

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

УТВЕРЖДЕНО

решением президиума Ученого совета ННГУ

протокол № 1 от 16.01.2024 г.

Рабочая программа дисциплины

Тренинговая деятельность

Уровень высшего образования

Бакалавриат

Направление подготовки / специальность

37.03.02 - Конфликтология

Направленность образовательной программы

Социальная конфликтология

Форма обучения

очная

г. Нижний Новгород

2024 год начала подготовки

1. Место дисциплины в структуре ОПОП

Дисциплина Б1.В.19 Тренинговая деятельность относится к части, формируемой участниками образовательных отношений образовательной программы.

2. Планируемые результаты обучения по дисциплине, соотнесенные с планируемыми результатами освоения образовательной программы (компетенциями и индикаторами достижения компетенций)

Формируемые компетенции (код, содержание компетенции)	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю), в соответствии с индикатором достижения компетенции		Наименование оценочного средства	
	Индикатор достижения компетенции (код, содержание индикатора)	Результаты обучения по дисциплине	Для текущего контроля успеваемости	Для промежуточной аттестации
ПК-10: Способен оказывать первичную психологическую помощь участникам конфликта	ИПК-10.1: Осуществляет психологическую поддержку ИПК-10.2: Проводит первичную консультационную беседу	ИПК-10.1: Знать современные проблемы развития тренинговой деятельности и подготовки тренеров . Уметь использовать инновационные методы и формы тренинговой деятельности в процессе межличностного общения. Владеть навыками организации групповой работы, стимулирующей развитие профессионального самосознания и самовыражения личности. ИПК-10.2: Знать определение и цели психологического консультирования, структуру процесса консультирования, роль и место консультанта в консультировании, требования к личности консультанта — модель эффективного консультанта, систему ценностей консультанта Уметь производить оценку проблем клиентов, поддерживать консультативный контакт. Владеть навыками профессионального поведения в ситуациях психологической	Реферат	Зачёт: Тест

		помощи		
ПК-6: Способен проводить просветительскую работу для различных социальных групп, направленную на понимание ими механизмов развития конфликтов и освоение способов их предупреждения и конструктивного разрешения	ИПК-6.1: Осуществляет стратегическое планирование просветительско-просветительской работы ИПК-6.2: Организует просветительско-профилактические мероприятия для различных социальных групп, направленные на понимание ими механизмов развития конфликтов и освоение способов их предупреждения и конструктивного разрешения	<p>ИПК-6.1: Знать этапы и особенности структурирования программ социально-психологического тренинга. Уметь разрабатывать программы, направленные на усовершенствование и развитие установок, навыков и знаний межличностного общения Владеть навыками составления, реализации и совершенствовании программ социально-психологического тренинга в процессе групповой работы.</p> <p>ИПК-6.2: Знать основные теоретико-методологические подходы к использованию групповых механизмов воздействия на личность и поведение человека; условия и требования к использованию групповых механизмов воздействия на личность и поведение человека; Уметь разрабатывать мероприятия по изменению личности и поведения человека с использованием социально-психологических методов; применять конкретные техники группового воздействия на личность и поведение, адекватные запросу заказчика психологической услуги; Владеть способностью выступать публично; способностью организовывать совместную деятельность и межличностное взаимодействия субъектов с целью их личностного роста и развития</p>	Реферат	Зачёт: Тест

3. Структура и содержание дисциплины

3.1 Трудоемкость дисциплины

	очная
Общая трудоемкость, з.е.	3
Часов по учебному плану	108
в том числе	
аудиторные занятия (контактная работа):	
- занятия лекционного типа	0
- занятия семинарского типа (практические занятия / лабораторные работы)	72
- КСР	1
самостоятельная работа	35
Промежуточная аттестация	0 Зачёт

3.2. Содержание дисциплины

(структурированное по темам (разделам) с указанием отведенного на них количества академических часов и виды учебных занятий)

Наименование разделов и тем дисциплины	Всего (часы)	в том числе			
		Контактная работа (работа во взаимодействии с преподавателем), часы из них			Самостоятельная работа обучающегося, часы
		Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа (практические занятия/лабораторные работы), часы	Всего	
	0 0	0 0	0 0	0 0	0 0
Тема 1. Основные подходы к определению понятия тренинг	21		14	14	7
Тема 2. Принципы психологического тренинга	21		14	14	7
Тема 3. Групповая динамика	21		14	14	7
Тема 4. Деятельность тренера на различных этапах тренинга	21		14	14	7
Тема 5. Техники психологического тренинга	23		16	16	7
Аттестация	0				
КСР	1				1
Итого	108	0	72	73	35

Содержание разделов и тем дисциплины

Тема 1. Основные подходы к определению понятия тренинг

Групповая психотерапия. Групповая психокоррекция. Групповой тренинг. Преимущества психокоррекционной и психотерапевтической работы в группах.

Тема 2. Принципы психологического тренинга

Основополагающие принципы для формирования среды тренинга. Принципы, характеризующие поведение и деятельность участников группы. Организационные принципы. Этические принципы.

Тема 3. Групповая динамика

Процессы групповой динамики. Стадии развития группы. Лидерство в группе. Факторы, способствующие групповой сплоченности. Факторы снижения групповой сплоченности. Причины ухода участников из группы.

Тема 4. Деятельность тренера на различных этапах тренинга

Функции ведущего тренинга. Роли ведущего тренинга. Стили управления малой группой. Особенности деятельности ведущего на различных этапах групповой работы.

Тема 5. Техники психологического тренинга

Группы методических средств (техник), которые применяются в программах психологического тренинга. Техники представления информации. Дискуссии. Имитационные техники. Психодрама и социодрама. Ролевые и операционные (деловые) игры. Медитативные техники. Психогимнастика.

4. Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы обучающихся

Самостоятельная работа обучающихся включает в себя подготовку к контрольным вопросам и заданиям для текущего контроля и промежуточной аттестации по итогам освоения дисциплины приведенным в п. 5.

5. Фонд оценочных средств для текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации по дисциплине (модулю)

5.1 Типовые задания, необходимые для оценки результатов обучения при проведении текущего контроля успеваемости с указанием критериев их оценивания:

5.1.1 Типовые задания (оценочное средство - Реферат) для оценки сформированности компетенции ПК-10:

1. Диагностика групповой структуры.
2. Аспекты групповой динамики. Групповые ценности. Давление группы.
3. Групповая динамика. Принятие решений в группе.
4. Взаимодействие как предмет исследований в традиционной социальной психологии (бихевиористская ориентация, символический интеракционизм, эмпирические схемы регистрации взаимодействия).
5. Критерии классификации учебно-тренировочных групп.
6. Виды учебно-тренировочных групп: Т-группы, группы встреч, гештальт-группы, группы тренинга умений и др.
7. Ролевые позиции в группе.
8. «Роль». Ролевые теории. Ролевые конфликты.
9. Межличностное оценивание и влияние.

10. Актуализация фрустрационной напряженности в групповых процессах.
11. Групповая сплоченность как механизм работоспособности группы.
12. Групповой процесс. Описание основных стадий и механизмов.
13. Десять основных свойств психотерапевтических групп (И. Ялом).
14. Идентификация ролевого репертуара участников.
15. Интернализация полученного опыта.
16. Личностный рост. Повышение самоидентификации и интернальности локуса контроля, изменение стереотипов восприятия и поведения.
17. Критерии продуктивности группы. Идентификация результатов тренинга. Оценка эффективности групповой деятельности.

5.1.2 Типовые задания (оценочное средство - Реферат) для оценки сформированности компетенции ПК-6:

1. Межличностное взаимодействие как психотерапевтический фактор.
2. Обратная связь как фактор осознания.
3. Организационные аспекты подготовки тренинга: требования к помещению, оборудованию.
4. Структурирование отношений участники-наблюдатели-ведущие.
5. Формирование микрогрупп. Организация взаимодействия в микрогруппах.
6. Формулирование целей и задач тренинга.
7. Роли ведущего группы, согласно подходу И.Ялома.
8. Стили руководства группой.
9. Критерии профессионализма тренера (Г. Сартан).
10. Идеальная модель развития группы (К. Фопель).
11. Нестандартные и кризисные ситуации в тренинге.
12. Логика построения группового процесса.
13. Требования к подготовке ведущего.
14. Безопасность участников. Ограничения группового опыта.
15. Проблема отбора участников тренинговой группы.
16. Деятельность ведущего, направленная на группу в целом.
17. Деятельность ведущего, направленная на отдельного члена группы.
18. Действия психолога-тренера в трудных случаях.

Критерии оценивания (оценочное средство - Реферат)

Оценка	Критерии оценивания
зачтено	
не зачтено	

5.2. Описание шкал оценивания результатов обучения по дисциплине при промежуточной аттестации

Шкала оценивания сформированности компетенций

Уровень сформированности компетенций (индикатора достижения компетенций)	плохо	неудовлетворительно	удовлетворительно	хорошо	очень хорошо	отлично	превосходно
	не зачтено		зачтено				
<u>Знания</u>	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 несущественных ошибок	Уровень знаний в объеме, соответствующем программе подготовки. Ошибок нет.	Уровень знаний в объеме, превышающем программу подготовки.
<u>Умения</u>	Отсутствие минимальных умений. Невозможность оценить наличие умений вследствие отказа обучающегося от ответа	При решении стандартных задач не продемонстрированы основные умения. Имели место грубые ошибки	Продemonстрированы основные умения. Решены типовые задачи с негрубыми ошибками. Выполнены все задания, но не в полном объеме	Продemonстрированы все основные умения. Решены все основные задачи с негрубыми ошибками. Выполнены все задания в полном объеме, но некоторые с недочетами	Продemonстрированы все основные умения. Решены все основные задачи. Выполнены все задания в полном объеме, но некоторые с недочетами.	Продemonстрированы все основные умения. Решены все основные задачи с отдельными и несущественными недочетами, выполнены все задания в полном объеме	Продemonстрированы все основные умения. Решены все основные задачи. Выполнены все задания, в полном объеме без недочетов
<u>Навыки</u>	Отсутствие базовых навыков. 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	Продemonстрированы базовые навыки при решении стандартных задач с некоторыми недочетами	Продemonстрированы базовые навыки при решении стандартных задач без ошибок и недочетов	Продemonстрированы навыки при решении нестандартных задач без ошибок и недочетов	Продemonстрирован творческий подход к решению нестандартных задач

Шкала оценивания при промежуточной аттестации

Оценка		Уровень подготовки
зачтено	превосходно	Все компетенции (части компетенций), на формирование которых направлена дисциплина, сформированы на уровне не ниже «превосходно», продемонстрированы знания, умения, владения по соответствующим компетенциям на уровне выше предусмотренного программой

	отлично	Все компетенции (части компетенций), на формирование которых направлена дисциплина, сформированы на уровне не ниже «отлично».
	очень хорошо	Все компетенции (части компетенций), на формирование которых направлена дисциплина, сформированы на уровне не ниже «очень хорошо»
	хорошо	Все компетенции (части компетенций), на формирование которых направлена дисциплина, сформированы на уровне не ниже «хорошо».
	удовлетворительно	Все компетенции (части компетенций), на формирование которых направлена дисциплина, сформированы на уровне не ниже «удовлетворительно», при этом хотя бы одна компетенция сформирована на уровне «удовлетворительно»
не зачтено	неудовлетворительно	Хотя бы одна компетенция сформирована на уровне «неудовлетворительно».
	плохо	Хотя бы одна компетенция сформирована на уровне «плохо»

5.3 Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки результатов обучения на промежуточной аттестации с указанием критериев их оценивания:

5.3.1 Типовые задания (оценочное средство - Тест) для оценки сформированности компетенции ПК-10

1 Уменьшение стабильности управляющих поведением и деятельностью структур, ослабление влияния прежних установок и ценностей участников тренинга происходит на следующей стадии развития группы (по К. Левину):

- **Оттаивание**
- Разогрев
- Изменение
- Замораживание

2 Принцип, относящийся к разделу принципов, характеризующих поведение и деятельность участников группы, основным требованием, сущностью которого является перевод поведения участников тренинга с импульсивного, неосознанного уровня регуляции деятельности на осознанный, универсальным средством которого выступает обратная связь, называется:

- Принцип исследовательской и творческой позиции
- **Принцип объективации поведения**
- Принцип субъект-субъектного общения
- Принцип «искренности»

3 Работа с альтернативными интерпретациями профессиональной реальности и поиск нестандартных выходов из затруднительных ситуаций через создание целостных, полимодальных образов проблем, осознание их сущности, называется:

- Визуализацией

- Медитацией
- Импульзией (конфронтация в воображении)
- **Управляемым (проводниковым) воображением**

4 Стадия «Развитие и сотрудничество» по классификации С. Кратохвила соответствует:

- 1 этапу
- 2 этапу
- **3 этапу**
- 4 этапу

5 Деловые игры относятся к следующей группе методических средств (техник), которые применяются в профессионально-ориентированных программах тренинга (по С.И. Макшанову):

- Техники представления информации
- **Имитационные техники**
- Техники профессиональных умений
- Техники создания реальной среды

6 Н.В. Ключева называет предоставление актуальной информации по сложившейся ситуации или проблеме, помощь участникам в разборе и оценке сложившейся ситуации в группе, помощь каждому участнику в оценке своего поведения и понимании того, как оно повлияло на других:

- Руководящей функцией
- Аналитической функцией
- **Экспертной функцией**
- Посреднической функцией

5.3.2 Типовые задания (оценочное средство - Тест) для оценки сформированности компетенции ПК-6

7 Присутствие в группе человека, способного противопоставить себя группе, резко отличающегося от большинства участников:

- Ускоряет процессы лидерства в группе
- Снижает конформность участников
- Подрывает основы принципа «здесь и теперь»
- **Способствует сплочению группы**

8 Выделяются четыре основных этапа группового процесса, которые присутствуют в тренинге любой направленности. Ощутимое снижение порога критичности и готовность получить (в данном случае от тренера) информацию о том, как следует вести себя, какие способы деятельности являются наиболее эффективными происходит на:

- Этапе создания работоспособности
- **Этапе ориентации**
- Этапе изменений
- Завершающем этапе

9 Укажите принцип, не относящийся к основополагающим принципам для формирования среды тренинга:

- **Принцип конструктивности**
- Принцип системной детерминации
- Принцип реалистичности
- Принцип избыточности

10 Наличие «Провокатора» в группе, постоянно вызывающего тревогу у кого-либо из участников, особенно когда терапевт терпимо относится к такому поведению относится к следующему блоку причин ухода участников из группы (по Н.Б. Григорьеву):

- Причины, за которые ответственен сам участник
- Причины, за которые ответственен ведущий
- Причины, связанные с отношениями участника и терапевта
- **Причины, связанные с групповым процессом**

11 Участник, специально подготовленный для исполнения некоторой роли в рамках психодрамы называется:

- Протагонист
- **Вспомогательное «эго»**
- Представитель
- Поддерживающий

12 Дискуссии, в которых нужно обязательно прийти к общему согласию, в соответствии с классификацией Г.В. Быкова, относятся к:

- **Императивному типу**
- Информационному типу
- Конфронтационному типу
- Консолидирующему типу

Критерии оценивания (оценочное средство - Тест)

Оценка	Критерии оценивания
зачтено	

Оценка	Критерии оценивания
не зачтено	

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины (модуля)

Основная литература:

1. Бобченко Т. Г. Психологические тренинги: основы тренинговой работы : учебное пособие / Т. Г. Бобченко. - 2-е изд. ; испр. и доп. - Москва : Юрайт, 2023. - 132 с. - (Высшее образование). - ISBN 978-5-534-12444-6. - Текст : электронный // ЭБС "Юрайт"., <https://e-lib.unn.ru/MegaPro/UserEntry?Action=FindDocs&ids=847714&idb=0>.
2. Евтихов Олег Владимирович. Теория и практика тренинга : Учебное пособие / Сибирский юридический институт Министерства внутренних дел Российской Федерации. - 3. - Москва : ООО "Научно-издательский центр ИНФРА-М", 2021. - 174 с. - ВО - Бакалавриат. - ISBN 978-5-16-109590-4., <https://e-lib.unn.ru/MegaPro/UserEntry?Action=FindDocs&ids=770349&idb=0>.
3. Сухова Елена Викторовна. Технологии тренинга : Учебник / Самарский государственный экономический университет. - 1. - Москва : ООО "Научно-издательский центр ИНФРА-М", 2022. - 232 с. - ВО - Бакалавриат. - ISBN 978-5-16-014408-5. - ISBN 978-5-16-106923-3., <https://e-lib.unn.ru/MegaPro/UserEntry?Action=FindDocs&ids=770793&idb=0>.

Дополнительная литература:

1. Головин Г. В. Тренинг креативности : учебно-методическое пособие / Головин Г. В. - Липецк : Липецкий ГПУ, 2023. - 75 с. - Книга из коллекции Липецкий ГПУ - Психология. Педагогика. - ISBN 978-5-907655-60-7., <https://e-lib.unn.ru/MegaPro/UserEntry?Action=FindDocs&ids=884334&idb=0>.
2. Рамендик Д. М. Тренинг личностного роста : учебник и практикум / Д. М. Рамендик. - 2-е изд. ; испр. и доп. - Москва : Юрайт, 2023. - 136 с. - (Высшее образование). - ISBN 978-5-534-07294-5. - Текст : электронный // ЭБС "Юрайт"., <https://e-lib.unn.ru/MegaPro/UserEntry?Action=FindDocs&ids=840286&idb=0>.
3. Павлова К. Н. Тренинг по развитию ценностно-смысловой сферы личности : учебное пособие / Павлова К. Н. - Чита : ЗабГУ, 2022. - 128 с. - Книга из коллекции ЗабГУ - Психология. Педагогика. - ISBN 978-5-9293-3010-0., <https://e-lib.unn.ru/MegaPro/UserEntry?Action=FindDocs&ids=886037&idb=0>.

Программное обеспечение и Интернет-ресурсы (в соответствии с содержанием дисциплины):

1. Министерство образования и науки Российской Федерации. URL: <https://minobrnauki.gov.ru/> (дата обращения: 09.05.2023).
2. Федеральный портал «Российское образование». URL: <https://edu.ru/> (дата обращения: 09.05.2023).

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля)

Учебные аудитории для проведения учебных занятий, предусмотренных образовательной

программой, оснащены мультимедийным оборудованием (проектор, экран), техническими средствами обучения, компьютерами.

Помещения для самостоятельной работы обучающихся оснащены компьютерной техникой с возможностью подключения к сети "Интернет" и обеспечены доступом в электронную информационно-образовательную среду.

Программа составлена в соответствии с требованиями ОС ННГУ по направлению подготовки/специальности 37.03.02 - Конфликтология.

Автор(ы): Щербаков Андрей Вячеславович, кандидат психологических наук.

Заведующий кафедрой: Голубин Роман Викторович, кандидат исторических наук.

Программа одобрена на заседании методической комиссии от 15.12.2023, протокол № 7.