



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

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

ОДОБРЕНО

Руководитель ОП

Е.И. Сушкова

(подпись)

«29» августа 2024 г.

Рабочая программа дисциплины

Методика организации и проведения тренинга

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

Иваново



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

1. Цели освоения дисциплины

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

2. Место дисциплины в структуре ОП

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

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

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

Для освоения данной дисциплины обучающийся должен:

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

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

Владеть навыками общения с различными категориями населения.

3. Планируемые результаты обучения по дисциплине

3.1. Компетенции, формированию которых способствует дисциплина

При освоении дисциплины формируются следующие компетенции в соответствии с ФГОС ВО по данному направлению подготовки:

б) общепрофессиональные (ОПК):

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

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

в) профессиональные (ПК):

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

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

В результате освоения дисциплины обучающийся должен:

Знать:

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



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

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

Уметь:

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

Иметь навыки:

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

4. Объем и содержание дисциплины

Объем дисциплины составляет 3 зачетных единицы (108 академических часов).

4.1. Содержание дисциплины по разделам (темам), соотнесенное с видами и трудоемкостью занятий лекционно-семинарского типа

Объем иной контактной работы и самостоятельной работы обучающегося по дисциплине указан в учебном плане образовательной программы.

№ п/п	Разделы (темы) дисциплины	Семестр	Виды занятий, их объем (в ак. часах, по очной форме обучения)		Формы текущего контроля успеваемости (по очной форме обучения)
			Занятия лекцион- ного типа	Занятия семинар- ского типа	Формы промежуточной аттестации



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

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



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

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

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



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

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

4.2. Развернутое описание содержания дисциплины по разделам (темам)

Тема 1. Психологическая сущность тренинга как формы психологической работы

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

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

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

Тема 3. Задачи тренинга. Виды тренинга

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

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

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

Тема 5. Принципы работы группы, групповые процессы

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

Тема 6. Структура социально-психологического тренинга

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

Тема 7. Способы активизации участников тренинга

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

Тема 8. Обратная связь в социально-психологическом тренинге



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

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

Тема 9. Дискуссия в тренинге

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

Тема 10. Самодиагностические процедуры тренинга

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

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

Виды тренингов. Специфика тренингов различной направленности.

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

5. Образовательные технологии

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

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

6. Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы обучающихся

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

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

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

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

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

Итоговый контроль по курсу – зачет.

Форма проведения зачета – устная (возможно проведение тестирования).

Критерии оценки

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

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

8. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины



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

Основная литература:

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

Левкин, В.Е. Социально-психологический тренинг для психолога / В.Е. Левкин. – Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2016. – 209 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=450202> . – Библиогр.: с. 195-203. – ISBN 978-5-4475-8755-0. – DOI 10.23681/450202. – Текст : электронный.

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

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

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

Дополнительная литература:

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

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

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

Ресурсы информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

Система электронной поддержки образовательного процесса «Мой университет»
<https://uni.ivanovo.ac.ru>

Профессиональные базы данных и информационно-справочные системы:

ЭБС «Университетская библиотека онлайн» www.biblioclub.ru

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

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



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

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

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

9. Материально-техническое обеспечение дисциплины

Учебные аудитории:

- для проведения занятий лекционного типа с комплектом специализированной учебной мебели и техническими средствами обучения, служащими для предоставления учебной информации большой аудитории;
- для проведения занятий семинарского типа, консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации с комплектом специализированной учебной мебели и техническими средствами обучения.

Помещение для самостоятельной работы, оснащенное комплектом специализированной учебной мебели, компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в ЭИОС.

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

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

Программа рассмотрена и утверждена на заседании кафедры НППО

«29» августа 2024 г., протокол № 1

Программа обновлена

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

Согласовано:

Руководитель ОП _____ Е.И. Сушкова
(подпись)

Программа обновлена

протокол заседания кафедры № 1 от «31» августа 2026 г.

Согласовано:

Руководитель ОП _____ Е.И. Сушкова
(подпись)

Программа обновлена

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

Согласовано:

Руководитель ОП _____ Е.И. Сушкова
(подпись)