

Міністерство освіти і науки України
Сумський державний педагогічний університет
імені А.С.Макаренка

Кафедра психології

ЗАТВЕРДЖУЮ

Директор Навчально-
наукового Інституту
педагогіки і психології

проф.  С.М. Кондратюк

« 28 » серпня 2020 р.



**РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ
ТЕОРІЯ І ТЕХНОЛОГІЯ ПРОЕКТУВАННЯ ТРЕНІНГІВ
РІЗНОГО ТИПУ**

Галузь знань **05 Соціальні та поведінкові науки**

Спеціальність **053 Психологія**

Освітньо-професійна програма **Психологія другого (магістерського)
рівня вищої освіти**

Мова навчання: **українська**

Погоджено науково-методичною
комісією НН інституту Педагогіки і
психології

"28" серпня 2019 р

Голова  доц. Тарасова Т.Б.

(ПІБ, науковий ступінь, вч. звання)

Суми - 2020

Розробники:

Тарасова Т.Б. к. психол. н, доцент, доцент кафедри психології

Робоча програма розглянута і схвалена на засіданні кафедри психології
Протокол № 1 від "27" серпня 2019р.

Завідувач кафедри



Кузікова С.Б. д.психол.н, професор

ПІБ, науковий ступінь, вчене звання

Опис навчальної дисципліни

Найменування показників	Освітній ступінь	Характеристика навчальної дисципліни	
		денна форма навчання	заочна форма навчання
Кількість кредитів – 5	Магістр	Вибіркова	
		Рік підготовки:	
1-й		1-й	
Семестр			
2-й		2-й	
Лекції			
22 год.		4 год.	
Практичні, семінарські			
26 год.		4 год.	
Лабораторні			
год.		год.	
Самостійна робота			
100 год.		140 год.	
Консультації:			
2 год.	2 год.		
Вид контролю: залік			
Загальна кількість годин – 150			

1. Мета вивчення навчальної дисципліни

Метою навчальної дисципліни "Теорія і технологія проектування тренінгів різного типу" є: на основі оволодіння основними теоретичними поняттями поглиблювати знання магістрантів про психологічну сутність, особливості та сучасні технології тренінгів різного типу; розвивати психологічну спостережливість, творчий підхід до рішення конкретних завдань професійної діяльності психолога; формувати початкові вміння організації та проведення тренінгової роботи; виховувати професійно значущі якості особистості.

Основними **завданнями** вивчення дисципліни "Теорія і технологія проектування тренінгів різного типу" є:

- ознайомлення зі теоретичними аспектами технології проектування тренінгів різного типу;
- ознайомлення зі специфікою, основними факторами, нормами, етичними принципами тренінгової роботи;
- опанування професійною термінологією, що використовується в сфері практичної діяльності;
- ознайомлення з вимогами, що висуваються до професійної підготовки ведучого тренінгів різного типу;
- опанування основними методичними та процедурно-організаційними аспектами групової роботи;
- оволодіння методами і техніками проведення групової роботи;
- навчити студентів аналізувати та скеровувати процес групової динаміки;
- ознайомлення з основними правилами та методами роботи психологічних тренінгових груп;
- формування уміння, внутрішньої професійної мотивації та навички проведення групової тренінгової роботи.
- розвиток таких якостей особистості, що мають для майбутнього психолога професійне значення

2. Передумови для вивчення дисципліни

Предметом вивчення навчальної дисципліни є тренінгова діяльність, що передбачає аналіз наступних аспектів: сутність та структура тренінгу як форми активного навчання, методи і методика групової роботи, атрибути тренінгу, принципи тренінгової роботи, динаміка групових процесів, активність учасника та зміна патернів реагування.

Передумовою вивчення навчальної дисципліни "Теорія і технологія проектування тренінгів різного типу" є вивчення загально-теоретичних навчальних дисциплін: "Загальна психологія", "Вікова психологія", "Педагогічна психологія", "Соціальна психологія з практикумом", "Історія психології", та практично спрямованих навчальних дисциплін: "Психологічна просвіта", "Практикум з групової психокорекції", "Психодіагностика", "Психокорекція", "Психотерапія", "Психологічне консультування", а також проходження виробничої психологічної практики.

3. Результати навчання за дисципліною

Вивчення навчальної дисципліни забезпечує те що студент:

РН1. Знає сновні методи соціально-психологічного тренінгу та аналізувати психологічний зміст та особливості різних форм та методів організації тренінгів різного типу

РН2. Самостійно орієнтується у постановці й розв'язанні питань, пов'язаних з організацією тренінгової роботи, формулює загальні цілі тренінгу на кожному етапі та добирає методики і техніки роботи;

РН3. Знає психологічні, методичні та процедурно-організаційні основи групової тренінгової роботи, дотримується принципів та організаційно-методичних аспектів функціонування групи;

РН4. Визначає систему методик, прийомів та вправ психодіагностики і психокорекції та уміє їх гнучко варіювати, враховуючи актуальну ситуацію і потреби групи

4. Критерії оцінювання результатів навчання

Кількість балів	Критерії оцінювання навчальних досягнень студента
90-100	"Відмінно" – навчальна діяльність високої якості та відповідає всім вимогам, теоретичний зміст курсу освоєно повністю, без пробілів, необхідні практичні навички роботи з освоєним матеріалом сформовані на високому рівні, всі передбачені програмою навчання навчальні завдання виконані, якість їх виконання оцінено числом балів, близьким до максимального
82-89	"Дуже добре" – навчальна діяльність високої якості та відповідає всім основним вимогам, теоретичний зміст курсу освоєно повністю, без пробілів, необхідні практичні навички роботи з освоєним матеріалом в основному сформовані, всі передбачені програмою навчання навчальні завдання виконані, якість виконання більшості з них оцінено числом балів, близьким до максимального
74-81	"Добре" – навчальна діяльність якісна та відповідає більшості вимог, теоретичний зміст курсу освоєно повністю, без суттєвих пробілів, деякі практичні навички роботи з освоєним матеріалом сформовані недостатньо, всі передбачені програмою навчання навчальні завдання виконані, якість виконання жодного з них не оцінено мінімальним числом балів, деякі з виконаних завдань, можливо, містять помилки
64-73	"Задовільно" – навчальна діяльність якісна та відповідає основним вимогам, теоретичний зміст курсу освоєно частково, але пробіли не носять істотного характеру, необхідні практичні навички роботи з освоєним матеріалом в основному сформовані, більшість

	передбачених програмою навчання навчальних завдань виконано, деякі види завдань виконані з помилками
60-63	"Посередньо" – навчальна діяльність слабка та не відповідає більшості вимог, теоретичний зміст курсу освоєно частково, наявні деякі пробіли, деякі практичні навички роботи не сформовані, багато навчальних завдань, що передбачені програмою навчання, не виконані, або якість виконання деяких з них оцінено числом балів, близьким до мінімального
35-59	"Незадовільно" (з можливістю перездачі) – навчальна діяльність низької якості та не відповідає основним вимогам, теоретичний зміст курсу освоєно частково, наявні суттєві пробіли, необхідні практичні навички роботи не сформовані, більшість передбачених програмою навчання навчальних завдань не виконано, або якість їх виконання оцінено числом балів, близьким до мінімального; при додатковій самостійній роботі над матеріалом курсу можливе підвищення якості оволодіння навчальною дисципліною.
1-34	"Незадовільно" (без можливості перездачі) – навчальна діяльність низької якості та не відповідає вимогам, теоретичний зміст курсу не освоєно, необхідні практичні навички роботи не сформовані, всі виконані навчальні завдання містять грубі помилки, додаткова самостійна робота над матеріалом курсу не призведе до будь-якого значимого підвищення якості оволодіння навчальною дисципліною

Шкала оцінювання: національна та ECTS

Сума балів за всі види навчальної діяльності	Оцінка ECTS	Оцінка за національною шкалою
		для екзамену, заліку, курсового проекту (роботи), практики
90 – 100	A	відмінно
82 - 89	B	добре
74 - 81	C	
64 - 73	D	
60 - 63	E	задовільно
35-59	FX	незадовільно з можливістю повторного складання
1 - 34	F	незадовільно з обов'язковим повторним вивченням дисципліни

Розподіл балів, які отримують студенти

РОЗДІЛ 1		РОЗДІЛ 2			РОЗДІЛ 3		Разом	Сума
Т. 1.1	Т. 1.2	Т. 2.1	Т. 2.2	Т. 2.3	Т. 3.1	Т. 3.2		
Поточний контроль								100
2	2	5	7	8	5	5	34	
Контроль самостійної роботи								
5	5	10	14	14	9	9	66	

5. Засоби діагностики результатів навчання

Поточний та підсумковий контроль проводяться відповідно до вимог Положення "Про порядок оцінювання знань студентів у Європейській кредитно-трансферній системі (ЄКТС) організації освітнього процесу", затвердженого вченою Радою СумДПУ ім. А.С.Макаренка (протокол №7 від 23.02.2015). Для поточного контролю використовуються форми: опитування та виступи на практичних заняттях, активна участь в обговоренні теоретичних питань, в проведенні психодіагностичних методик, обробленні та аналізі їхніх результатів, в виконанні, обговоренні та оцінюванні практичних завдань, тестування за розділами, індивідуальне навчально-дослідне завдання у вигляді письмові роботи. Результати самостійної роботи контролюються з використанням технології дистанційного навчання. Підсумковий контроль – залік.

6. Програма навчальної дисципліни

6.1 Інформаційний зміст навчальної дисципліни

Розділ I. Теоретичні основи організації і проведення тренінгової роботи

Тема 1.1 Історія та розвиток соціально-психологічного тренінгу.

Психологія груп. Передвісники розвитку сучасної групової психотерапії в XVIII-XX ст. Розвиток групових методів психологічної допомоги в період Другої світової війни.

Групові форми тренінгу. Роботи К. Роджерса, К. Левіна та М.Форверг в практиці соціально-психологічного тренінгу (СПТ).

Історія розвитку СПТ у вітчизняній практиці. Групові форми тренінгу. Проблема мотивації замовника та ведучого тренінг. Правила та принципи тренінгу.

Тема 1.2 Тренінг в системі методів практичної психології

Поняття психологічного тренінгу. Сутність групового психологічного тренінгу. Групова терапія, корекція, навчання і групової тренінг: їх спільність і відмінності.

Основні функції тренінгу. Відмінність тренінгу від психотерапії. Класифікація психологічного тренінгу. Соціально-психологічний тренінг. Специфічні риси тренінгу. Переваги та обмеження групової форми психологічної роботи. Очікувані ефекти тренінгу.

Цілі тренінгової роботи. Механізми досягнення цілей

Ефект та ефективність тренінгу. Набір змін учасників тренінгу за Т.В. Зайцевою та О.Р. Арнольд. Чотири рівні оцінки ефективності тренінгу за Д. Кіркпатріком. Аналіз тренінгового заняття.

Розділ 2. Методика тренінгової роботи

Тема 2.1 Психологічні особливості та принципи тренінгової роботи

Цілі, предмет і завдання групового соціально-психологічного тренінгу. Основні парадигми психологічного тренінгу. Основні та умови проведення тренінгу. Принципи і правила роботи тренінгових груп. Принципи створення середовища тренінгу. Принципи поведінки учасників. Організаційні принципи. Етичні принципи.

Тема 2.2 Психологічні теорії і підходи до організації тренінгових груп.

Класифікації та основні види тренінгових груп. Критерії класифікації тренінгових груп за Ж. Годфруа. Техніка занять Т-груп. Набування комунікативних навичок учасниками групи як провідне завдання СПТ. Основні поняття різних видів психокорекційних груп. Основні підходи до створення тренінгу. Технології тренінгу.

Алгоритми створення тренінгу. Визначення запланованого результату тренінгу. Стадії роботи над програмою тренінгу.

Підготовка програми тренінгу. Логіка побудови тренінгових програм. Основні етапи складання програми СПТ. Різноманітність і критерії вибору тренінгових вправ.

Організація і проведення СПТ. Структура тренінгового заняття. Методика проведення тренінгу, основні елементи групової роботи. Логіка побудови групового процесу. Етапи соціально-психологічного тренінгу. Специфіка підбору вправ, особливості їх виконання. Діяльність ведучого на різних етапах тренінгу. Матеріально-технічне оснащення тренінгу. Форми просторової організації тренінгу. Умови групової роботи та соціальна структура групи. Організація зворотного зв'язку, її основні характеристики. Психодіагностичні можливості тренінгу.

Оцінка ефективності психологічного тренінгу. Чотири групи критеріїв за Д. Кіркпатріком. Психологічні та предметні критерії. Імовірність навмисних змін психологічних феноменів людини в психологічному тренінгу.

Тема 2.3 Основні методи соціально-психологічного тренінгу. Класифікація тренінгових методів. Основні методи групового тренінгу. Групова дискусія. Ігрові методи. Етапи роботи з інтерактивними іграми. Методи, спрямовані на розвиток соціальної перцепції. Методи тілесної терапії. Медитативні техніки. Місце і роль психогимнастики в тренінгу.

Методичні засоби і техніки СПТ. Поняття методичних засобів (технік) тренінгу. Методи роботи тренера. Діагностичні процедури. Інформування. Техніки подання інформації. Мозковий штурм. Аналіз конкретних випадків. Проектне малювання. Елементи музикотерапії. Зворотній зв'язок у тренінгу. Застосування відеозйомки в тренінгу. Етичні аспекти використання різних методів в СПТ.

Розділ 3. Психологія суб'єктів тренінгового процесу

Тема 3.1. Психологія тренінгової групи.

Особливості груп СПТ. Цілі тренінгової групи. Формування групи. Вимоги до групи. Процедурні аспекти тренінгу та відбору учасників групи. Специфіка понять ролі, норми, лідерства в групі. Груповий процес. Типи поведінки в групі. Групова згуртованість і причини її зниження. Керівництво групою, стилі керівництва, особистість керівника. Внутригрупова етика.

Групова динаміка. Психологічні механізми, що діють в групі соціально-психологічного тренінгу. Динамічні процеси в тренінговій групі. Поняття групової динаміки. Основні психотерапевтичні фактори, що властиві більшості груп. Стадії розвитку групи. Групи зі спонтанною і керованою динамікою. Поняття про групову згуртованість і напругу. Ідеальна модель розвитку групи. Нестандартні і кризові ситуації в тренінгу. Кризи росту груп: кризи у зрілих групах, затяжні кризи.

Особливості встановлення контакту у групі. Деструктивна поведінка у групі.

Тема 3.2. Психологія діяльності та особистості ведучого тренінгової групи.

Основні правила роботи психологічних груп, що визначаються тренером. Основні ролі ведучого групи. Стилi керівництва групою. Функції ведучого групи, предмет його роботи. Вимоги до тренера, характеристика особистості групового тренера (С. Славсон, К. Рудестам). Специфічні навички і базові знання, вміння та навички, якими повинен володіти ведучий групи (Г.Сартан). Помилки в діяльності ведучого. Проблеми підготовки та атестації фахівців-тренерів.

Діяльність ведучого, спрямована на групу в цілому. Діяльність ведучого, спрямована на окремого учасника групи. Підготовка до роботи ведучого групою. Вимоги до тренера.

6.2 Структура навчальної дисципліни

Назви розділів і тем	Кількість годин									
	Денна форма					Заочна форма				
	Усього	у тому числі				Усього	у тому числі			
		Лекції	Практ.	Конс.	Самост.р		Лекції	Практ.	Конс.	Самост.р
Розділ І. Теоретичні основи організації і проведення тренінгової роботи										
Тема 1.1 Історія та розвиток соціально-психологічного тренінгу	16	2	2		12	17				17
Тема 1.2 Тренінг в системі методів практичної психології	16	2	2		12	17				17
Розділ 2. Методика тренінгової роботи										
Тема 2.1 Психологічні особливості та принципи тренінгової роботи	25	4	4		17	27	1	1	1	24
Тема 2.2 Психологічні теорії і підходи до організації тренінгових груп.	25	4	4		17	26	1	1		24
Тема 2.3 Основні методи соціально-психологічного тренінгу	30	4	6	2	18	28	1			27
Розділ 3. Психологія суб'єктів тренінгового процесу										

Тема 3.1. Психологія тренінгової групи.	20	4	4		12	18	1	1	1	15
Тема 3.2. Психологія діяльності та особистості ведучого тренінгової групи.	18	2	4		12	17		1		16
Усього годин	150	22	26	2	100	150	4	4	2	140

Теми лекційних занять

Назва теми	Кількість годин	
	Денна форма	Заочна форма
Розділ I. Теоретичні основи організації і проведення тренінгової роботи		
Тема 1.1 Історія та розвиток соціально-психологічного тренінгу	2	
Тема 1.2 Тренінг в системі методів практичної психології	2	
Розділ 2. Методика тренінгової роботи		
Тема 2.1 Психологічні особливості та принципи тренінгової роботи	4	1
Тема 2.2 Психологічні теорії і підходи до організації тренінгових груп.	4	1
Тема 2.3 Основні методи соціально-психологічного тренінгу	4	1
Розділ 3. Психологія суб'єктів тренінгового процесу		
Тема 3.1. Психологія тренінгової групи.	4	1
Тема 3.2. Психологія діяльності та особистості ведучого тренінгової групи.	2	1
Усього годин	22	4

Теми практичних занять

№ з/п	Назва теми	Кількість годин	
		Денна форма	Заочна форма
1.	Тема 1.1 Історія та розвиток соціально-психологічного тренінгу	2	

2.	Тема 1.2 Тренінг в системі методів практичної психології	2	
3.	Тема 2.1 Психологічні особливості та принципи тренінгової роботи	2	
4.	Тема 2.1 Психологічні особливості та принципи тренінгової роботи	2	1
5.	Тема 2.2 Психологічні теорії і підходи до організації тренінгових груп.	2	1
6.	Тема 2.2 Психологічні теорії і підходи до організації тренінгових груп.	2	
7.	Тема 2.3 Основні методи соціально-психологічного тренінгу	2	
8.	Тема 2.3 Основні методи соціально-психологічного тренінгу	2	
9.	Тема 2.3 Основні методи соціально-психологічного тренінгу	2	
10.	Тема 3.1. Психологія тренінгової групи.	2	1
11.	Тема 3.1. Психологія тренінгової групи.	2	
12.	Тема 3.2. Психологія діяльності та особистості ведучого тренінгової групи.	2	1
13.	Тема 3.2. Психологія діяльності та особистості ведучого тренінгової групи.	2	
Усього годин		26	4

Самостійна робота

Назва теми	Кількість годин	
	Денна форма	Заочна форма
Розділ І. Теоретичні основи організації і проведення тренінгової роботи		
Тема 1.1 Історія та розвиток соціально-психологічного тренінгу	12	17
Тема 1.2 Тренінг в системі методів практичної психології	12	17
Розділ 2. Методика тренінгової роботи		
Тема 2.1 Психологічні особливості та принципи тренінгової роботи	17	24
Тема 2.2 Психологічні теорії і підходи до організації тренінгових груп.	17	24
Тема 2.3 Основні методи соціально-психологічного тренінгу	18	27
Розділ 3. Психологія суб'єктів тренінгового процесу		
Тема 3.1. Психологія тренінгової групи.	12	15
Тема 3.2. Психологія діяльності та особистості ведучого тренінгової групи.	12	16
Усього годин	100	140

7. Рекомендовані джерела інформації

Основні:

1. Афанасьєва Н.Є, Теоретико-методологічні основи соціально-психологічного тренінгу : навч. посіб. / Афанасьєва Н. Є., Перелигіна Л. А. ; Нац. ун-т цивіл. захисту України. - Харків : ХНАДУ, 2015. - 315 с.
2. Бакли Р., Кэйпл Дж. Теория и практика тренинга / Р.Бакли, Дж. Кэйпл СПб: Питер, 2002. – 352 с.
3. Гегедюш Т. А. Психологічні тренінги для викладачів і студентів: зміст тренінгу по засвоєнню студентом позиції активного суб'єкта навчальної діяльності [Електронний ресурс] / Т. А. Гегедюш. – 2006. – Режим доступу: <http://psych.kiev.ua/nma-referats/fla-refers/referat-112/lang-1/referatpart>.
4. Киркпатрик, Д. Л. Четыре ступеньки к успешному тренингу / Д. Л. Киркпатрик, Д. Д. Киркпатрик. – М.: Эйч Ар Медиа, 2008 г. – 128 с.
5. Мілютіна К. Л. Теорія та практика психологічного тренінгу: Навч. посіб. / Міжрегіон. акад. упр. Персоналом / К. Л. Мілютіна – К. Освіта, 2004. – 187 с.
6. Технологія тренінгу / [упоряд.: О. Главник, Г. Бевз; за заг. ред. С. Максименко]. – К.: Слово, 2008. – 112 с.
7. Федорчук В. М. Тренінг особистісного зростання : навч. посіб. / В.М. Федорчук – К. : Центр учбової літератури, 2014. – 250 с.

Додаткові:

8. Авидон І. 100 разминок, которые украсят ваш тренинг / И. Авидон, О. Гончукова. – СПб.: Речь, 2007. – 256 с.
9. Блінов О. А. Особливості організації проведення психологічного тренінгу / О. А. Блінов // Вісник. Збірник наукових статей Київського міжнародного університету. Серія: Психологічні науки. Випуск 12. – К. : КиМУ, 2008. – С. 9–23.
10. 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. Вітенко І. С. - Чернівці: Книги -XXI, 2005.- 128 с.
11. Євдокімова Н. О., Соціально-психологічний тренінг як технологія розвитку особистості студента / Н.О.Євдокімова // Вісник Національного університету оборони України 4 (41) /2014 с. 211-217
12. Зайцева Т.В. Теория психологического тренинга / Т.В. Зайцева. – СПб; М., 2002. СПб.: Речь, М.: Смысл, 2002. – 80 с.
13. Лаппо В.В. Тренінгова діяльність як чинник оптимізації виховання духовних цінностей студентів ВНЗ / В.В.Лаппо //Вісник Черкаського університету. Серія "Педагогічні науки". Вип. № 2.2016 с. 92-96
14. Матійків І. М. Тренінг емоційної компетентності: навч.-метод. посібник / І. М. Матійків – К.: Педагогічна думка, 2012. – 112 с.
15. Пузиков В. Г. Технология ведения тренинга. / В.Г. Пузиков– СПб.: Речь, 2007.-224 с:

16. Роджерс К. О групповой психотерапии / К. Роджерс. – М.: Гиль-Эстель, 1993. – 191 с.
17. Рудестам К. Групповая психотерапия. Психокоррекционные группы: теория и практика / Кьелл Рудестам. – М.: Прогресс, 1990. – 368 с.
18. Тренінг у системі професійної підготовки державно-управлінських кадрів : зб. тренінгів / редкол. : Ю. П. Сурмін, Р. А. Науменко, Л. М. Гогіна. – К. : НАДУ, 2013. – 100 с.
19. Фопель К. Создание команды. Психологические игры и упражнения / К. Фопель – [пер. с нем.]. – М. : Генезис, 2002. – 400с.
20. Фопель К. Технология ведения тренинга: теория и практика / К. Фопель. – [пер. с нем.]. – 3-е изд. – М.: Генезис, 2007. – 267 с.
21. Шепелева Л.Н. Программы социально-психологических тренингов / Л.Н. Шепелева. – СПб.: Питер, 2008. – 160 с.

9. Інструменти, обладнання та програмне забезпечення, використання яких передбачає навчальна дисципліна

1. Нормативні документи МОН України
2. Підручники з психології для середньої та вищої школі
3. Практикуми з психології
4. Словники та енциклопедії з психології
5. Предметна наочність – муляжі будови НС, предмети побуту
6. Зображувальна наочність – схеми та таблиці
7. Аудіо наочність
8. Відео наочність
9. Фрагменти навчальних занять в середній та вищій школі
10. Мультимедійні презентації
11. Сценарії ділових та рольових ігор
12. Роздатковий матеріал з психодіагностичних методик
13. Тестові завдання для комп'ютерного контролю