

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации  
НАЦИОНАЛЬНЫЙ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ  
ТОМСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ (НИ ТГУ)

Факультет психологии



УТВЕРЖДАЮ:

Декан факультета психологии

Д. Ю. Баланев

«15» июля 2022 г.

Рабочая программа дисциплины  
Введение в тренинговые технологии и групповую терапию

по направлению подготовки

**37.03.01 «Психология»**

Направленность (профиль) подготовки:

**«Психолог в социальных практиках»**

Форма обучения

**Очно-заочная**

Квалификация

**Бакалавр**


Год приема

**2022**


Код дисциплины в учебном плане: Б1.В.03

СОГЛАСОВАНО:

Руководитель ОПОП

 О. В. Лукьянов

Председатель УМК

 Э. А. Щеглова

## **1. Цель и планируемые результаты освоения дисциплины (модуля)**

Целью освоения дисциплины является формирование следующих компетенций:

ОПК – 4 - Способен использовать основные формы психологической помощи для решения конкретной проблемы отдельных лиц, групп населения и (или) организаций, в том числе лицам с ограниченными возможностями здоровья и при организации инклюзивного образования.

ОПК – 7 - Способен поддерживать уровень профессиональной компетенции, в том числе за счет понимания и готовности работать в супервизии.

ПК – 4 - Способен оказывать психологическую помощь и организовывать психологическое сопровождение социальных групп и отдельных лиц, оказавшихся в кризисных ситуациях.

Результатами освоения дисциплины являются следующие индикаторы достижения компетенций:

ИОПК-4.1 - Успешно реализует принципы психологической помощи в решении конкретной проблемы отдельных лиц, групп населения;

ИОПК-4.2 - Подбирает соответствующие формы оказания психологической помощи отдельным лицам, группам населения;

ИОПК-7.1 - Подготавливает и представляет на супервизии случаи, вызывающие затруднения в собственной работе;

ИПК-4.2 - Разрабатывает различные формы психологического сопровождения в соответствии с конкретной задачей и оценивает их эффективность;

ИПК-4.3 - Разрабатывает различные виды тренингов, и оценивает эффективность их реализации в соответствии с решаемой задачей.

## **2. Задачи освоения дисциплины**

– познакомиться с основными методами оказания психологической помощи в группе,

– научиться использовать базовые методы практической психологии в групповой работе,

– получить опыт проектирования, апробации и совершенствования (с учетом полученной обратной связи) программы тренинга.

## **3. Место дисциплины (модуля) в структуре образовательной программы**

Дисциплина относится к части образовательной программы, формируемой участниками образовательных отношений, является обязательной для изучения.

## **4. Семестр(ы) освоения и форма(ы) промежуточной аттестации по дисциплине**

Семестр 7, зачет с оценкой.

## **5. Входные требования для освоения дисциплины**

Для успешного освоения дисциплины требуются результаты обучения по следующим дисциплинам: общая психология, психология личности, феноменологический практикум, организационная психология.

## **6. Язык реализации**

Русский

## **7. Объем дисциплины (модуля)**

Общая трудоемкость дисциплины составляет 4 з.е., 144 часа, из которых:

– лекции: 8 ч.

– практические занятия: 36 ч.

– лабораторные работы: 0 ч.

в том числе практическая подготовка: 0 ч.

Объем самостоятельной работы студента определен учебным планом.

## **8. Содержание дисциплины (модуля), структурированное по темам**

Тема 1. Психологический тренинг как метод практической психологии.

Особенности групповой терапии. Соотношение понятий «групповая психотерапия», и «групповой тренинг». Общее представление о психологическом тренинге. Специфические черты тренинговой работы и групповой терапии.

Тема 2. Этапы групповой работы.

Общее представление о стадиях развития группы в тренинге. Особенности начального этапа работы в группе. Кризисы в развитии тренинговой группы. Завершение тренинга и групповой терапии.

Тема 3. Организация групповой терапии и работы в тренинговой группе.

Правила групповой работы (групповые нормы). Стили руководства группой. Личность тренера.

Тема 4. Планирование тренинга.

Проектирование программы тренинга Программа группового тренинга и ее структура. «Изменения» и «результат» как основа при планировании тренинга. Разработка и планирование последовательности заданий активного тренинга. Оформление тренинговой программы.

Тема 5. Методы тренинговой работы.

Использование информационных технологий в активном тренинге. Игровые процедуры на тренинговых занятиях. Виды дискуссий в активном тренинге. Психодиагностические и самодиагностические процедуры в групповом тренинге.

Тема 6. Особенности управления группой.

Групповая динамика, межличностная ситуация в тренинге. Факторы продуктивности группового социально-психологического взаимодействия в тренинге. Факторы, обеспечивающие возможность изменений участников в тренинговой группе.

Тема 7. Посттренинговое сопровождение. Продление эффектов активного тренинга. Практическое применение навыков, приобретённых в тренинговом обучении и оценка результатов активного тренинга.

## **9. Текущий контроль по дисциплине**

Текущий контроль по дисциплине проводится путем контроля посещаемости, проведения опросов, оценки анализа ситуационных задач по темам, выполнения домашних заданий и фиксируется в форме контрольной точки не менее одного раза в семестр.

## **10. Порядок проведения и критерии оценивания промежуточной аттестации**

**Зачет с оценкой в седьмом семестре** проводится путем оценивания следующих активностей:

- Апробация спроектированной тренинговой программы
- Участие в рефлексии реализованных одногруппниками программ тренингов
- Оформление и презентация отчета о проведенном тренинге

Все предлагаемые задания оцениваются совокупно в рейтинговой системе по 5-бальной шкале.

### **Критерии оценивания апробации тренинговой программы**

Максимальная оценка – 5 баллов.

<b>Критерии оценивания</b>		<b>Количество баллов</b>
1.	Организация тренингового пространства (подготовка раздаточных материалов, платформ для прохождения диагностических мероприятий)	0–1 балл
2.	Грамотная презентация себя как тренера и темы (цели, задач) тренинговой программы	0–1 балл
3.	Соблюдение этапов тренинговой работы	0–1 балл
4.	Планомерная реализация мероприятий тренинговой программы с учетом групповой динамики (при необходимости смена/дополнение/исключение включенных в нее практик)	0–1 балл
5.	Организация межличностного взаимодействия участников тренинга	0 – 1 балл

### **Критерии оценивания участия в рефлексии реализованных одногруппниками программ тренингов**

Максимальная оценка – 5 баллов.

<b>Критерии оценивания</b>		<b>Количество баллов</b>
1.	Участие в тренинговых мероприятиях	0–1 балл
2.	Обратная связь о каждом тренинговом мероприятии	0–1 балл
3.	Итоговая обратная связь участника тренинга	0–1 балл
4.	Рефлексия апробации тренинговой программы	0 – 2 балла

### **Критерии оценивания оформления и презентации отчета о проведенном тренинге**

Максимальная оценка – 5 баллов.

Критерии оценивания		Количество баллов
1.	Обеспечение условий для эффективной апробации тренинговой программы	0 – 0,5 балла
2.	Оригинальность программы тренинга	0 – 2 балла
3.	Наличие альтернативных вариантов тренинговых мероприятий	0 – 0,5 балла
4.	Проявление инициативы к повышению эффективности реализованной программы	0 – 0,5 балла
5.	Способность произвести рефлексивный анализ проведенной практики.	0–1,5 балла

В процессе освоения дисциплины «Введение в тренинговые технологии и групповую терапию» по результатам выполнения всех видов предусмотренных промежуточной аттестацией заданий: апробация спроектированной тренинговой программы, участие в рефлексии реализованных одногруппниками программ тренингов, оформление и презентация отчета о проведенном тренинге; рассчитывается итоговый рейтинговый балл, как среднее арифметическое его составляющих.

### 11. Учебно-методическое обеспечение

- а) Электронный учебный курс по дисциплине в электронном университете «Moodle» - <https://moodle.tsu.ru/course/view.php?id=14937>
- б) Оценочные материалы текущего контроля и промежуточной аттестации по дисциплине.
- в) План семинарских / практических занятий по дисциплине.
- г) Методические указания по проектированию отчета о проектировании программы тренинга.
- д) Методические указания по организации самостоятельной работы студентов.

### 12. Перечень учебной литературы и ресурсов сети Интернет

- а) основная литература:
  1. Вачков И. В. Основы технологии группового тренинга. Психотехники : учебное пособие / И. В. Вачков. - [3-е изд., перераб. и доп.]. - Москва : Ось-89, печ. 2007. - 255 с.
  2. Кочюнас Р. Психотерапевтические группы: теория и практика [Электронный ресурс] : М. : "Академический Проект", 2000. – 238 с.
  3. Новые психологические контексты становления личности в меняющемся мире / [Т. Г. Бохан, Е. Ю. Брель, Д. Е. Власова и др.] ; под ред. Э. В. Галажинского, В. И. Кабрина ; Нац. исслед. Том. гос. ун-т. - Томск : Издательский Дом Томского государственного университета, 2017. URL: <https://ez.lib.tsu.ru/login?url=https://znanium.com/catalog/document?id=395441>
  4. Психологическое консультирование в социальных практиках психологической помощи : учебное пособие : [для преподавателей и студентов вузов психологических специальностей] / Т. Г. Бохан, И. Я. Стоянова, А. Л. Ульянич [и др.] ; М-во науки и высш. образования Рос. Фед., Нац. исслед. Том. гос. ун-т, Фак психологии. - Томск : Издательский Дом Томского государственного университета, 2019. URL: <https://ez.lib.tsu.ru/login?url=https://znanium.com/catalog/document?id=395446>
  5. Марасанов Г.И. Социально-психологический тренинг / Марасанов Г.И.. — Москва : Когито-Центр, 2019. — 251 с. URL : <https://ez.lib.tsu.ru/login?url=http://www.iprbookshop.ru/88390.html>

б) дополнительная литература:

1. Абрамова Г.С. Практическая психология / Г.С. Абрамова. М. : Академический проспект, 2005. – 496 с. <https://ez.lib.tsu.ru/login?url=http://www.iprbookshop.ru/94506.html>
2. Бекоева Д. Д. Практическая психология : учебник. Гриф МО РФ. М. : Академия, 2009. – 192 с.
3. Дубровина И. В. Практическая психология образования. СПб. : Питер, 2009. – 592 с.
5. Ежова Н. Н. Справочник практического психолога. Ростов на Дону : Феникс, 2011. – 380 с. <https://ez.lib.tsu.ru/login?url=https://znanium.com/catalog/document?id=186728>
6. Залевский Г. В. Когнитивно-поведенческая терапия при депрессиях (по материалам зарубежных исследований) / Г. В. Залевский // Сибирский психологический журнал. 1998. Вып. 7. С. 73-78.
7. Кабрин В. И. Комплекс психологических практик развития потенциала достижений : учебное пособие : [для студентов вузов, обучающихся по направлению "психология" и профилю магистратуры "эргономика и психология профессиональной деятельности"] / В. И. Кабрин ; Том. гос. ун-т. - Томск : Издательство Томского университета, 2011.
8. Ключко В.Е., Галажинский Э.В., Краснорядцева О.М., Лукьянов О.В. Системная антропологическая психология: понятийный аппарат // Сибирский психологический журнал. -2015. - № 56. С. 9-20.
9. Кочюнас Р. Психологическое консультирование. Групповая психотерапия : учебник для вузов. М. : Академический Проспект, 2010. – 464 с.
10. Крайг Г. Психология развития. СПб. : Питер, 2008.- 992 с.
11. Квинн В. Прикладная психология. СПб.: Питер, 2000. – 558 с.
12. Молостова А.Н. Сравнительный анализ процесса групповой работы в психологическом тренинге и психотерапевтической группе // Консультативная психология и психотерапия - 2018. Том. 26, № 1. <https://elibrary.ru/item.asp?id=32759487&>
13. Психология общения. Энциклопедический словарь / Под общ. ред. А.А. Бодалева. – М., Изд-во «Когито-Центр», 2015. – 672 с.
14. Психологическая служба в современном образовании: рабочая книга / под ред. И. В. Дубровиной. СПб. : Питер, 2009. – 400 с.
15. Рудестам К. Групповая психотерапия. СПб. Питер, 2006. – 384 с.
16. Старшенбаум Г.В. Тренинг навыков практического психолога: интерактивный учебник. М. : ИПиПК, 2008. – 416 с.
17. Тутушкина М. К. Практическая психология : учебник. Гриф МО РФ. М. : Бизнес - Пресса, 2009. – 368 с.
18. Encyclopedia of Cognitive Behavior Therapy Электронный ресурс edited by Arthur Freeman, Stephanie H. Felgoise, Christine M. Nezu, Arthur M. Nezu, Mark A. Reinecke.- Boston, MA : Springer Science+Business Media, Inc., 2005.
19. Psychosocial Transcultural Games as Tools in Group Counselling, Therapy and Training for Dealing with Crisis and Trauma from War, Armed Conflict, and Forced Displacement // The Global Psychotherapist. – 2022 Vol 2, Iss 2, Pp 32-41.

в) ресурсы сети Интернет:

<http://www.psychologos.ru> энциклопедия практической психологии, включающая тренинги, тесты, упражнения, технологии в разных отраслях психологического знания.

<http://flogiston.ru/reviews/sites> Флогистон: психология из первых рук. Сайт психологии: библиотека, блоги, гранты.

[psyjournal.ru](http://psyjournal.ru) журнал практической психологии и психоанализа: актуальные исследования, статьи.

### **13. Перечень информационных технологий**

а) лицензионное и свободно распространяемое программное обеспечение:

– Microsoft Office Standart 2013 Russian: пакет программ. Включает приложения: MS Office Word, MS Office Excel, MS Office PowerPoint, MS Office On-eNote, MS Office Publisher, MS Outlook, MS Office Web Apps (Word Excel MS PowerPoint Outlook);

– публично доступные облачные технологии (Mail, Яндекс диск и т.п.).

б) информационные справочные системы:

– Электронный каталог Научной библиотеки ТГУ – <http://chamo.lib.tsu.ru/search/query?locale=ru&theme=system>

– Электронная библиотека (репозиторий) ТГУ – <http://vital.lib.tsu.ru/vital/access/manager/Index>

– ЭБС Лань – <http://e.lanbook.com/>

– ЭБС Консультант студента – <http://www.studentlibrary.ru/>

– Образовательная платформа Юрайт – <https://urait.ru/>

– ЭБС ZNANIUM.com – <https://znanium.com/>

– ЭБС IPRbooks – <http://www.iprbookshop.ru/>

### **14. Материально-техническое обеспечение**

Аудитории для проведения занятий лекционного типа.

Аудитории для проведения занятий семинарского типа, индивидуальных и групповых консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации.

Помещения для самостоятельной работы, оснащенные компьютерной техникой и доступом к сети Интернет, в электронную информационно-образовательную среду и к информационным справочным системам.

Аудитории для проведения тренинговых занятий.

### **15. Информация о разработчиках**

Кристина Владиславовна Волынец, доцент кафедры психологии личности Факультета психологии