



Основная профессиональная образовательная программа
44.03.02 Психолого-педагогическое образование
(Психология образования)

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации

ИВАНОВСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ

Кафедра непрерывного психолого-педагогического образования

ОДОБРЕНО:

Руководитель ОП

 Е.В. Мельникова

«»  2021 г.

Рабочая программа дисциплины
Социально-психологический тренинг

Уровень высшего образования:	бакалавриат
Квалификация выпускника:	бакалавр
Направление подготовки:	44.03.02 Психолого-педагогическое образование
Направленность (профиль) образовательной программы:	Психология образования

Иваново



1. Цели освоения дисциплины

Цель курса – изучение приемов и способов эффективной межличностной коммуникации в области профессиональной деятельности с учетом личностных особенностей участников.

2. Место дисциплины в структуре ОП

Дисциплина «Социально-психологический тренинг» относится к части образовательной программы, формируемой участниками образовательных отношений, является дисциплиной по выбору. Поэтому требования к входным знаниям и умениям связаны с уровнем сформированности у студентов ключевых компетенций, которые они приобрели на предыдущих курсах в процессе изучения дисциплин: «Общая и экспериментальная психология», «Конфликтология», «Клиническая психология».

Успешное освоение данной дисциплины будет способствовать готовности студентов к освоению дисциплин: «Основы экстренной психологической помощи», «Психология труда и организационная психология», «Психология семьи и семейного консультирования», к прохождению производственной практики.

3. Планируемые результаты обучения по дисциплине

3.1. Компетенции, формированию которых способствует дисциплина

При освоении дисциплины формируются следующие компетенции в соответствии с ФГОС ВО по данному направлению подготовки:

УК-3 – Способен осуществлять социальное взаимодействие и реализовывать свою роль в команде,

ПК-9 - Способен работать в команде с участниками образовательного процесса при решении профессиональных задач.

3.2. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с индикаторами достижения формируемых компетенций

В результате освоения дисциплины обучающийся должен:

Знать:

- проблемы подбора эффективной команды (УК-3);
- основные условия эффективной командной работы (УК-3);
- модели организационного поведения, факторы формирования организационных отношений (УК-3);
- стратегии и принципы командной работы (УК-3);

Уметь:

- владеть технологией реализации основных функций управления (УК-3)
- анализировать и интерпретировать результаты научного исследования в области управления человеческими ресурсами (УК-3);
- применять принципы и методы организации командной деятельности (УК-3);
- подбирать методы и методики исследования профессиональных практических задач (УК-3);

Иметь опыт:

- организации и управления командным взаимодействием в решении поставленных целей (УК-3);
- создания команды для выполнения практических задач (УК-3);
- участия в разработке стратегии командной работы (УК-3).

4. Объем и содержание дисциплины

Объем дисциплины составляет 2 зачетных единицы (72 академических часа)



Основная профессиональная образовательная программа
44.03.02 Психолого-педагогическое образование
(Психология образования)

4.1. Содержание дисциплины по разделам (темам), соотнесенное с видами и трудоемкостью занятий лекционно-семинарского типа

Объем иной контактной работы и самостоятельной работы обучающегося по дисциплине указан в учебном плане образовательной программы.

№ п/п	Разделы (темы) дисциплины	Семестр	Виды занятий, их объем (в ак. часах, по очной форме обучения)		Формы текущего контроля успеваемости (по очной форме обучения)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Формы промежуточной аттестации
1	Тема: Вводная сессия. Введение в социально-психологический тренинг.	8		4	Контроль по результатам работы в тренинге
2	Тема: Тренинг «Самооценка и ее влияние на достижение успеха»	8		4	Контроль по результатам работы в тренинге
3	Тема: Тренинг «Самооценка и ее влияние на достижение успеха»	8		4	Контроль по результатам работы в тренинге
4	Тема: Тренинг «Самооценка и ее влияние на достижение успеха»	8		4	Контроль по результатам работы в тренинге
5	Тема: Тренинг «Формирование эффективной мотивации»	8		4	Контроль по результатам работы в тренинге
6	Тема: Тренинг «Формирование эффективной мотивации»	8		4	Контроль по результатам работы в тренинге
7	Тема: Тренинг «Формирование эффективной мотивации»	8		4	Контроль по результатам работы в тренинге
8	Тема: Тренинг «Развитие стрессоустойчивости»	8		4	Контроль по результатам работы в тренинге
9	Тема: Тренинг «Развитие стрессоустойчивости»	8		4	Контроль по результатам работы в тренинге
10	Тема: Тренинг «Развитие стрессоустойчивости»	8		4	Контроль по результатам работы в тренинге
11	Тема: Тренинг «Коммуникативной компетентности»	8		4	Контроль по результатам работы в тренинге
12	Тема: Тренинг «Коммуникативной компетентности»	8		4	Контроль по результатам работы в тренинге
13	Тема: Тренинг «Коммуникативной компетентности»	8		4	Контроль по результатам работы в тренинге
14	Тема: Самостоятельная форма проведения тренинга по выбранной теме учащимися	8		4	Контроль по результатам работы в тренинге
ИТОГО:			-	56	Зачет

4.2. Развернутое описание содержания дисциплины по разделам (темам)

4.2. Краткое содержание разделов (по темам)

Занятие 1. Тема: Вводная сессия. Введение в социально-психологический тренинг (4 часа)

Цель тренинга: знакомство с принципами работы в тренинге

Задачи:

1. Освоение правил работы в тренинге
2. Анализ субъект-объектных отношений участников группы



3. Формирование самовосприятия участников тренинга с учетом рефлексии группы

Занятие 2,3,4. Тема: Тренинг «Самооценка и ее влияние на достижение успеха» (12 час.)

Цель тренинга: обучение навыкам самопознания и самоуважения.

Задачи:

1. Осознание своей индивидуальности и потенциальных возможностей
2. Обучение адекватно оценивать себя
3. Осознание причин изменения самооценки
4. Формирование представления о себе

Программа тренинга:

- Понятие самооценки личности, ее виды, проявление в поведении и поступках человека.
- Индивидуальные психологические особенности личности, их влияние на самооценку.
- Диагностика самооценки (методика Дембо-Рубинштейн).
- Эффективные способы повышения самооценки (комплекс упражнений).
- Преимущества уверенного в себе человека.

Результаты тренинга:

- лучшее понимание себя;
- понимание важности адекватной самооценки;
- осознание причин низкого уровня самооценки;
- освоение форм и методов повышения самооценки;
- повышение мотивации к саморазвитию.

Обратная связь: оценка эффективности тренинга и удовлетворенности ожиданий его участников.

Занятие 5,6,7. Тема: Тренинг «Формирование эффективной мотивации» (12 час.)

Цель: развитие мотивации достижения в психолого-педагогической практике

Задачи:

1. Обучение пониманию себя.
2. Развитие когнитивных рефлексивных процессов.
3. Осознание своих ценностей и мотивов.
4. Работа с ближайшими и перспективными целями.
5. Обучение пошаговому планированию и самоанализу жизненных и профессиональных перспектив педагога-психолога с учетом своих возможностей.

Программа тренинга:

- знакомство, самопрезентация, сплочение группы;
- осознание смысла жизни (для чего и кого я живу?)
- осознание смысла деятельности (учебы, работы)
- осмысление иерархии своих ценностей;
- мотивация достижения и избегания;
- самоанализ (чего я хочу; что я могу; чему я должен научиться для того, чтобы быть успешным в жизни);
- составление стратегического жизненного плана;
- составление индивидуального плана по достижению поставленной цели.

Результаты тренинга:

- осознание того, что мною движет в жизни;
- понимание мотивов успешной деятельности;
- осознание собственной мотивации учения;



Основная профессиональная образовательная программа
44.03.02 Психолого-педагогическое образование
(Психология образования)

- осознание своих возможностей;
- понимание принципиальной разницы между мотивами достижения и избегания;
- освоение приемов самоанализа и самоконтроля действий;
- применение принципа целеполагания по достижению цели.

Обратная связь: участникам группы предлагается поделиться своими мыслями, чувствами, впечатлениями о тренинге.

Занятие 8,9,10. Тема: Тренинг «Развитие стрессоустойчивости». (12 час.)

Цель тренинга: обучение навыкам эффективной саморегуляции в условиях стресса.

Задачи тренинга:

1. Получение представления о закономерностях возникновения и развития стресса и способах управления им.
2. Овладение техниками снижения эмоционального напряжения в практической деятельности психолога.
3. Определение собственной преобладающей копинг-стратегии поведения в стрессовых ситуациях.
4. Обучение конструктивным способам выхода из стрессовых ситуаций в педагогической практике.

Программа тренинга:

- понятие стресса: причины, симптомы и последствия для личности; учебный стресс;
- приемы повышения стрессоустойчивости;
- обучение правилам эмоционального поведения;
- выявление стиля поведения в стрессовых ситуациях (тест Копинг-поведение в стрессовых ситуациях С. Норман и др. в адаптации Т. А. Крюковой) [69, с. 442–444].
- выбор конструктивных поведенческих стратегий совладающего поведения в различных жизненных ситуациях.

Результаты тренинга:

- повышение стрессоустойчивости;
- повышение энергетического потенциала;
- осознание собственного стиля поведения в стрессовых ситуациях;
- овладение приемами стрессосовладающего поведения.

Обратная связь: подведение итогов и обмен впечатлениями о приобретенных умениях и навыках в ходе тренинга, их практическом значении в жизни.

Занятие 11,12,13. Тема: Тренинг «Коммуникативной компетентности» (12 час.)

Цель тренинга: повышение коммуникативной компетентности в межличностном общении субъектов образовательного пространства .

Задачи тренинга:

1. Приобретение психологических знаний об эффективных коммуникациях.
2. Развитие психологической наблюдательности.
3. Развитие эмоционально-волевой саморегуляции.
4. Обучение коммуникативным техникам с целью применения в практике педагога.

Программа тренинга:

- понятие коммуникативной компетентности и ее составляющих;
- психологические барьеры общения;



- развитие восприятия и передачи коммуникативных сигналов (вербальные и невербальные формы общения);
- развитие эмоционального интеллекта и обучение использованию его в процессе общения;
- освоение коммуникативных техник: активного слушания, постановки вопросов, малого разговора, регуляции эмоционального напряжения.

Результаты тренинга:

- лучшее понимание себя и других;
- совершенствование навыков общения;
- овладение коммуникативными техниками и выбор наиболее эффективных для себя;
- снятие барьеров и страхов в процессе межличностного взаимодействия;
- повышение уверенности в себе.

Обратная связь: обмен впечатлениями о тренинге: эмоциональное состояние, оправдание ожиданий, особенно интересные и полезные формы работы, пожелания и рекомендации

Занятие 14. Тема: Самостоятельная форма проведения тренинга по выбранной теме учащимися (4 часа)

5. Образовательные технологии

В методическом плане курс представляет собой систему практических занятий и самостоятельной работы студента.

Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине: технологии смешанного обучения

В содержании технологии тренинга выделяются три раздела:

1. Активное вовлечение студентов в обучающий процесс (тренинговую практику);
 2. Разработка и реализация тренинговых проектов студентами (эффективная коммуникация, профессиональное самоопределение, здоровьесбережение и др.)
 3. Самостоятельная подготовка и организация тренинговых занятий студентами.
- Занятия ведет преподаватель, владеющий тренинговой практикой.

6. Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы обучающихся

Учебным планом предусмотрена самостоятельная работа студентов в объеме 16 часов.

Целью самостоятельной работы является закрепление и углубление знаний, полученных студентами на практических занятиях. Самостоятельная работа способствует формированию у студентов навыков обработки результатов психологического наблюдения и диагностики.

Организация самостоятельной деятельности студентов включает работу:

- по изучению литературы, видеоматериалов из разделов тренинговой практики;
- по подготовке к практическим занятиям по предлагаемым планам;
- по выполнению индивидуальных заданий преподавателя.

Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы студентов осуществляется методическими указаниями для обучающихся по освоению дисциплины (Приложение 1 к РП), учебной литературой из библиотечного фонда университета.

7. Характеристика оценочных средств для текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине

Система контроля результатов освоения дисциплины включает в себя итоговый контроль по дисциплине.

Итоговый контроль – зачет. Итоговый контроль усвоения знаний, умений и навыков по изучаемой дисциплине осуществляется по окончании 8 семестра.



Основная профессиональная образовательная программа
44.03.02 Психолого-педагогическое образование
(Психология образования)

Зачет выставляется студенту, если он способен продемонстрировать владение тренинговыми навыками по выбранной теме с допущением 1-2 ошибок. Пояснения студента по выполнению задания логичны, излагаются грамотно; не допускает существенных неточностей в ответах на вопросы преподавателя.

Оценка «незачет» выставляется, когда студент затрудняется самостоятельно продемонстрировать навыки тренинговой работы или отказывается от участия в тренинге. Дает неполный ответ, представляющий собой разрозненные знания по теме вопроса с существенными ошибками в определениях. Присутствуют фрагментарность, нелогичность изложения. Дополнительные и уточняющие вопросы преподавателя не приводят к коррекции ответа.

Критерии оценки представлены фондами оценочных средств для изучаемой дисциплины.

8. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

Основная литература:

1. Сальникова, О.А. Совершенствование коммуникативной компетенции учителя: Конспекты лекций. Тренинги : учебное пособие / О.А. Сальникова. - М. : Флинта, 2011. - 44 с. - ISBN 978-5-9765-1114-9 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=83546>.

2. Трифонова, Т.А. Основы социально-психологического тренинга / Т.А. Трифонова ; Институт экономики, управления и права (г. Казань). – Казань : Познание, 2008. – 184 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=257910> (дата обращения: 25.11.2019). – Текст : электронный.

Дополнительная литература

1. Марасанов Г.И. Социально-психологический тренинг. Электронный доступ: <http://www.biblioclub.ru/?page=book&id=86238&razdel=166>

2. Левкин, В.Е. Социально-психологический тренинг для психолога / В.Е. Левкин. – Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2016. – 209 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=450202> (дата обращения: 25.11.2019). – Библиогр.: с. 195-203. – ISBN 978-5-4475-8755-0. – DOI 10.23681/450202. – Текст : электронный.

Ресурсы информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

Система электронной поддержки образовательного процесса «Мой университет» <https://uni.ivanovo.ac.ru>

Профессиональные базы данных и информационно-справочные системы:

ЭБС «Университетская библиотека онлайн» www.biblioclub.ru

Электронная библиотека ИвГУ <http://lib.ivanovo.ac.ru>

Электронный каталог НБ ИвГУ <http://lib.ivanovo.ac.ru/index.php/ek>

Программное обеспечение: операционная система Microsoft Windows, пакет офисных программ Microsoft Office и(или) LibreOffice, интернет-браузер Microsoft Edge и(или) Yandex Browser.

9. Материально-техническое обеспечение дисциплины

Учебные аудитории:

- для проведения занятий семинарского типа, консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации с комплектом специализированной учебной мебели и техническими средствами обучения.

Помещение для самостоятельной работы, оснащенное комплектом специализированной учебной мебели, компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в ЭИОС.

Программа рассмотрена и утверждена на заседании кафедры *непрерывного психолого-педагогического образования*

«31» августа 2021 г., протокол № 1

Программа обновлена
протокол заседания кафедры № _____ от «_____» _____ 20__ г.

Согласовано:

Руководитель ОП _____ / _____

(подпись)

Программа обновлена
протокол заседания кафедры № _____ от «_____» _____ 20__ г.

Согласовано:

Руководитель ОП _____ / _____

(подпись)

Программа обновлена
протокол заседания кафедры № _____ от «_____» _____ 20__ г.

Согласовано:

Руководитель ОП _____ / _____

(подпись)