

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

**Федеральное государственное автономное
образовательное учреждение высшего образования
«Национальный исследовательский Нижегородский государственный университет
им. Н.И. Лобачевского»**

Факультет социальных наук
(факультет / институт / филиал)

УТВЕРЖДЕНО
решением президиума Учёного со-
вета ННГУ
протокол № 4 от 14.12.2021 г.

Рабочая программа дисциплины

Теория и практика психологического тренинга

(наименование дисциплины (модуля))

Уровень высшего образования

Бакалавриат

(бакалавриат / магистратура / специалитет)

Направление подготовки

37.03.01 «Психология»

(указывается код и наименование направления подготовки / специальности)

Направленность образовательной программы

Общая и практическая психология

(указывается профиль / магистерская программа / специализация)

Квалификация (степень)

Бакалавр

(бакалавр / магистр / специалист)

Форма обучения

Очная, очно-заочная

(очная / очно-заочная / заочная)

Нижегород

2021

1. Место и цели дисциплины в структуре ОПОП

Актуальность дисциплины. Курс ориентирован на студентов, обучающихся по направлению 37.03.01 «Психология». Направленность образовательной программы – «Общая и практическая психология». Социально-психологический тренинг является эффективным методом обучения и развития личности. Он является основой для вариантов применения тренинговых методов в практике работы психолога.

Назначение дисциплины. Дисциплина призвана обеспечить базовую теоретическую подготовку профессиональных психологов в системе высшего образования в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом высшего профессионального образования по направлению подготовки 37.03.01 «Психология».

Целью освоения дисциплины является: является развитие профессиональной компетентности студентов в сфере реализации тренинга как конструктивной и быстродействующей формы психологической работы с группами.

Задачи дисциплины:

1. определение основных характеристик социально-психологического тренинга как формы психологической работы;
2. изучение основных тренинговых методов;
3. изучение основных принципов организации социально-психологического тренинга;
4. формирование навыков проектирования и реализации программ, а также прогнозирования результатов коррекционно-педагогического и реабилитационного сопровождения сотрудников силовых структур и гражданского населения.

Место дисциплины в ООП. Дисциплина «Теория и практика психологического тренинга» (Б1.Б.39) относится к базовым дисциплинам Блока Б.. Дисциплины (Модули) подготовки в рамках ОПОП подготовки бакалавра по направлению подготовки 37.03.01 «Психология». Данная дисциплина является одной из основных в рамках обучения по направлению подготовки 37.03.01 «Психология»; она обязательна для освоения на 4 курсе, 7 семестре обучения.

Материал дисциплины базируется на *предварительном изучении* таких курсов базовой части ОПОП подготовки бакалавра по направлению подготовки 37.03.01 «Психология», как «Социальная психология», «Психология личности», «Психология развития и возрастная психология».

Освоение материала дисциплины является *методической опорой* изучения таких курсов базовой части ОПОП подготовки бакалавра по направлению 37.03.01 «Психология», как «Профориентационное консультирование», «Организация работы кадровых служб с основами делопроизводства», «Профессиональная этика».

2. Планируемые результаты обучения по дисциплине, соотнесенные с планируемыми результатами освоения образовательной программы (компетенциями выпускников)

Требования к результатам освоения дисциплины (компетенции). Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций:

- способность к осуществлению стандартных базовых процедур оказания индивиду, группе, организации психологической помощи с использованием традиционных методов и технологий (ПК-3),
- способностью к проектированию, реализации и оценке учебно-воспитательного процесса, образовательной среды при подготовке психологических кадров с учетом современных активных и интерактивных методов обучения и инновационных

технологий (ПК-10),

– способностью к использованию дидактических приемов при реализации стандартных коррекционных, реабилитационных и обучающих программ по оптимизации психической деятельности человека (ПК-11),

– способность к реализации психологических технологий, ориентированных на личностный рост сотрудников организации и охрану здоровья индивидов и групп (ПК-14).

Планируемые результаты обучения по дисциплине

Формируемые компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине
ПК-3	<i>З1 (ПК-3) Знать:</i> <ul style="list-style-type: none">– теоретические основы и принципы организации социально-психологического тренинга как метода преднамеренных изменений;– психологические методики и стандартные тренинговые процедуры, ориентированные на личностный рост, оптимизацию личностного и профессионального бытия человека. <i>У1 (ПК-3) Уметь:</i> <ul style="list-style-type: none">– раскрывать психологическое содержание проблем, возникающих в профессиональной деятельности и личной жизни;– получать данные о состоянии (содержании) психологических компонентов, влияющих на оказание психологической помощи индивиду и группе; <i>В1 (ПК-3) Владеть:</i> <ul style="list-style-type: none">– навыками оказания индивиду, группе психологической помощи с использованием тренинговых методов и технологий.
ПК-10	<i>З1 (ПК-10) Знать:</i> <ul style="list-style-type: none">– критерии надежности, эффективности и успешности учебно-воспитательного процесса;– основные методы психологического обеспечения профессиональной деятельности психолога;– структуру психологического портрета психолога- профессионала; <i>У1 (ПК-10) Уметь:</i> <ul style="list-style-type: none">– составлять психологический портрет профессионала; <i>В1 (ПК-10) Владеть:</i> <ul style="list-style-type: none">– активными и интерактивными методами психологического обеспечения профессиональной деятельности при проектировании, прогнозировании и решении практических задач;
ПК-11	<i>З1 (ПК-11) Знать:</i> <ul style="list-style-type: none">– содержание основных дидактических приёмов при реализации тренинговых программ; <i>У1 (ПК-11) Уметь:</i> <ul style="list-style-type: none">– исследовать и анализировать групповую динамику, психологические компоненты, влияющие на оптимизацию деятельности группы;– организовывать и осуществлять практические циклы коррекционных и реабилитационных мероприятий; <i>В1 (ПК-11) Владеть:</i> <ul style="list-style-type: none">– приемами воздействия на межличностные и межгрупповые отношения и на отношения субъекта с реальным миром
ПК-14	<i>З1 (ПК-14) Знать:</i> <ul style="list-style-type: none">– теоретические психологические методики и технологии, ориентированные на личностный рост, охрану здоровья индивидов и групп; <i>У1 (ПК-14) Уметь:</i> <ul style="list-style-type: none">– использовать психологические методики и тренинговые технологии, ориентированные на личностный рост, охрану здоровья индивидов и групп; <i>В1 (ПК-14) Владеть:</i> <ul style="list-style-type: none">– способами приемами оказания психологической помощи в личностном росте.

3. Структура и содержание дисциплины

Структура дисциплины (очная форма обучения)

Форма промежуточной аттестации по дисциплине – экзамен в 7 семестре.

Объём дисциплины составляет 3 зачетных единицы, всего 108 часов, из которых:

для очной формы обучения

- 34 часа составляет контактная работа обучающегося с преподавателем (32 часа занятия семинарского типа (практические занятия), в том числе 2 часа - мероприятия текущего контроля успеваемости, 2 часа - мероприятия промежуточной аттестации), 74 часа – самостоятельная работа обучающегося.

Структура дисциплины «Теория и практика психологического тренинга»

Наименование и краткое содержание разделов и тем дисциплины, форма промежуточной аттестации по дисциплине	Всего часов	Контактная работа (работа во взаимодействии с преподавателем), часы из них			Самостоятельная работа обучающегося, часы
		Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Всего	
Тема 1. Тренинг в системе методов практической психологии	8		2		6
Тема 2. Субъектная парадигма психологического тренинга	8		2		6
Тема 3. Сущность тренинговых методов	9		2		7
Тема 4. Тренинговые методы работы с прошлыми событиями	10		3		7
Тема 5. Тренинговые методы работы со «случающимися» событиями	11		4		7
Тема 6. Тренинговые методы работы с конструируемыми событиями	11		4		7
Тема 7. Метафоризация в психологическом тренинге	8		2		6
Тема 8. Типологии тренинговых групп	9		2		7
Тема 9. Подготовка к тренингу	10		3		7
Тема 10. Организационно-методические аспекты проведения тренинга	10		3		7
Тема 11. Приемы создания тренинговых техник	12		5		7

Примечание: Текущий контроль успеваемости проводится на практических занятиях

для очно-заочной формы обучения:

- 18 часов составляет контактная работа обучающегося с преподавателем (16 часов занятия семинарского типа (практические занятия), в том числе 2 часа - мероприятия текущего контроля успеваемости, 2 часа - мероприятия промежуточной аттестации), 90 часов – самостоятельная работа обучающегося.

Наименование и краткое содержание разделов и тем дисциплины, форма промежуточной аттестации по дисциплине	Всего часов	Контактная работа (работа во взаимодействии с преподавателем), часы из них			Самостоятельная работа обучающегося, часы
		Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Всего	
Тема 1. Тренинг в системе методов практической психо-	9		1		8

логи				
Тема 2. Субъектная парадигма психологического тренинга	9		1	8
Тема 3. Сущность тренинговых методов	9		1	8
Тема 4. Тренинговые методы работы с прошлыми событиями	10		2	8
Тема 5. Тренинговые методы работы со «случающимися» событиями	10		2	8
Тема 6. Тренинговые методы работы с конструируемыми событиями	10		2	8
Тема 7. Метафоризация в психологическом тренинге	10		1	9
Тема 8. Типологии тренинговых групп	10		1	9
Тема 9. Подготовка к тренингу	9		1	8
Тема 10. Организационно-методические аспекты проведения тренинга	10		2	8
Тема 11. Приемы создания тренинговых техник	10		2	8

Примечание: Текущий контроль успеваемости проводится на практических занятиях

Содержание дисциплины: основные модули, разделы, темы

Раздел	Тема	Содержание
Раздел 1. Тренинг как форма психологической работы	Тема 1. Тренинг в системе методов практической психологии	Общее представление о тренинге. Тренинг как способ реализации необходимых психологических условий развития профессионального и личностного самосознания людей и актуализации их ресурсов. Тренинг как исследовательский метод, в рамках которого конструируются и изучаются межличностные отношения или социальные феномены. Тренинг как способ практической работы с психологическими характеристиками конкретных людей. Тренинг и другие мета-методы практической психологии. Виды запросов клиентов и их ожидания от тренинга. Информирование, консультирование, интервенция как способы решения актуальных проблем клиента. Тренинг как метод предоставляемой возможности клиентам научиться решать проблемы. Возможные ошибки психолога при использовании мета-методов на тренинге. Задачи психологического тренинга. Задача мотивирования и формирования позитивных отношений к новой деятельности. Задача формирования системы представлений клиента. Задача формирования умений.
	Тема 2. Субъектная парадигма психологического тренинга	Характеристики человека как субъекта. Картина мира участников тренинга: механистичная, стереоскопическая, вариативная субъектная. Теория возможностей Дж. Гибсона. Субъектность и способности, связанные с нею: самоупорядочивание, самопричинение, саморазвитие. Человек и его возможности. Взаимодополнительность человека и его экологического мира. Экологический мир и его характеристики. Потребность быть субъектом. Становление субъектности у человека. Психологический тренинг и развитие субъектности. Событие как существенное для человека изменение его экологического мира. Становление субъект-субъектного способа взаимодействия тренера с клиентом.
Раздел 2. Основные тренинговые методы	Тема 3. Сущность тренинговых методов	Общее представление о тренинговом методе. Реализация тренинговых методов на трех уровнях: в группе, с группой, через группу. Единство индивидуальных и групповых процессов в тренинге. Важнейшие принципы реализации тренинговых методов. Принцип событийности. Принцип метафоризации. Принцип транспективности. Событие как единица измерения тренинговой реальности. Последовательные этапы в работе с событием: идентификация; интерпретация. Типологии событий, происходящих на тренинге. События, случающиеся: с членами группы до тренинга, на тренинге, после тренинга. События, происходящие в пространстве внутреннего мира человека, в пространстве дискурса, в физическом пространстве помещения, в котором проходит тренинг.

	Тема 4. Тренинговые методы работы с прошлыми событиями	<p>Метод регрессии (активизация произошедшего события в психологическом пространстве). Вторичное проживание когда-то произошедшего события в целях изменения в клиенте. Погружение как реальное столкновение пациента с ситуациями или объектами, вызывающими негативные переживания. Продуктивность метода для создания состояния уверенности в себе.</p> <p>Метод обмена опытом (активизация произошедшего события в пространстве дискурса). Форма группового обсуждения событий, которые имели для участников особое значение. Форма групповых дискуссий биографического характера.</p> <p>Метод имитации (активизация произошедшего события в пространстве физической реальности). Психодраматическое направление Дж. Морено. Ситуационно-ролевая игра как эффективный метод моделирования ситуаций, ее виды и признаки.</p>
	Тема 5. Тренинговые методы работы со «случающимися» событиями	<p>Метод концентрации присутствия (активизация происходящего события в психологическом пространстве). Использование вопросов на осознание, упражнений телесно-ориентированной терапии, заданий на самоанализ.</p> <p>Метод групповой рефлексии (активизация происходящего события в пространстве дискурса). Совместное обсуждение и анализ событий, происходящих в группе, с целью стимуляции групповых и индивидуальных процессов. Классификации дискуссий. Взаимопонимание участников как условие ее продуктивности. Обратная связь как важнейший механизм формирования диспозиционных умений.</p> <p>Метод построения диспозиций (активизация происходящего события в пространстве физической реальности). Моделирование системы взаимоотношений и взаимосвязей, характерная для реальной жизни через игры и упражнения. Родство между тренинговыми процедурами и детскими играми. Диагностическая и развивающая функции игры в психологическом тренинге. Игры-проживания, игры-драмы, творческие игры, спонтанно-импровизационные игры.</p>
	Тема 6. Тренинговые методы работы с конструируемыми событиями	<p>Метод символического самовыражения (активизация конструируемого события в психологическом пространстве). Нацеленность на проектирование и моделирование в психологическом пространстве нового видения мира, видения самого себя и других. Медитации-визуализации, приемы активного воображения и техники имаготерапии и имагогики, проективные рисунки, написание сказок, упражнения нейролингвистического программирования, создание изделий из песка, глины, пластилина, бумаги или ткани и др. методы символического самовыражения. Влияние образов, возникающих в воображении человека, на его поведение, на жизненные ситуации и обратное влияние особенностей жизни человека на спонтанно возникающие образы.</p> <p>Метод группового решения проблем (активизация конструируемого события в пространстве дискурса). Возможность участников тренинга увидеть поставленную проблему с разных сторон. Нахождение общего решения и достижение согласия между участниками. Методика мозгового штурма А. Осборна.</p> <p>Метод операционализации (активизация конструируемого события в пространстве физической реальности). Возможность «репетиции поведения» участников тренинга в тех или иных ситуациях с тем, чтобы в дальнейшем перенести лучшие из найденных вариантов в свою реальную жизнь. Операциональные, деловые, поступочные, дидактические, управленческие и профориентационные игры.</p> <p>Обобщение представлений о тренинговых методах.</p>
Раздел 3. Основные принципы организации социально-психологического тренинга.	Тема 7. Метафоризация в психологическом тренинге	<p>Понимание метафоры. Психологическое воздействие метафоры. Метафора и понимание. Переход от непонимания к пониманию метафоры как особая форма мыслительной работы субъекта.</p> <p>Интерпретация и объяснение метафоры. Метафора как способ обозначения одного через другое, переноса свойств одних предметов на другие.</p> <p>Особенности метафоры как инструмента психолога. Метафора как способ самовыражения субъекта посредством понимания, интерпретации и объяснения открывшихся ему метафорических смыслов.</p>

	Тема 8. Типологии тренинговых групп	<p>Основы типологии тренинговых групп. Критерии выделения типов тренинговых групп: центрация субъекта, способность к рассмотрению себя и общности как целостности; придание субъектной ценности себе и другим; совместность деятельности.</p> <p>Тренинговая группа «Черная дыра». Взаимодействие, при котором участники не выступают по отношению друг к другу как субъекты и не осознают себя и другого в качестве таковых. Возможные стратегии, технологии и приемы: «центрационная», «познавательная», «отношенческая», «преобразовательная».</p> <p>Тренинговая группа «Скопление астероидов». Взаимодействие, при котором другой выступает для каждого участника как объект, обладающий специфическими особенностями. Возможные стратегии, технологии и приемы: «центрационная», «познавательная», «отношенческая», «преобразовательная».</p> <p>Тренинговая группа «Звездная система». Взаимодействие, при котором каждый участник группы как субъект отражает и себя, и другого человека в качестве субъекта и видит ценность и в себе, и в другом. Возможные стратегии, технологии и приемы: «центрационная», «познавательная», «отношенческая», «преобразовательная».</p> <p>Тренинговая группа «Галактический совет». Полисубъектный уровень взаимодействия в группе. Возможные стратегии, технологии и приемы: «центрационная», «познавательная», «отношенческая», «преобразовательная».</p>
	Тема 9. Подготовка к тренингу	<p>Проблема планирования тренинга и составления тренинговой программы. Проблема использования готового сценария чужого тренинга. Психологическая матрица тренинга, включающая важнейшие проблемы, с которыми надо работать на тренинге и области психической реальности участников.</p> <p>Девятишаговая модель подготовки к тренингу. Определение темы и цели тренинга как образа будущего результата. Определение состава тренинговой группы. Определение временных ресурсов. Формулировка проблем. Формулировка задач. Подбор соответствующих психотехник. Выделение блоков тренинговой программы и занятий на каждый блок. Составление сценарного плана тренинга. Написание краткого сценария тренинга с указанием цели каждого занятия и всех необходимых материалов.</p>
	Тема 10. Организационно-методические аспекты проведения тренинга	<p>Цели и условия проведения тренинга. Их связь с видами тренинговых групп.</p> <p>Важнейшие требования к организации психологических тренингов. Подготовка примерной программы психологического тренинга. Организация пространственно-предметной среды. Минимально необходимые требования к оборудованию.</p> <p>Описание программы психологического тренинга. Примерная структура программы психологического тренинга. Блочная структура занятия. Схема анализа тренингового занятия.</p> <p>Тренинг тренеров и его особенности. Возможная модель тренинга тренеров. Три основных этапа тренинга тренеров.</p>
	Тема 11. Приемы создания тренинговых техник	<p>Этапы работы по созданию тренинговых техник. Вычленение проблемы, которую необходимо решить в тренинговой работе. Формулирование цели будущей психотехники. Выбор тренингового метода, в рамках которого наиболее целесообразно разрабатывать психотехнику. Создание необходимых тренинговых техник в рамках выбранного метода.</p>

4. Образовательные технологии

В соответствии с требованиями ФГОС ВПО по направлению подготовки 37.03.01 «Психология» реализация компетентностного подхода предусматривает широкое использование в учебном процессе по курсу «Теория и практика психологического тренинга» активных и интерактивных форм проведения занятий в сочетании с внеаудиторной работой с целью формирования и развития профессиональных навыков обучающихся.

При проведении *практических занятий* используются следующие варианты: освоение тестовых методик; разбор конкретных ситуаций (в устной или письменной форме); обсуждение специальных (учебных) видеозаписей; дискуссия; групповое обсуждение; обсуждение отчетов, результатов тестирования.

5. Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы обучающихся

В ходе выполнения самостоятельной работы по данной дисциплине студенты выполняют по каждой теме следующий ряд работ:

- изучение темы по опорной литературе (основная, дополнительная, электронные ресурсы);
- выполнение заданий для самостоятельной работы;
- ответ на вопросы для самоконтроля (в устной или письменной форме).

При подготовке к аттестации знаний по данной дисциплине студенту рекомендуется выполнить тест для самоконтроля по данной дисциплине.

Учебно-методическим обеспечением самостоятельной работы являются все источники основной и дополнительной литературы, Интернет-ресурсов.

Примерные задания теста для самоконтроля

Выполнение теста для самоконтроля направлено на стимулирование повторения материала учащимися, закрепление базовых понятий, закономерностей и теорий по дисциплине, дополнительную проработку неудовлетворительно усвоенного материала. Контроль результатов проводится в стандартной форме – по числу верно выполненных заданий.

1. Желание клиента не столько избавиться от той или иной проблемы, сколько научиться самостоятельно решать ее в дальнейшем, связано с таким методом деятельности психолога как

- А. информирование
- Б. консультирование
- В. интервенция
- Г. тренинг
- Д. дрессировка

2. Необходимость сформировать у участников тренинга желание освоить новую деятельность увидеть в ней смысл для себя, осознать ее ценность, связано с такой задачей тренинга как

- А. Задача мотивирования и формирования позитивных отношений к новой деятельности.
- Б. Задача формирования системы представлений клиента.
- В. Задача формирования умений клиента.
- В. Задача формирования умений
- Г. Задача саморазвития
- Д. Задача самоконтроля

3. Стратегические умения в тренинге— это

- А. способность использовать знания и навыки в определенной ситуации
- Б. способность использовать из имеющихся в подструктуре представлений наиболее адекватную в данной ситуации стратегию деятельности
- В. способность занимать определенную диспозицию по отношению к ситуации на основе имеющейся системы субъективных отношений
- Г. саморазвитие

Д. самоконтроль

4. Представление о том, что мир, в котором реально живет человек, есть система имеющихся у данного человека возможностей. характерно для

- А. теории психоанализа, разработанной Зигмундом Фрейдом
- Б. теории возможностей, разработанной Джеймсом Гибсоном
- В. теории когнитивного диссонанса, разработанного Леоном Фестингером
- Г. теория личностных конструкторов Д.Келли
- Д. теория социального научения Т. Парсонса

5. Тренинг должен сам по себе быть событием для каждого участника, лишь тогда возможно его личное движение, изменения в нем – это суть:

- А. принципа событийности
- Б. принципа метафоризации
- В. принципа транспективы
- Г. принципа системности
- Д. принципа развития

6. Улучшение психологического здоровья как цель групповой работы в тренинге предполагает такой вид тренинговой группы как:

- А. Группы решения психологических проблем
- Б. Группы психического здоровья и качества жизни
- В. Группы социально-психологического тренинга
- Г. Группы тренинга развития самосознания
- Д. Группы личностного роста

7. Начало тренингового занятия предполагает:

- А. Организационный момент (ритуалы приветствия, разминочные упражнения)
- Б. Основная часть (настрой как подготовка к восприятию нового)
- В. Подведение итогов (эмоциональное отреагирование - осмысление)
- Г. Ритуал прощания
- Д. Рефлексию происходящего

Примерные задания для самостоятельной работы

Тема 1. ТРЕНИНГ В СИСТЕМЕ МЕТОДОВ ПРАКТИЧЕСКОЙ ПСИХОЛОГИИ

Подготовьте ответы на следующие вопросы и представьте их в виде краткого доклада:

1. Объясните свое отношение к утверждению: «Тренинг не является моделью жизни, а должен являться частью реальной жизни его участников».
2. Какие можно выделить мета-методы практической психологии? В чем их сущность? Какое место среди них занимает психологический тренинг?
3. Назовите основные ошибки ведущего при проведении тренинга и раскройте их сущность.

Тема 2. СУБЪЕКТНАЯ ПАРАДИГМА ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ТРЕНИНГА

Подготовьте ответы на следующие вопросы и представьте их в виде краткого доклада:

1. Раскройте сущность наиболее типичных картин мира, распространенных в рамках обыденного сознания. Какая из них наиболее близка вашей? Какие можно назвать преимуществами и недостатки каждой из них?
2. Что представляет собой человек как субъект? Каковы его важнейшие характеристики?

3. Что значит взаимодополнительность человека и мира? Как она связана с категорией «возможности»?

Тема 3. СУЩНОСТЬ ТРЕНИНГОВЫХ МЕТОДОВ

1. Проиллюстрируйте конкретными примерами каждый из уровней работы психолога: а) в группе; б) с группой; в) через группу.
2. Опишите, какие события могут быть выделены с учетом параметров времени и пространства. Приведите примеры таких событий.

Тема 4. ТРЕНИНГОВЫЕ МЕТОДЫ РАБОТЫ С ПРОШЛЫМИ СОБЫТИЯМИ

Подготовьте ответы на следующие вопросы и представьте их в виде краткого доклада:

1. Раскройте содержание понятия «метод регрессии» в тренинге. Приведите примеры конкретного воплощения этого метода.
2. Раскройте содержание понятия «метод обмена опытом» в тренинге. Приведите примеры конкретного воплощения этого метода.

Тема 7. МЕТАФОРИЗАЦИЯ В ПСИХОЛОГИЧЕСКОМ ТРЕНИНГЕ

1. Дайте определение метафоры. Объясните, опираясь на соответствующую литературу, чем отличается метафора от метонимии, оксюморона, сравнения и других тропов.
2. Раскройте соотношение понимания, интерпретации и объяснения метафоры. Приведите примеры.

Примерные контрольные вопросы к экзамену:

1. Общее представление о тренинге
2. Тренинг и другие мета-методы практической психологии
3. Возможные ошибки психолога при использовании мета-методов на тренинге
4. Задачи психологического тренинга
5. Характеристики человека как субъекта
6. Человек и его возможности
7. Экологический мир и его характеристики
8. Потребность быть субъектом
9. Психологический тренинг и развитие субъектности
10. Общее представление о тренинговом методе
11. Важнейшие принципы реализации тренинговых методов
12. Событие как единица измерения тренинговой реальности
13. Метод регрессии как тренинговый метод работы с прошлыми событиями
14. Метод обмена опытом как тренинговый метод работы с прошлыми событиями
15. Метод имитации как тренинговый метод работы с прошлыми событиями
16. Метод концентрации присутствия как тренинговый метод работы со «случающимися» событиями
17. Метод групповой рефлексии как тренинговый метод работы со «случающимися» событиями
18. Метод построения диспозиций как тренинговый метод работы со «случающимися» событиями
19. Метод символического самовыражения как тренинговый метод работы с конструируемыми событиями
20. Метод группового решения проблем как тренинговый метод работы с конструируемыми событиями
21. Метод операционализации как тренинговый метод работы с конструируемыми событиями
22. Обобщение представлений о тренинговых методах
23. Понимание метафоры

24. Интерпретация и объяснение метафоры
25. Особенности метафоры как инструмента психолога
26. Основы типологии тренинговых групп
27. Критерии выделения типов тренинговых групп
28. Проблема планирования тренинга и составления тренинговой программы
29. Девятишаговая модель подготовки к тренингу
30. Цели и условия проведения тренинга
31. Важнейшие требования к организации психологических тренингов
32. Описание программы психологического тренинга
33. Тренинг тренеров и его особенности
34. Этапы работы по созданию тренинговых техник
35. Примеры тренинговых методов и упражнений

Примерные задачи (ситуации) к экзамену:

1. Предложите тренинговое упражнение, способствующее запуску групповой динамики
2. Предложите тренинговое упражнение, направленное на получение обратной связи
3. Предложите тренинговое упражнение, направленное на развитие положительного самоотношения
4. Предложите тренинговое упражнение, направленное на развитие лидерских способностей участников.
5. Предложите тренинговое упражнение, направленное на развитие креативных способностей участников.

6. Фонд оценочных средств для промежуточной аттестации по дисциплине «Теория и практика психологического тренинга»

Перечень компетенций выпускников образовательной программы с указанием результатов обучения (знаний, умений, владений), описание показателей и критериев оценивания компетенций:

Полные карты компетенций представлены в ОПОП по направлению подготовки 37.03.01 Психология (направленность: Общая и практическая психология).

6.2. Описание показателей и критерии оценивания компетенций:

№ п/п	Код компетенции	Содержание компетенции	Планируемые результаты обучения	Наименование оценочного средства
1	ПК-3	способность к осуществлению стандартных базовых процедур оказания индивиду, группе, организации психологической помощи с использованием традиционных методов и технологий <i>3 (завершающий) этап формирования</i>	Знать: - теоретические основы и принципы организации социально-психологического тренинга как метода преднамеренных изменений; - психологические методики и стандартные тренинговые процедуры, ориентированные на личностный рост, оптимизацию личностного и профессионального бытия человека.	Собеседование, проверочная работа, тест, портфолио, проектная работа, практические задания

			<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - раскрывать психологическое содержание проблем, возникающих в профессиональной деятельности и личной жизни; - получать данные о состоянии (содержании) психологических компонентов, влияющих на оказание психологической помощи индивиду и группе; 	Портфолио, практические задания
			<p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> - навыками оказания индивиду, группе психологической помощи с использованием тренинговых методов и технологий. 	Групповой доклад
			<p>Мотивация (личностное отношение): учебная активность на лекционных и семинарских занятиях, готовность решать задания качественно</p>	Собеседование, проверочная работа, тест, портфолио, проектная работа, практические задания
2	ПК-10	<p>способностью к проектированию, реализации и оценке учебно-воспитательного процесса, образовательной среды при подготовке психологических кадров с учетом современных активных и интерактивных методов обучения и инновационных технологий</p> <p><i>3 (завершающий) этап формирования</i></p>	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - критерии надежности, эффективности и успешности учебно-воспитательного процесса; - основные методы психологического обеспечения профессиональной деятельности психолога; - основные методы психологического обеспечения профессиональной деятельности; 	Собеседование, тест, портфолио, проектная работа
			<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - составлять психологический портрет профессионала; 	Собеседование, портфолио, проектная работа, практические задания
			<p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> - активными и интерактивными методами психологического обеспечения профессиональной деятельности при проектировании, прогнозировании и решении практических задач; 	Собеседование, портфолио, проектная работа, групповой доклад
			<p>Мотивация (личностное отношение): учебная активность на лекционных и семинарских занятиях, готовность решать задания качественно</p>	Собеседование, проверочная работа, тест, портфолио, проектная работа, практические задания
3	ПК-11	<p>способностью к использованию дидактических приемов при реализации стандартных коррекционных, реабилитационных и обучающих программ по оптимизации психической деятельности человека</p> <p><i>3 (завершающий) этап формирования</i></p>	<p>Знать</p> <ul style="list-style-type: none"> - содержание основных дидактических приёмов при реализации тренинговых программ; 	Собеседование, тест, портфолио, проектная работа, групповой доклад
			<p>Уметь</p> <ul style="list-style-type: none"> - исследовать и анализировать групповую динамику, психологические компоненты, влияющие на оптимизацию деятельности группы; - организовывать и осуществлять практические циклы коррекционных и реабилитационных мероприятий; 	Собеседование, проектная работа

			Владеть - приемами воздействия на межличностные и межгрупповые отношения и на отношения субъекта с реальным миром	Портфолио, проектная работа
			Мотивация (личностное отношение): учебная активность на лекционных и семинарских занятиях, готовность решать задания качественно	Собеседование, проверочная работа, тест, портфолио, проектная работа, практические задания
4	ПК-14	способность к реализации психологических технологий, ориентированных на личностный рост сотрудников организации и охрану здоровья индивидов и групп <i>3 (завершающий) этап формирования</i>	Знать - теоретические психологические методики и технологии, ориентированные на личностный рост, охрану здоровья индивидов и групп;	Собеседование, тест, проектная работа
			Уметь - использовать психологические методики и тренинговые технологии, ориентированные на личностный рост, охрану здоровья индивидов и групп;	Проектная работа
			Владеть - способами приемами оказания психологической помощи в личностном росте.	Проектная работа
			Мотивация (личностное отношение): учебная активность на лекционных и семинарских занятиях, готовность решать задания качественно	Собеседование, тест, портфолио, проектная работа

6.2.Описание шкал оценивания

Данная дисциплина предусматривает проведение традиционной формы аттестации в виде экзамена. Шкалы оценивания представлены в таблице.

Промежуточная аттестация по дисциплине проводится в форме экзамена с оценкой по 7-балльной шкале. Экзамен проводится в устной форме, при индивидуальном общении преподавателя со студентом. В начале промежуточной аттестации студент случайным образом выбирает экзаменационный билет с двумя вопросами и практическим заданием и готовится к ответу 40 минут.

Критерии и шкалы для интегрированной оценки уровня сформированности компетенций

(оценка осуществляется по результатам текущей проверки знаний и промежуточной аттестации)

Индикаторы компетенции	ОЦЕНКИ СФОРМИРОВАННОСТИ КОМПЕТЕНЦИЙ						
	плохо	неудовлетворительно	удовлетворительно	хорошо	очень хорошо	отлично	превосходно
Полнота знаний	Отсутствие знаний теоретического материала. Невозможность оценить полноту знаний вследствие отказа обучающегося от ответа	Уровень знаний ниже минимальных требований. Имели место грубые ошибки.	Минимально допустимый уровень знаний. Допущено много негрубых ошибок.	Уровень знаний в объеме, соответствующем программе подготовки. Допущено несколько негрубых ошибок	Уровень знаний в объеме, соответствующем программе подготовки. Допущено несколько незначительных ошибок	Уровень знаний в объеме, соответствующем программе подготовки, без ошибок.	Уровень знаний в объеме, превышающем программу подготовки.
Наличие умений	Отсутствие	При решении	Продемон-	Продемонстри-	Продемонстри-	Продемонстри-	Продемонстриро-

ний	минимальных умений . Невозможность оценить наличие умений вследствие отказа обучающегося от ответа	стандартных задач не продемонстрированы основные умения. Имели место грубые ошибки.	стрированы основные умения. Решены типовые задачи с негрубыми ошибками. Выполнены все задания но не в полном объеме.	рованы все основные умения. Решены все основные задачи с негрубыми ошибками. Выполнены все задания, в полном объеме, но некоторые с недочетами.	рованы все основные умения. Решены все основные задачи .Выполнены все задания, в полном объеме, но некоторые с недочетами.	рованы все основные умения, решены все основные задачи с отдельными несущественными недочетами, выполнены все задания в полном объеме.	ваны все основные умения,. Решены все основные задачи. Выполнены все задания, в полном Объем без недочетов
Наличие навыков (владение опытом)	Отсутствие владения материалом. Невозможность оценить наличие навыков вследствие отказа обучающегося от ответа	При решении стандартных задач не продемонстрированы базовые навыки. Имели место грубые ошибки.	Имеется минимальный набор навыков для решения стандартных задач с некоторыми недочетами	Продемонстрированы базовые навыки при решении стандартных задач с некоторыми недочетами	Продемонстрированы базовые навыки при решении стандартных задач без ошибок и недочетов.	Продемонстрированы навыки при решении нестандартных задач без ошибок и недочетов.	Продемонстрирован творческий подход к решению нестандартных задач
Мотивация(личностное отношение)	Полное отсутствие учебной активности и мотивации	Учебная активность и мотивация слабо выражены, готовность решать поставленные задачи качественно отсутствуют	Учебная активность и мотивация низкие, слабо выражены, стремление решать задачи качественно	Учебная активность и мотивация проявляются на среднем уровне, демонстрируется готовность выполнять поставленные задачи на среднем уровне качества	Учебная активность и мотивация проявляются на уровне выше среднего, демонстрируется готовность выполнять большинство поставленных задач на высоком уровне качества	Учебная активность и мотивация проявляются на высоком уровне, демонстрируется готовность выполнять все поставленные задачи на высоком уровне качества	Учебная активность и мотивация проявляются на очень высоком уровне, демонстрируется готовность выполнять дополнительные задачи на высоком уровне качества
Характеристика сформированности компетенции	Компетенция в не сформирована. отсутствуют знания, умения, навыки, необходимые для решения практических (профессиональных) задач. Требуется повторное обучение	Компетенция в полной мере не сформирована. Имеющихся знаний, умений, навыков недостаточно для решения практических (профессиональных) задач. Требуется повторное обучение	Сформированность компетенции соответствует минимальным требованиям. Имеющихся знаний, умений, навыков в целом достаточно для решения практических (профессиональных) задач, но требуется дополнительная практика по большинству практических задач.	Сформированность компетенции в целом соответствует требованиям, но есть недочеты. Имеющихся знаний, умений, навыков и мотивации в целом достаточно для решения практических (профессиональных) задач, но требуется дополнительная практика по некоторым профессиональным задачам.	Сформированность компетенции в целом соответствует требованиям. Имеющихся знаний, умений, навыков и мотивации в целом достаточно для решения стандартных практических(профессиональных) задач.	Сформированность компетенции полностью соответствует требованиям. Имеющихся знаний, умений, навыков и мотивации в полной мере достаточно для решения сложных практических(профессиональных) задач.	Сформированность компетенции превышает стандартные требования. Имеющихся знаний, умений, навыков и мотивации в полной мере достаточно для применения творческого подхода к решению сложных практических (профессиональных) задач.
Уровень сформированности компетенций	Нулевой	Низкий	Ниже среднего	Средний	Выше среднего	Высокий	Очень высокий

6.3. Типовые контрольные задания

3.1.1 Портфолио.

Порядок выполнения

Портфолио заполняется студентом в течение семестра и сдается не позднее срока, установленного преподавателем (как правило, примерно за 10 дней до консультации по итогам самостоятельной работы). Если возникли затруднения в ходе подготовки портфолио, студент может воспользоваться личной консультацией преподавателя.

Практические задания портфолио:

1. Представить краткий письменный отчет: какие тренинговые программы предлагается пройти участникам (на основе информации, представленной на сайтах сети Интернет). **ПК-10**

2. Составить каталог психогимнастических упражнений на создание работоспособности

На различных этапах тренинга. **ПК-14**

3. Составить список профессионально важных качеств ведущего социально-психологический тренинг. Оценить степень выраженности этих качеств у себя. **ПК-3; ПК-11**

4. Письменно ответить на вопрос: «Чем отличается тренинг от психотерапии»? **ПК-14.**

5. Представить конспект 2х научных статей по проблемам социально-психологического тренинга. **ПК-11.**

Критерии оценки портфолио

За каждый ответ можно получить до 10 баллов

Баллы начисляются исходя из:

- полноты (развернутости) ответа;
- отсутствия ошибок в ответе;
- представленности собственной точки зрения;
- качества аналитической работы.

Суммарный балл переводится в оценки следующим образом:

47 и более баллов - превосходно

40-46 баллов – отлично

35-39 баллов – очень хорошо

30-34 баллов – хорошо

25-29 баллов – удовлетворительно

менее 25 баллов – неудовлетворительно.

3.1.2 Групповой доклад

Подготовить в группе из 3-4 человек выступление-презентацию с описанием специфики работы в различных тренинговых программах.

Оценивается:

- Умение взаимодействовать в группе, распределять функции. - **ПК-3;**
- Качество подготовленности доклада и презентации – **ПК-11;**
- Правильность и достаточность информации по особенностям выбранной сферы. **ПК-10**

Самостоятельная работа

Методические указания для выполнения самостоятельной проектной работы

Контрольная работа по дисциплине «Теория и практика психологического тренинга» проводится в форме самостоятельной проектной работы. Для оказания помощи при выполнении контрольной работы проводятся несколько индивидуальных и групповых консультаций, на которых студенты могут задать вопросы и обсудить свои идеи.

Задания для самостоятельной работы

Тема 1. ТРЕНИНГ В СИСТЕМЕ МЕТОДОВ ПРАКТИЧЕСКОЙ ПСИХОЛОГИИ

Подготовьте ответы на следующие вопросы и представьте их в виде краткого доклада:

- Объясните свое отношение к утверждению: «Тренинг не является моделью жизни, а должен являться частью реальной жизни его участников».

- Какие можно выделить мета-методы практической психологии? В чем их сущность? Какое место среди них занимает психологический тренинг?

- Назовите основные ошибки ведущего при проведении тренинга и раскройте их сущность.

Тема 2. СУБЪЕКТНАЯ ПАРАДИГМА ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ТРЕНИНГА

- Подготовьте ответы на следующие вопросы и представьте их в виде краткого доклада:

- Раскройте сущность наиболее типичных картин мира, распространенных в рамках обыденного сознания. Какая из них наиболее близка вашей? Какие можно назвать преимущества и недостатки каждой из них?

- Что представляет собой человек как субъект? Каковы его важнейшие характеристики?

- Что значит взаимодополнительность человека и мира? Как она связана с категорией «возможности»?

Тема 3. СУЩНОСТЬ ТРЕНИНГОВЫХ МЕТОДОВ

- Проиллюстрируйте конкретными примерами каждый из уровней работы психолога: а) в группе; б) с группой; в) через группу.

- Опишите, какие события могут быть выделены с учетом параметров времени и пространства. Приведите примеры таких событий.

Тема 4. ТРЕНИНГОВЫЕ МЕТОДЫ РАБОТЫ С ПРОШЛЫМИ СОБЫТИЯМИ

- Подготовьте ответы на следующие вопросы и представьте их в виде краткого доклада:

- Раскройте содержание понятия «метод регрессии» в тренинге. Приведите примеры конкретного воплощения этого метода.

- Раскройте содержание понятия «метод обмена опытом» в тренинге. Приведите примеры конкретного воплощения этого метода.

Тема 7. МЕТАФОРИЗАЦИЯ В ПСИХОЛОГИЧЕСКОМ ТРЕНИНГЕ

- Дайте определение метафоры. Объясните, опираясь на соответствующую литературу, чем отличается метафора от метонимии, оксюморона, сравнения и других тропов.

- Раскройте соотношение понимания, интерпретации и объяснения метафоры. Приведите примеры.

Критерии оценивания работы:

За работу можно получить максимум 70 баллов. Оценка за проектную работу складывается из:

- Грамотного планирования, структурирования работы. **ПК-3**
- Качественно выполненного анализа научных источников **ПК-3**
- Широты обора источников **ПК-11**
- Правильности оформления работы **ПК-14**

Оценка снижается за:

- отсутствии в работе какого-либо раздела
- отсутствии в работе описания существенных сторон понятий
- отсутствии или небольшом количестве (менее 5) статей 1
- неграмотном оформлении работы

Суммарный балл переводится в оценки следующим образом:

- 65 и более баллов - превосходно
- 60-64 баллов – отлично
- 55-59 баллов – очень хорошо
- 44-54 баллов – хорошо
- 35-44 балла – удовлетворительно
- менее 35 баллов – неудовлетворительно.

Темы к текущему контролю успеваемости в виде проверочной работы

Проверочная работа проходит в виде краткого письменного ответа по двум из нижеперечисленных тем на выбор преподавателя:

1. Дайте определение тренингового метода. Раскройте существенные признаки этого понятия. **ПК-3**
2. Назовите основные ошибки ведущего при проведении тренинга и раскройте их сущность. **ПК-11**
3. Назовите основные ошибки ведущего при проведении тренинга и раскройте их сущность. **ПК-14**
4. Может ли психологический тренинг способствовать развитию субъектности? Почему? **ПК-10**
5. Каковы, по вашему мнению, основные условия развития субъектности в тренинге? **ПК-11**
6. Раскройте содержание понятия «метод обмена опытом» в тренинге. Приведите примеры конкретного воплощения этого метода. **ПК-3**
7. В чем особенности ситуационно-ролевой игры в тренинге? **ПК-11**
8. Какие функции выполняют игры в тренинге? **ПК-3**
9. Почему принцип метафоризации может выступать в качестве одного из важнейших принципов тренинга в рамках субъектной парадигмы? Обоснуйте свое мнение. **ПК-10**
10. Каковы важнейшие цели и минимально необходимые условия для реализации тренинговой программы? **ПК-3**
11. В чем состоят особенности тренинга тренеров? **ПК-11**
12. Основные принципы тренинга. **ПК-10**
13. Определение тренинга (Макшанов С.И.) **ПК-3**
14. Философские подходы к проблеме изменений. **ПК-14**
15. Отличия тренинга от психотерапии. **ПК-14**

3.2. Задания (оценочные средства) для промежуточной аттестации

3.2.1 Тест для самоконтроля

Тема 1. ТРЕНИНГ В СИСТЕМЕ МЕТОДОВ ПРАКТИЧЕСКОЙ ПСИХОЛОГИИ

1. *Желание клиента не столько избавиться от той или иной проблемы, сколько научиться самостоятельно решать ее в дальнейшем, связано с таким методом деятельности психолога как*

- А. информирование
- Б. консультирование
- В. интервенция
- Г. тренинг
- Д. дрессировка

2. *Необходимость сформировать у участников тренинга желание освоить новую деятельность увидеть в ней смысл для себя, осознать ее ценность, связано с такой задачей тренинга как*

- А. Задача мотивирования и формирования позитивных отношений к новой деятельности.
- Б. Задача формирования системы представлений клиента.
- В. Задача формирования умений клиента.
- В. Задача формирования умений
- Г. Задача саморазвития
- Д. Задача самоконтроля

3. *Стратегические умения в тренинге— это*

- А. способность использовать знания и навыки в определенной ситуации
- Б. способность использовать из имеющихся в подструктуре представлений наиболее адекватную в данной ситуации стратегию деятельности
- В. способность занимать определенную диспозицию по отношению к ситуации на основе имеющейся системы субъективных отношений
- Г. саморазвитие
- Д. самоконтроль

Тема 2. СУБЪЕКТНАЯ ПАРАДИГМА ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ТРЕНИНГА

4. *В основе данной картины мира лежит представление о том, что какое именно воздействие окажет что-либо на того или иного человека, зависит от особенностей этого человека и возникнут разные модели взаимодействия. Поэтому хотя мир и объективен, но принципиально неоднозначен и вариативен для разных людей.*

- А. Механистичная картина мира
- Б. Стереоскопическая картина мира
- В. Вариативная картина мира
- Г. Субъектная картина мира
- Д. Экологическая картина мира

5. *Представление о том, что мир, в котором реально живет человек, есть система имеющихся у данного человека возможностей. характерно для*

- А. теории психоанализа, разработанной Зигмундом Фрейдом
- Б. теории возможностей, разработанной Джеймсом Гибсоном
- В. теории когнитивного диссонанса, разработанного Леоном Фестингером
- Г. теории личностных конструктов Д.Келли
- Д. теория социального научения Т. Парсонса

6. *Системное человеческое качество, в котором реализуется важнейшая интенция человека как субъекта — стремление к проявлению и реализации себя как в пространстве собственного внутреннего мира, так и в пространстве окружающего мира - это*

- А. субъектность
- Б. конформность
- В. ригидность
- Г. интернальность
- Д.экстернальность

Тема 3. СУЩНОСТЬ ТРЕНИНГОВЫХ МЕТОДОВ

7. *Реализация тренером тренинговых методов в случае диадного взаимодействия ведущего и одного из членов группы либо при демонстрации техники индивидуальной психокоррекционной или консультационной работы происходит на уровне:*

- А. отдельного участника
- Б. группы как единого целого
- В. через группу с отдельным участником средствами самой группы

Г. большой общности

Д. все ответы неверны

8. *Реализация тренером тренинговых методов в случае, когда ведущий дает задание, которое должна выполнить вся группа, и обращается именно к группе (или подгруппе), а не к отдельному участнику, происходит на уровне:*

А. отдельного участника

Б. группы как единого целого

В. через группу с отдельным участником средствами самой группы

Г. большой общности

Д. все ответы неверны

9. *Тренинг должен сам по себе быть событием для каждого участника, лишь тогда возможно его личное движение, изменения в нем – это суть:*

А. принципа событийности

Б. принципа метафоризации

В. принципа транспективы

Г. принципа системности

Д. принципа развития

10. *Наиболее удачная форма пространственной организации участников тренинга в ситуации работы с пространством дискурса*

А. покинуть круг, развернуться спиной к кругу, лежать на матах

Б. работа в кругу

В. круг лучше вообще ликвидировать, отодвинув стулья к стенам

Г. индивидуально

Д. в парах

11. *Наиболее удачная форма пространственной организации участников тренинга, если события должны актуализироваться в физическом пространстве помещения*

А. покинуть круг, развернуться спиной к кругу, лежать на матах

Б.. работа в кругу

В.. круг лучше вообще ликвидировать, отодвинув стулья к стенам

Г. индивидуально

Д. в парах

Тема 4. ТРЕНИНГОВЫЕ МЕТОДЫ РАБОТЫ С ПРОШЛЫМИ СОБЫТИЯМИ

12. *Группа методов работы с прошлыми событиями включает в себя следующие:*

А. метод регрессии

Б. метод концентрации присутствия

В. метод символического самовыражения

Г. метод рефлексии

Д. метод наблюдения

Тема 5. ТРЕНИНГОВЫЕ МЕТОДЫ РАБОТЫ СО «СЛУЧАЮЩИМИСЯ» СОБЫТИЯМИ

13. *К числу тренинговых методов работы с теми событиями, которые «случаются» на тренинге, можно отнести следующие:*

А. метод групповой рефлексии

Б. метод обмена опытом

В. метод группового решения проблем

Г. метод рефлексии

Д. метод наблюдения

14. *При реализации метода обмена опытом*

А. группа дает возможность «репетиции поведения» в тех или иных ситуациях с тем, чтобы в дальнейшем перенести лучшие из найденных вариантов в свою реальную жизнь

Б. участники делятся друг с другом переживаниями тех или иных событий, которые имели для них (и имеют сейчас) особое значение

В. Используются медитации-визуализации, приемы активного воображения и техники имаготерапии и имагогики, проективные рисунки, написание сказок, создание изделий из песка, глины, пластилина, бумаги или ткани

Г. клиенты представляют свои конфликты в некоем сценическом действии, а не рассказывают о них

Д. происходит совместное обсуждение и анализ событий, происходящих в группе, с целью стимуляции групповых и индивидуальных процессов

15. При реализации метода имитации

А. клиенты представляют свои конфликты в некоем сценическом действии, а не рассказывают о них

Б. происходит совместное обсуждение и анализ событий, происходящих в группе, с целью стимуляции групповых и индивидуальных процессов

В. используется в тренинге чаще всего в форме групповой дискуссии, в процессе которой перед участниками ставится задача прийти к общему мнению по какому-то вопросу.

Г. клиенты представляют свои конфликты в некоем сценическом действии, а не рассказывают о них

Д. используется в тренинге чаще всего в форме групповой дискуссии, в процессе которой перед участниками ставится задача прийти к общему мнению по какому-то вопросу

Тема 6. ТРЕНИНГОВЫЕ МЕТОДЫ РАБОТЫ С КОНСТРУИРУЕМЫМИ СОБЫТИЯМИ

16. При реализации метода символического самовыражения

А. используются медитации-визуализации, приемы активного воображения и техники имаготерапии и имагогики, проективные рисунки, написание сказок, создание изделий из песка, глины, пластилина, бумаги или ткани

Б. перед участниками ставится задача прийти к общему мнению по какому-то вопросу

В. группа дает возможность «репетиции поведения» в тех или иных ситуациях с тем, чтобы в дальнейшем перенести лучшие из найденных вариантов в свою реальную жизнь

Г. клиенты представляют свои конфликты в некоем сценическом действии, а не рассказывают о них

Д. используется в тренинге чаще всего в форме групповой дискуссии, в процессе которой перед участниками ставится задача прийти к общему мнению по какому-то вопросу

17. Метод группового решения проблем

А. клиенты представляют свои конфликты в некоем сценическом действии, а не рассказывают о них

Б. используется в тренинге чаще всего в форме групповой дискуссии, в процессе которой перед участниками ставится задача прийти к общему мнению по какому-то вопросу

В. участники делятся друг с другом переживаниями тех или иных событий, которые имели для них (и имеют сейчас) особое значение

Г. перед участниками ставится задача прийти к общему мнению по какому-то вопросу

Д. группа дает возможность «репетиции поведения» в тех или иных ситуациях с тем, чтобы в дальнейшем перенести лучшие из найденных вариантов в свою реальную жизнь

Тема 8. ТИПОЛОГИЯ ТРЕНИНГОВЫХ ГРУПП

18. В данном типе группы деятельность направлена на достижение групповых целей

- А. «Галактический совет»
- Б. «Звездная система»
- В. «Скопление астероидов»
- Г. «Черная дыра»
- Д. «Солнечная система»

19. В данном типе группы деятельность направлена на достижение меркантильных целей

- А. «Галактический совет»
- Б. «Звездная система»
- В. «Скопление астероидов»
- Г. «Черная дыра»
- Д. «Солнечная система»

Тема 9. ПОДГОТОВКА К ТРЕНИНГУ

20. Девятишаговая модель подготовки к тренингу заканчивается этим шагом:

- А. Подбор соответствующих психотехник
- Б. Определение временных ресурсов
- В. Определение состава тренинговой группы
- Г. Написание краткого сценария тренинга с указанием цели каждого занятия и всех необходимых материалов
- Д. Привет

Тема 10. ОРГАНИЗАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ПРОВЕДЕНИЯ ТРЕНИНГА

21. Улучшение психологического здоровья как цель групповой работы в тренинге предполагает такой вид тренинговой группы как:

- А. Группы решения психологических проблем
- Б. Группы психического здоровья и качества жизни
- В. Группы социально-психологического тренинга
- Г. Группы тренинга развития самосознания
- Д. Группы личностного роста

22. Изучение психологических основ общения как цель групповой работы в тренинге предполагает такой вид тренинговой группы как:

- А. Группы решения психологических проблем
- Б. Группы психического здоровья и качества жизни
- В. Группы социально-психологического тренинга
- Г. Группы тренинга развития самосознания
- Д. Группы личностного роста

23. Развитие самосознания с целью самоизменения и коррекции поведения как цель групповой работы в тренинге предполагает такой вид тренинговой группы как:

- А. Группы решения психологических проблем
- Б. Группы психического здоровья и качества жизни
- В. Группы социально-психологического тренинга
- Г. Группы тренинга развития самосознания
- Д. Группы личностного роста

24. Начало тренингового занятия предполагает:

- А. Организационный момент (ритуалы приветствия, разминочные упражнения)
- Б. Основная часть (настрой как подготовка к восприятию нового)
- В. Подведение итогов (эмоциональное отреагирование - осмысление)
- Г. Ритуал прощания
- Д. Рефлексию происходящего

25. На первом этапе тренинга тренеров происходит следующее:

А. Ведущий знакомит участников с сущностью тренинговой работы, классификацией методов и конкретными техниками, раскрывает стратегии ведения группы и демонстрирует конкретные методические приемы.

Б. Ведущий постепенно передает свои функции участникам группы с сохранением основной лидерской роли за ним

В. Участники обучаются способам разработки новых тренинговых техник, придуманные участниками психотехники апробируются в группе и также подвергаются анализу с целью их совершенствования.

Г. Подведение итогов (эмоциональное отреагирование - осмысление)

Д. Ритуал прощания

Вопросы к экзамену по дисциплине
« Теория и практика психологического тренинга» (собеседование для оценки знаний)

№	Вопрос	Код компетенции (согласно РПД)
1	Общее представление о тренинге	ПК-3
2	Тренинг и другие мета-методы практической психологии	ПК-14
3	Возможные ошибки психолога при использовании мета-методов на тренинге	ПК-10
4	Задачи психологического тренинга	ПК-3
5	Характеристики человека как субъекта	ПК-11
6	Экологический мир и его характеристики	ПК-14
7	Психологический тренинг и развитие субъектности	ПК-11
8	Важнейшие принципы реализации тренинговых методов	ПК-3
9	Событие как единица измерения тренинговой реальности	ПК-11
10	Метод регрессии как тренинговый метод работы с прошлыми событиями	ПК-14
11	Метод обмена опытом как тренинговый метод работы с прошлыми событиями	ПК-10
12	Метод имитации как тренинговый метод работы с прошлыми событиями	ПК-10
13	Метод концентрации присутствия как тренинговый метод работы со «случающимися» событиями	ПК-3
14	Метод групповой рефлексии как тренинговый метод работы со «случающимися» событиями	ПК-14
15	Метод построения диспозиций как тренинговый метод работы со «случающимися» событиями	ПК-10
16	Метод символического самовыражения как тренинговый метод работы с конструируемыми событиями	ПК-14
17	Метод группового решения проблем как тренинговый метод работы с конструируемыми событиями	ПК-3
18	Метод операционализации как тренинговый метод работы с конструируемыми событиями	ПК-11
19	Особенности метафоры как инструмента психолога	ПК-11
20	Основы типологии тренинговых групп	ПК-3
21	Критерии выделения типов тренинговых групп	ПК-14
22	Проблема планирования тренинга и составления тренинговой программы	ПК-11
23	Девятишаговая модель подготовки к тренингу	ПК-3
24	Цели и условия проведения тренинга	
25	Важнейшие требования к организации психологических тренингов	ПК-10
26	Описание программы психологического тренинга	ПК-11
27	Тренинг тренеров и его особенности	ПК-3
28	Этапы работы по созданию тренинговых техник	ПК-11
29	Примеры тренинговых методов и упражнений	ПК-10
30	Философские подходы к проблеме изменений	ПК-3

31	Отличия тренинга от психотерапии	ПК-11
32	Психодрама.	ПК-11
33	Психогимнастика в тренинге	ПК-14
34	Социодрама	ПК-10
35	Методика проведения ролевой игры со скрытым мотивом	ПК-3
36	Оценка эффективности тренинга	ПК-14

Практические задания к экзамену

- Предложите тренинговое упражнение, способствующие запуску групповой динамики
- Предложите тренинговое упражнение, направленное на получение обратной связи
- Предложите тренинговое упражнение, направленное на развитие положительного самоотношения
- Предложите тренинговое упражнение, направленное на развитие лидерских способностей участников.
- Предложите тренинговое упражнение, направленное на развитие креативных способностей участников.

6.4 Критерии и процедуры оценивания результатов обучения по дисциплине

- Положение «О проведении текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся в ННГУ», утверждённое приказом ректора ННГУ от 13.02.2014 г. № 55-ОД.
- Положение о фонде оценочных средств, утверждённое приказом ректора ННГУ от 10.06.2015 г. № 247-ОД
- Методические материалы, определяющие процедуры оценивания представлены в УМП Петрова И.Э., Орлов А.В. Оценка сформированности компетенций. – Н.Новгород: Нижегородский госуниверситет, 2015. – 49 с.

7. Литература

7.1. Основная литература:

- Рамендик, Д. М. Тренинг личностного роста : учебник и практикум для СПО / Д. М. Рамендик. — 2-е изд., испр. и доп. — М. : Издательство Юрайт, 2017. — 179 с. <https://biblio-online.ru/book/68F59980-6599-448D-B654-AAD9029858D7>
- Штроо, В. А. Методы активного социально-психологического обучения : учебник и практикум для академического бакалавриата / В. А. Штроо. — М.:Издательство Юрайт, 2017.—277с. <https://biblio-online.ru/book/96BDCB81-08F2-49E1-9C8A-4A1803B72DC>

7.2. Дополнительная литература:

- Лапыгин, Ю. Н. Методы активного обучения : учебник и практикум для вузов / Ю. Н. Лапыгин. — М. : Издательство Юрайт, 2017. — 248 с. <https://biblio-online.ru/book/E9BCE97D-53F8-43ED-8F07-AFA89D3790D1>
- Рогов, Е. И. Настольная книга практического психолога в 2 ч. Часть 2. Работа психолога со взрослыми. Коррекционные приемы и упражнения : практ. пособие / Е. И. Рогов. — 4-е изд., перераб. и доп. — М. : Издательство Юрайт, 2017. — 507 с. <https://biblio-online.ru/book/B653B368-1503-4F48-9652-31490E28B736>
- Немов, Р. С. Психологическое консультирование : учебник для академического бакалавриата / Р. С. Немов. — 2-е изд., перераб. и доп. — М. : Издательство Юрайт, 2017. — 440 с. <https://biblio-online.ru/book/9090A89C-7FC1-42D7-BA83-A50466EF9D46>

7.3. Интернет-ресурсы:

- <http://psyjournals.ru/> - Портал психологических изданий. Издатель: Московский государственный психолого-педагогический университет.

2. <http://www.psystudy.com/> - Официальный сайт мультидисциплинарного научного психологического интернет-журнала "Психологические исследования".
3. <http://www.psy-gazeta.ru/> - «Психологическая газета» – профессиональное периодическое интернет-издание для психологов.
4. <http://www.voppsy.ru/frame25.htm> - «Вопросы психологии». Полнотекстовая электронная библиотека журнала за 20 лет (1980–1999)
5. <https://cyberleninka.ru/> - Научная открытая электронная библиотека
6. <http://diss.rsl.ru/> - Электронная библиотека диссертаций РГБ. Текстовые доступы к авторефератам и диссертациям.
7. <http://elibrary.ru/> - научная электронная библиотека

8. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля)

В процессе преподавания дисциплины «Теория и практика психологического тренинга» требуется учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа, оснащенные стационарным или переносным мультимедийным комплексом, групповых и индивидуальных консультаций, помещения для самостоятельной работы обучающихся, оснащенных компьютерной техникой с возможностью подключения к сети Интернет и обеспечением доступа в электронную образовательную среду.

8.1. Программное обеспечение

Для работы с текстами – MicrosoftWord, для подготовки презентаций – MicrosoftPowerPoint.(Дог.№ _____)

Программа составлена в соответствии с требованиями ФГОС ВО, с учетом рекомендаций ОПОП ВО по направлению подготовки (направленность) «Психология» (Общая и практическая психология)

Авторы Лобанов С.Н., ст.преподаватель

Рецензент: Стоюхина Н.Ю., к.психол.н., доц.

Зав. кафедрой общей и социальной психологии Т.В. Маркелова, д.психол.н

Программа одобрена на заседании методической комиссии факультета социальных наук ННГУ от 31.08.2017 протокол № 1.