота курсантів значною мірою сприяє високій якості їх навчання і є основою формування професійних знань та умінь майбутнього фахівця.

Зміст самостійної роботи для здобувачів вищої освіти денної форми навчання:

Самостійна робота курсантів з навчальної дисципліни включає такі форми:

- самостійне опрацювання деяких питань з теми, що вивчалася;
- пошук відповіді на проблемні питання при підготовці до семінарських та практичних занять;
- індивідуальна робота з літературними першоджерелами, довідковою літературою та біографічними документами з метою кращого засвоєння програмного матеріалу;
- написання творчої роботи (рефератів), підготовка доповідей за власним вибором теми з наступною презентацією на занятті; конспектування та анотування літератури.

Кожна форма самостійної роботи курсантів з навчальної дисципліни розрахована на творчу роботу з спеціальними текстами, з метою удосконалювання психологічних знань з окремих тем; вміння орієнтуватися в літературі на тему, що вивчається, дослідження інформаційних ресурсів, пошук первинної інформації (наукові публікації, документи, протоколи, офіційні звіти, статистичні матеріали тощо); здібність виробляти своє ставлення до аналізованого матеріалу; навчання застосуванню отриманих знань для рішення прикладних задач, придбання умінь і навичок практичної психологічної роботи. Теми, що виносяться для самостійного опрацювання курсанта, безпосередньо пов'язані з навчальним матеріалом, який вивчається під час проведення аудиторних занять.

Активізації аналітичної та практичної діяльності курсантів сприяють завдання на самостійну підготовку, які курсанти отримують під час вивчення дисципліни. Для більш якісного та успішного опрацювання курсантами навчального матеріалу, що запропонований для самостійного опрацювання, передбачаються індивідуальні та групові консультації. Консультації для курсантів проводити за їх заявками та згідно планів кафедри. Перед семінарськими заняттями проводити в обов'язковому порядку групові та індивідуальні консультації.

6. Політика курсу та оцінювання.

Контрольні заходи включають в себе поточний та підсумковий контроль.

Поточний контроль. Поточний контроль здійснюється під час проведення семінарських, практичних занять і має за мету перевірку засвоєння знань, умінь і навичок курсантом з навчальної дисципліни. Види поточного контролю обираються викладачем, який веде семінарські заняття, за погодженням з лектором та у відповідності з цією програмою. Видами поточного контролю можуть бути опитування, тестування, колоквіуми.

При поточному контролі під час семінарських занять оцінці підлягають: рівень знань, продемонстрований курсантом у відповіді; активність при обговоренні питань семінарського заняття і систематичність роботи на заняттях; експрес-контроль у формі тестів, в т.ч. підсумкового модульного тестування. У ході поточного контролю проводиться систематичний вимір приросту знань, їх корекція. Результати поточного контролю заносяться викладачем до журналів обліку роботи академічної групи за національною системою оцінювання («відмінно», «добре», «задовільно», «незадовільно»).

Для обліку результатів підсумкового контролю використовується поточно-накопичувальна інформація, яка реєструється в журналах обліку роботи академічної групи. Результати підсумкового контролю з дисциплін відображаються у відомостях обліку успішності, навчальних картках курсантів. **Присутність курсантів на проведенні підсумкового контролю (заліку) обов'язкова.** Якщо курсант не з'явився на підсумковий контроль (залік), то науково-педагогічний працівник ставить у відомість обліку успішності відмітку «не з'явився».

Підсумковий контроль (залік) оцінюється за національною шкалою.

7. Критерії оцінювання знань здобувачів вищої освіти.

Оцінювання знань курсантів здійснюється відповідно до «Положення про оцінювання знань слухачів (курсантів, студентів) в Національній академії Національної гвардії України».

8. Рекомендована література.

Базова

1. Теоретико-методологічні основи соціально-психологічного тренінгу: навч. посіб. / Афанасьєва Н.Є., Перелигіна Л.А. – Х. : ХНАДУ, 2015. – 320 с.
2. Теорія та практика психологічного тренінгу : Навчальний посібник. – К : МАУП – ХХІ, 2004. – 192 с. : іл. — Бібліогр.: с.180-184.
3. Федорчук В. М. Соціально-психологічний тренінг "Розвиток комунікативної компетентності викладача" / Кам'янець-Подільський держ. ун-т. — Кам'янець-Подільський : Абетка, 2003. — 240 с.

Допоміжна

1. Бондаренко А. Ф. Психологическая помощь: теория и практика / Бондаренко А. Ф. – Изд. 4-е, испр. и доп. – К. : «Освита України», 2007. – 332 с.
2. Вачков И. В. Основы технологии группового тренинга / Вачков И. В. – М. : «Ось-89», 1999. – 137 с.
3. Вітенко І. С., Борисюк А. С., Вітенко Т. І. Соціально-психологічний тренінг: цикл вправ для підготовки лікарів-медичних психологів: Навчально-методичний посібник / За ред. проф. Вітенка І. С. – Чернівці: Книги – XXI, 2008. – 124 с.
4. Гречуха І.А. Особливості роботи над професійно-орієнтованими завданнями з курсу «Основи психологічного тренінгу // Професійно-орієнтовані завдання з психології: Навчальний посібник. / За ред. О.Л.Музики. – 3-тє вид., перероб. і доп. – Житомир: Вид-во ЖДУ ім. І.Франка, 2010 – С. 319-346.
5. Лефтеров В. О. Психологічні тренінгові технології в органах внутрішніх справ : [монографія : в 2-х т] / В. О. Лефтеров. – Донецьк : ДЮІ, 2008. – Т. І. : Методологія психотренінгу та його використання у професійно-психологічному розвитку персоналу, задіяного в екстремальних видах діяльності / В. О. Лефтеров. – 2008. – 242 с.
6. Литовченко Н. Ф. Професійно орієнтований тренінг самопізнання та саморегуляції: Навч.- метод. матеріали для тренінгових занять студ.-психологів / Ніжинський держ. ун-т ім. Миколи Гоголя. — 2.вид., випр. — Ніжин : НДУ ім. М.Гоголя, 2005. — 72с.
7. Мороз Л. І. Професійно-психологічний тренінг : підручник / Л. І. Мороз, С. І. Яковенко. – Київ : Вид. Паливода А. В., 2011. – 252 с.
8. Технологія тренінгу / Упоряд.: О. Главник, Г. Бевз/ За заг. ред. С. Максименко — К.: Главник, 2005.— 112 с. — (Психол. інструментарій).
Бібліогр.: с.109
9. Реньш М.А., Садовникова Н.О., Лопес Е.Г. Социально-психологический тренинг: Практикум. Екатеринбург: Изд-во ГОУ ВПО Рос. гос. проф.-пед. ун-т, 2007.
10. 18 программ тренингов: Руководство для профессионалов / Под науч. ред. В.А. Чикер. СПб.: Речь, 2007.

9. Питання до підсумкового контролю.

1. Соціально-психологічний тренінг (СПТ) як метод практичної психології.
2. Історія становлення групових форм психологічної роботи.
3. Вітчизняні психологи про можливості застосування СПТ.
4. Основні цілі та задачі соціально-психологічного тренінгу.
5. Специфічні риси тренінгу.
6. Основні принципи та правила СПТ.

7. Основні типи та види соціально-психологічного тренінгу, їх характеристика.
8. Переваги та недоліки групового методу психологічної роботи.
9. Групова динаміка і її роль в процесі тренінгової роботи. Поняття групової динаміки. Вклад Курта Левіна.
10. Цілі групи як один із елементів групової динаміки.
11. Норми групи як один із елементів групової динаміки та їх характеристика.
12. Згуртованість групи як ключове поняття теорії групової динаміки. Соціально-психологічні характеристики згуртованих груп. Фактори, які впливають на згуртованість в групі.
13. Структура групи як один із важливіших елементів групової динаміки (охарактеризуйте загальну групову структуру).
14. Ролеві функції членів групи, їхня характеристика. Проблема лідерства.
15. Основні стадії розвитку групи, їх характеристика (за В.Ю. Большаковым, А.А. Ухтомським, С Кратохвилем).
16. Соціометрія як метод дослідження групової динаміки.
17. Основні фази СПТ: фаза розігріву.
18. Основні фази СПТ: фаза активізації.
19. Основні фази СПТ: фаза лабілізації.
20. Основні фази СПТ: фаза введення орієнтовних основ.
21. Основні фази СПТ: фаза оволодіння прийомами поведінки і фаза закінчення.
22. Основні методи, що використовуються в соціально-психологічному тренінгу.
23. Групова дискусія як базовий метод групової психологічної роботи.
24. Гра – як метод групової психологічної роботи. Різновиди ігрового методу.
25. Психогімнастика як метод групової психологічної роботи та її роль в СПТ.
26. Фігура ведучого в соціально-психологічному тренінгу.
27. Основні вимоги до особистості та підготовки ведучого тренінгової групи.
28. Основні стилі керівництва тренінговою групою.
29. Основні принципи поведінки ведучого тренінгової групи, їхня характеристика.
30. Основні функції ведучого тренінгової групи, їхня характеристика.
31. Труднощі, що виникають у роботі ведучого групи.
32. Визначте специфіку ко-тренерства.
33. Особливості тренерських помилок при роботі в парі, їх характеристика.
34. Загальні питання до організації тренінгової групи.
35. Комплектування тренінгової групи
36. Поняття про гетерогенність і гомогенність групи тренінгу.
37. Склад тренінгових груп: якісний та кількісний аспекти.

38. Дайте характеристику вікових, статевих, соціальних та інших обмежень для участі в тренінгу.
39. Основні принципи розробки програми СПТ.
40. Основні етапи складання програми соціально-психологічного тренінгу.
41. Структура тренінгового заняття.
42. Логіка будування тренінгових програм.
43. Правила розробки тренінгових програм.
44. Дев'ятикрокова модель підготовки до тренінгу (опишіть ключові стадії розробки тренінгової програми за І. Вачковим).
45. Матеріально-технічне забезпечення тренінгу.
46. Підготовка тренінгу: вибір теми, проектування, визначення змісту занять.
47. Етапи підготовки тренінгу.
48. Часові характеристики тренінгу.
49. Принципи звертання та розташування учасників тренінгу.
50. Поняття про «акваріум».
51. Використання відео та фільмів під час тренінгу.
52. Критерії оцінки тренінгу та його ефективності.
53. Поняття зворотного зв'язку (шерінг) в соціально-психологічному тренінгу та його значення в СПТ.
54. Види зворотного зв'язку в СПТ.
55. Вимоги до зворотного зв'язку на СПТ.
56. Визначте особливості створення тренінгових програм для підрозділів НАНГУ.
57. Когнітивно-орієнтований тренінг толерантності (основні положення).
58. Розігрів - як традиційний компонент тренінгу, його значення для створення сприятливого психологічного клімату в групі. Приклади психологічних вправ на «розігрів» групи.
59. Приклади психологічних вправ на зростання згуртованості групи.
60. Приклади психологічних вправ, спрямованих на знайомство групи.
61. Приклади ігрових процедур в кінці тренінгу.
62. Приклади комунікативних ігор в тренінгу.
63. Використання метафори в тренінговій роботі. Приклади використання метафор та притч в СПТ.
64. Техніка релаксації, саморегуляції і відновлення психолога після проведення СПТ.
65. Приклади психологічних прийомів, спрямованих на розвиток соціальної перцепції.
66. Використання казкотерапії в тренінговій роботі. Приклади використання казки в СПТ.
67. Тренінг формування стресостійкості особистості. Загальні положення.

