



Основная профессиональная образовательная программа
37.03.01 Психология
(Психологическое консультирование и психодиагностика)

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации
ИВАНОВСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ
Кафедра непрерывного психолого-педагогического образования

ОДОБРЕНО

Руководитель ОП

Е.И. Сушкова

(подпись)

«29» августа 2024 г.

Рабочая программа дисциплины

Методика организации и проведения тренинга

Уровень высшего образования:	бакалавриат		
Квалификация выпускника:	бакалавр		
Направление подготовки:	37.03.01 Психология		
Направленность (профиль) образовательной программы:	Психологическое психодиагностика	консультирование	и

Иваново



Основная профессиональная образовательная программа
37.03.01 Психология
(Психологическое консультирование и психодиагностика)

1. Цели освоения дисциплины

Целью освоения дисциплины является ознакомление студентов с социально-психологическим тренингом как способом практического изменения психологических феноменов человека, группы, организации, их личностного роста и коррекции негативных состояний, с методикой его организации и проведения.

2. Место дисциплины в структуре ОП

Дисциплина «Методика организации и проведения тренинга» относится к обязательной части образовательной программы.

Успешное освоение данной дисциплины будет способствовать готовности студентов к прохождению производственной практики, преддипломной, а также готовности студентов к профессиональной деятельности в различных сферах практической психологии.

Студент, приступающий к изучению дисциплины, должен обладать знаниями, умениями, навыками, полученными ранее в ходе изучения дисциплин: «Введение в профессиональную деятельность»; «Методологические основы психологии», «Социальная психология», «Психологическое консультирование».

Для освоения данной дисциплины обучающийся должен:

Знать: основы, социальной, возрастной, дифференциальной психологии, методологические основы психологии;

Уметь: устанавливать профессиональные контакты, взаимодействовать с групповым субъектом, формулировать психологическую гипотезу и находить психологические способы решения проблем;

Владеть навыками общения с различными категориями населения.

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:

б) общепрофессиональные (ОПК):

ОПК-5 – способность выполнять организационную и техническую работу в реализации конкретных мероприятий профилактического, развивающего, коррекционного или реабилитационного характера;

ОПК-7 – способность поддерживать уровень профессиональной компетенции, в том числе за счет понимания и готовности работать под супервизией;

в) профессиональные (ПК):

ПК-2 – способность к организации психологического сопровождения клиентов, попавших в трудную жизненную ситуацию, нуждающихся в психологической помощи, групповым и индивидуальным формам психологического консультирования взрослых и детей.

3.2. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с формируемыми компетенциями

В результате освоения дисциплины обучающийся должен:

Знать:

- методологические подходы и базовые процедуры оказания психологической помощи индивиду, группе, организации (ОПК-5.1.3);



Основная профессиональная образовательная программа
37.03.01 Психология
(Психологическое консультирование и психодиагностика)

- базовые процедуры, методы и техники оказания психологической помощи индивиду, группе, организации (ОПК-7.1.3);
- методы и способы организации психологического сопровождения клиентов, попавших в трудную жизненную ситуацию, нуждающихся в психологической помощи (ПК-2.1.5);

Уметь:

- разрабатывать коррекционные, развивающие и реабилитационные программы, направленные на предупреждение и коррекцию отклонений в личностном и социальном развитии (ОПК-5.2.2);
- осуществлять подбор методов, технологий и процедур профилактического, коррекционного, развивающего или реабилитационного характера, адекватных установленным проблемам (ОПК-5.1.3; ОПК-7.2.2);
- определять эффективность работы по оказанию психологической помощи (ОПК-5.1.5);
- реализовывать выбранные процедуры психологической помощи с учётом конкретной ситуации и особенностей участников, в том числе под супервизией (ОПК-7.2.3);
- применять групповые и индивидуальные формы психологического консультирования взрослых и детей (ПК-2.2.2);

Иметь навыки:

- подбора методов, технологий и процедур психопрофилактики, психокоррекции, реабилитации, адекватных установленным проблемам личности или группы (ОПК-5.3.2);
- организации психопрофилактической, коррекционно-развивающей, реабилитационной деятельности, в соответствии с социальным заказом (ОПК-5.3.3);
- профессионального мышления, необходимые для практической работы в сфере, связанной с различными видами деятельности человека, а также для поддержания уровня профессиональной компетенции (ОПК-7.3.1);
- использования групповых и индивидуальных психологических технологий оказания психологической помощи клиентам разных возрастных групп (ПК-2.3.3).

4. Объем и содержание дисциплины

Объем дисциплины составляет 3 зачетных единицы (108 академических часов),
Очная – 5 семестр.

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



Основная профессиональная образовательная программа
37.03.01 Психология
(Психологическое консультирование и психодиагностика)

1.	Психологическая сущность тренинга как формы психологической работы	5	2	2	Список вопросов, интересующих студента по содержанию дисциплины (сдается в письменном виде)
2.	История использования тренинга для решения психологических задач	5	2	2	Опрос по содержанию лекционного и самостоятельно изученного материала. Подготовка докладов
3	Задачи тренинга. Виды тренингов	5	0	2	Опрос по содержанию лекционного и самостоятельно изученного материала. Подготовка докладов
4.	Требования, предъявляемые к ведущему группы (тренеру)	5	2	2	Работа в подгруппах (результаты обсуждаются в форме диспута)
5	Принципы работы группы, групповые процессы	5	2	2	Опорный конспект
6.	Структура тренинга	5	2	2	Опрос по содержанию лекционного и самостоятельно изученного материала. Подготовка докладов
7	Способы активизации участников тренинга	5	2	2	Демонстрация подготовленных способов и приёмов с участием группы
8	Обратная связь в социально-психологическом тренинге	5	2	2	Опрос по содержанию лекционного и самостоятельно изученного материала. Подготовка докладов
9	Дискуссия в тренинге	5	2	2	Опорный конспект. Организация дискуссии в подгруппах с обсуждением сложностей и результатов
10	Самодиагностические процедуры тренинга	5	0	4	Подготовка докладов с демонстрацией методов самодиагностики
11	Тренинги, направленные на решение конкретных социально-психологических задач	5	0	4	Подготовка сообщений с обсуждением и демонстрацией эпизодов тренинга (сдаются в письменном виде)
12	Способы и приёмы,	5	0	4	Подготовка сообщений с



Основная профессиональная образовательная программа
37.03.01 Психология
(Психологическое консультирование и психодиагностика)

	применяемые в ходе тренингов для решения конкретных задач				обсуждением и демонстрацией способов и приёмов (сдаются в письменном виде)
ИТОГО по дисциплине:			16	30	Зачет

№ п/п	Разделы (темы) дисциплины	Семестр	Виды занятий, их объем (в ак. часах, по очно-заочной форме обучения)		Формы текущего контроля успеваемости (по очно-заочной форме обучения) Формы промежуточной аттестации
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	
1.	Психологическая сущность тренинга как формы психологической работы	7	2	2	Список вопросов, интересующих студента по содержанию дисциплины (сдается в письменном виде)
2.	История использования тренинга для решения психологических задач	7	2	2	Опрос по содержанию лекционного и самостоятельно изученного материала. Подготовка докладов
3	Задачи тренинга. Виды тренингов	7	2	2	Опрос по содержанию лекционного и самостоятельно изученного материала. Подготовка докладов
4.	Требования, предъявляемые к ведущему группы (тренеру)	7	2	2	Работа в подгруппах (результаты обсуждаются в форме диспута)
5	Принципы работы группы, групповые процессы	7	2	2	Опорный конспект
6.	Структура тренинга	7	2	2	Опрос по содержанию лекционного и самостоятельно изученного материала. Подготовка докладов
7	Способы активизации участников тренинга	7	2	2	Демонстрация подготовленных способов и приёмов с участием группы
8	Обратная связь в социально-психологическом тренинге	7	2	2	Опрос по содержанию лекционного и самостоятельно



Основная профессиональная образовательная программа
37.03.01 Психология
(Психологическое консультирование и психодиагностика)

					изученного материала. Подготовка докладов
9	Дискуссия в тренинге	7	2	2	Опорный конспект. Организация дискуссии в подгруппах с обсуждением сложностей и результатов
10	Самодиагностические процедуры тренинга	7	0	4	Подготовка докладов с демонстрацией методов самодиагностики
11	Тренинги, направленные на решение конкретных социально-психологических задач	7	0	4	Подготовка сообщений с обсуждением и демонстрацией эпизодов тренинга (сдаются в письменном виде)
12	Способы и приёмы, применяемые в ходе тренингов для решения конкретных задач	7	0	6	Подготовка сообщений с обсуждением и демонстрацией способов и приёмов (сдаются в письменном виде)
ИТОГО по дисциплине:			18	32	Зачет

4.2. Развернутое описание содержания дисциплины по разделам (темам)

Тема 1. Психологическая сущность тренинга как формы психологической работы

Определение тренинга. Его отличие от других форм психологической работы. Подходы к проведению социально-психологических тренингов.

Тема 2. История использования социально-психологического тренинга для решения психологических задач

Возникновение тренинга как метода практической работы психолога. Т-группы. Использование тренинга в практике различных психологических школ

Тема 3. Задачи тренинга. Виды тренинга

Преднамеренное и обоснованное воздействие на человека, группу, организацию в тренинге. Виды задач, подлежащие решению методом тренинга. Виды тренингов.

Тема 4. Требования, предъявляемые к ведущему группы (тренеру)

«Проработанность» личности тренера. «Окно Джогари». Феномены переноса и контрпереноса. Профессиональные и этические требования к деятельности тренера.

Тема 5. Принципы работы группы, групповые процессы

Принципы и правила работы группы. Отношения между участниками. Отношение участников к руководителю группы. Агрессия в группе. Формирование подгрупп.

Тема 6. Структура социально-психологического тренинга

Подходы к структурированию тренинга. Разминка и её задачи. Основная часть в тренинге. Завершение тренинга. Шерринг.

Тема 7. Способы активизации участников тренинга

Разминка и её значение в тренинге. Подходы К.Фоппеля к проведению разминки. Причины пассивности участников.

Тема 8. Обратная связь в социально-психологическом тренинге



Роль обратной связи в решении задач социально-психологического тренинга. Формы обратной связи. Работа тренера с агрессией в тренинге. Негативная обратная связь.

Тема 9. Дискуссия в тренинге

Роль дискуссии в тренинге. Способы организации и регулирования дискуссии. Требования к проведению дискуссии. Формы дискуссий

Тема 10. Самодиагностические процедуры тренинга

Значение самодиагностических процедур. Психологическая поддержка участников. Формы организации самодиагностики.

Тема 11. Тренинги, направленные на решение конкретных социально-психологических задач

Виды тренингов. Специфика тренингов различной направленности.

Тема 12. Способы и приёмы, применяемые в ходе тренингов для решения конкретных задач

5. Образовательные технологии

Программа предусматривает широкое использование в учебном процессе активных и интерактивных форм проведения занятий (разбор и анализ конкретных ситуаций, моделирование этапов тренинга и конкретных тренинговых ситуаций, выработка методических норм и правил проведения тренинга. В рамках учебных курсов могут быть предусмотрены дискуссии, групповые формы работы, решение ситуационных задач, проведение практических упражнений и др.

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

6. Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы обучающихся

Самостоятельную работу студентов обеспечивают: подробное описание разделов дисциплины (табл. 4.1. РП) тем семинарских и практических занятий (Приложение 1 к РП), темы для докладов, предоставляемые преподавателем.

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

Система контроля по курсу включает оценочные средства текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации по итогам освоения дисциплины:

Входной контроль (Лист актуализации опыта студента, включающий задание на самооценку знаний и уровня понимания основных проблем курса);

Текущий контроль: контроль по результатам подготовки к семинарским занятиям, письменный опрос, тестирование.

Итоговый контроль по курсу – зачет.

Форма проведения зачета – устная (возможно проведение тестирования).

Критерии оценки

Оценка «зачтено» ставится в том случае, если студент регулярно посещал учебные занятия, активно участвовал в практической работе, успешно ответил на вопросы к зачету или на вопросы теста.

Оценка «не зачтено» ставится, если студент не посещал учебные занятия, а также в случае слабой подготовки к итоговому зачету.

8. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины



Основная литература:

Григорьев, Н.Б. Психотехнологии группового тренинга : учебное пособие / Н.Б. Григорьев. - Санкт-Петербург : Санкт-Петербургский государственный институт психологии и социальной работы, 2008. - 176 с. : ил. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-98238-012-8 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=277328>

Козьяков, Р.В. Практикум по индивидуальному и групповому консультированию / Р.В. Козьяков. - Москва : Директ-Медиа, 2014. - 31 с. - Режим доступа: по подписке. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=224729> (дата обращения: 29.10.2019). - ISBN 978-5-4458-3812-8. - DOI 10.23681/224729. - Текст : электронный.

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: 29.10.2019). - Библиогр.: с. 195-203. - ISBN 978-5-4475-8755-0. - DOI 10.23681/450202. - Текст : электронный.

Левкин, В.Е. Тренинг эффективного общения / В.Е. Левкин. - Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2016. - 142 с. : ил., табл. - Режим доступа: по подписке. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=450204> (дата обращения: 29.10.2019). - Библиогр.: с. 131-139. - ISBN 978-5-4475-8771-0. - DOI 10.23681/450204. - Текст : электронный.

Основы психотерапии / . - Москва : Директ-Медиа, 2013. - 126 с. - Режим доступа: по подписке. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=210551> (дата обращения: 29.10.2019). - ISBN 978-5-4458-3444-1. - Текст : электронный.

Основы социально-психологического тренинга / авт.-сост. М.А. Василенко. - Ростов-на-Дону : Издательство «Феникс», 2014. - 128 с. - (Психологический практикум). - Режим доступа: по подписке. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=256452> (дата обращения: 29.10.2019). - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-222-22832-6. - Текст : электронный.

Дополнительная литература:

Абрамова, Г.С. Практическая психология : [16+] / Г.С. Абрамова. - Москва : Прометей, 2018. - 541 с. : ил. - Режим доступа: по подписке. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=483174> (дата обращения: 29.10.2019). - ISBN 978-5-906879-70-7. - Текст : электронный.

Абрамова, Г.С. Психологическое консультирование: теория и практика : [16+] / Г.С. Абрамова. - Москва : Прометей, 2018. - 362 с. : ил. - Режим доступа: по подписке. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=483175> (дата обращения: 29.10.2019). - ISBN 978-5-906879-71-4. - Текст : электронный.

Белогай, К.Н. Психологический тренинг как технология помощи семье / К.Н. Белогай, С.А. Дранишников ; Министерство образования и науки Российской Федерации, Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего профессионального образования «Кемеровский государственный университет». - Кемерово : Кемеровский государственный университет, 2014. - 230 с. : ил. - Режим доступа: по подписке. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=278325> (дата обращения: 29.10.2019). - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-8353-1683-0. - Текст : электронный.



Основная профессиональная образовательная программа
37.03.01 Психология
(Психологическое консультирование и психодиагностика)

Крыжановская, Л.М. Методы психологической коррекции личности : [16+] / Л.М. Крыжановская. – Москва : Гуманитарный издательский центр ВЛАДОС, 2015. – 239 с. – (Коррекционная педагогика). – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=429674> (дата обращения: 29.10.2019). – ISBN 978-5-691-02207-4. – Текст : электронный.

Семенова, О.В. Психологическое консультирование : учебное пособие / О.В. Семенова. - Москва : А-Приор, 2010. - 160 с. - (Конспект лекций. В помощь студенту). - ISBN 978-5-384-00322-9 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=56368>

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

<http://lib.ivanovo.ac.ru/index.php/polnotekstovye-resursy/ebs-universitetskaya-biblioteka>

Электронная библиотека ИвГУ <http://lib.ivanovo.ac.ru/index.php/polnotekstovye-resursy/elibnew>

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

Программное обеспечение: операционная система Microsoft Windows, пакет офисных программ Microsoft Office, интернет-браузер Yandex Browser.

9. Материально-техническое обеспечение дисциплины

Учебные аудитории:

- для проведения занятий лекционного типа с комплектом специализированной учебной мебели и техническими средствами обучения, служащими для предоставления учебной информации большой 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.

Демонстрационное оборудование и учебно-наглядные пособия для занятий лекционного типа, обеспечивающие тематические иллюстрации: демонстрационные пособия, электронные пособия (презентации), печатные пособия (тесты).



Основная профессиональная образовательная программа
37.03.01 Психология
(Психологическое консультирование и психодиагностика)

Авторы рабочей программы дисциплины: доцент, кандидат психологических наук
Раскумандрина М. Е., доцент, кандидат психологических наук Маркова Е.К.

Программа рассмотрена и утверждена на заседании кафедры НППО

«29» августа 2024 г., протокол № 1

Программа обновлена

протокол заседания кафедры № 1 от «27» августа 2025 г.

Согласовано:

Руководитель ОП _____ Е.И. Сушкова
(подпись)

Программа обновлена

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

Согласовано:

Руководитель ОП _____ Е.И. Сушкова
(подпись)

Программа обновлена

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

Согласовано:

Руководитель ОП _____ Е.И. Сушкова
(подпись)