

Сибирский институт управления – филиал РАНХиГС

Кафедра психологии

**АННОТАЦИЯ  
РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ  
ОСНОВЫ СОЦИАЛЬНО-  
ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ТРЕНИНГА**

**Б1.О.44**

краткое наименование дисциплины – Основы СПТ

по специальности: 37.05.02 Психология служебной деятельности

специализация: «Морально-психологическое обеспечение служебной  
деятельности»

квалификация выпускника: Психолог

формы обучения: очная, очно-заочная

Год набора – 2022

**Автор – составитель:**

канд. психол. наук, доцент кафедры психологии Ю.Ю.Кушнерова

Новосибирск, 2021 г.

## **1. Цель освоения дисциплины:**

*сформировать компетенции;* может организовывать и руководить работой команды, вырабатывая командную стратегию для достижения поставленной цели, осуществлять психологическое сопровождение персонала с целью создания и поддержания психологического климата, способствующего оптимизации служебной деятельности

## **2. План курса:**

### **РАЗДЕЛ 1. Теоретические и методологические основы социально-психологического тренинга**

#### **Тема 1.1 Теоретические и методологические основания тренинговых практик. Классификация социально-психологических тренингов.**

Понятие социально-психологического тренинга. Цели и задачи социально-психологического тренинга. Самовосприятие личности как один из аспектов активной работы участников тренинга. Правила работы тренинговой группы. Понятие о методах активного социально-психологического обучения. История развития социально-психологического тренинга: Т-группы К. Левина, группы встреч К. Роджерса. Понятие социально-психологического тренинга. Проблемы и трудности в сфере профессионального общения. Цели и задачи социально-психологического тренинга. Основные направления развития социально-психологического тренинга. Сферы применения социально-психологического тренинга в российской практике.

Разновидности тренинговых групп и их характеристики. Классификация психологических тренингов по принадлежности к ведущим теоретическим школам современной психологии: бихевиористской, психоаналитической, гуманистической ориентации и др. Классификация по основной методологической ориентации в понимании психологического воздействия на личность: тренинг личностного роста и коммуникативный тренинг. Классификация по прикладным целям проведения тренинга, содержанию социального заказа на его организацию: тренинги самосовершенствования и обучающие тренинги, адаптационный, мотивационный. Коммуникационные тренинги. Мотивирующие тренинги. Адаптационные тренинги.

#### **Тема 1.2 Понятие о групповой динамике, управление группой в тренинге. Формирование групп социально-психологического тренинга**

Администрирование группы и группо-центрированный подходы к групповым занятиям. Групповая динамика. Цели группы. Нормы группы. Структура группы и проблемы лидерства. Сплочённость группы. Стадии развития групп (знакомство, агрессия, работоспособность, распад и заземление). Управление группой в процессе тренинга. Технологии работы и управления групповой динамикой в рамках основных психологических и психотерапевтических подходов современности. Психоаналитический подход, экзистенциально – гуманистический подход, поведенческий подход. Группы интрапсихического направления и поведенческие группы. Тренинги без ведущего. Проблема концептуализации технологий. Модели развития группы

Принципы организации. Численность членов группы. Возрастной состав. Половой состав участников группы. Образование и интеллект участников. Профессиональный состав. Национальность участников. Противопоказания. Требования к комплектованию групп. Основные стадии развития группы тренинга. Основные операции, обеспечивающие управление групповыми процессами. Понятие обратной связи и принципы её предоставления в процессе групповой работы. Временные и пространственные рамки социально-психологического тренинга. Временные рамки отдельного занятия и программы тренинга в целом. Пространственное расположение участников тренинга. Техники, используемые на начальном этапе реализации программы тренинга (процедура знакомства участников, снятие напряжения, мотивирование участников на дальнейшую работу и т.д.)

Специфика тренерской деятельности. Основные требования к профессиональным навыкам ведущего группы социально-психологического тренинга. Стили ведения группы социально-психологического тренинга. Анализ трудностей и проблемных ситуаций для ведущего. Креативность и гибкость ведущего, способствующие удовлетворению возникающих запросов участников тренинга в процессе работы.

## **РАЗДЕЛ 2. Конкретные виды социально-психологического тренинга**

### **Тема 2.1. Коммуникативный тренинг как разновидность социально-психологического тренинга**

Развитие коммуникативных навыков в тренинге. Преимущества активных групповых методов для развития способностей в общении и возможности тренинга коммуникативных навыков. Основные принципы тренинга коммуникативных навыков. Создание благоприятных условий для работы. Слушание как активный процесс. Виды эффективного слушания. Особенности невербальной коммуникации. Механизмы социальной перцепции. Эффекты межличностного восприятия. Коммуникативные стили. Обратная связь в системе взаимодействия коммуникатора с массовой аудиторией. Барьеры коммуникации: языковые, фонетические, культурные, психологические и другие. Критерии и показатели эффективности коммуникации. Условия и факторы оптимизации межличностной коммуникации.

Значение установок и стереотипов и их влияние на эффективность общения. Эмоциональная саморегуляция, ее сущность и значение в общении.

Правила групповой работы и техники безопасности. Диагностика. Создание благоприятной обстановки для личностного самораскрытия. Формирование адекватной самооценки. Осознание причин выбора модели поведения в различных ситуациях. Формирование навыков определения своей позиции в затруднительных ситуациях.

### **Тема 2.2. Мотивационный тренинг как разновидность социально-психологического тренинга**

Концепция мотивационного тренинга. Теории мотивации. Соотношение активации и эффективности. Внутренняя мотивация и внешнее стимулирование. Классификации мотивов: классификация мотивов по Хенри Мюррею по Дугласу Мак-Грегору, по Барбуто и Сколлу. Автономизация мотива. Квазипотребность. Мотив как устойчивая или флуктуирующая тенденция. Осознанность и неосознанность мотивов. Цель, задачи и структура мотивационного тренинга. Установление правил, организация пространства, очередность упражнений в зависимости от структуры занятия. Значимость разминочных и содержательных упражнений, Формы проведения тренинговых занятий: ролевые игры, групповое обсуждение, мини-лекции.

### **Тема 2.3. Адаптационный тренинг как разновидность социально-психологического тренинга**

Тренинг как способ развития способности к адаптации личности. Понятие об адаптации личности, ее ресурсах, условиях личностного роста. Психологические условия развития адаптивных возможностей личности. Способы саморегуляции психологических состояний; эмоционально-волевые процессы и способы управления ими. Роль аутогенной тренировки в управлении психологическим самочувствием. Понятие о многоуровневой структуре психологического здоровья личности. Взаимодействие личности и группы как условия психологической адаптации и личностного роста. Личность как субъект социального взаимодействия.

## **РАЗДЕЛ 3. Логика построения социально-психологического тренинга и оценка эффективности**

### **Тема 3.1. Логика построения тренинговой программы**

Правила и принципы участия в социально-психологическом тренинге. Принцип добровольного участия. Принцип организации постоянной самодиагностики. Принцип

гетерогенности. Принцип постоянного состава группы. Стратегии подачи материала. Принцип постоянной обратной связи. Принцип оптимизации развития. Нормы и игры-приветствия. Игры на повышение сплочённости. Игры с применением музыки. Игры, несущие социометрическую нагрузку. Игры на снятие агрессии. Игры, приводящиеся в конце занятия. Ситуационные упражнения. Теоретическое обоснование выбранной темы тренинга. Принцип поэтапности. Этапы тренинга. Комплектование групп. Цели и задачи тренинга. Выбор адекватных методов. Правила групповой работы (добровольность, активность, персонификация высказываний, конфиденциальность и т.д.).

Содержательные и формальные характеристики обратной связи. Безоценочная обратная связь и схема ее предоставления в тренинге. Виды «обратной связи» и способы ее осуществления в группе. Правила и схема конструктивной «обратной связи». Условия предоставления эффективной обратной связи. Вербальные и невербальные сигналы участников Роль ведущего группы. Требования, предъявляемые к личностным особенностям ведущего. Проблема профессионального руководства дискуссией. Функции руководителя дискуссии: по отношению к теме и цели дискуссии; по отношению к каждому участнику, в отношении группы в целом. Саботаж и отказ от участия в тренинге

Создание и использование кейс- метода в социально-психологическом тренинге.

### **Тема 3.2. Эффективность социально-психологического тренинга**

Проблема типичного эффекта тренинга. Проблема негативного эффекта тренинга. Непосредственные и отсроченные результаты социально-психологического тренинга. Внешние и субъективные критерия участия в тренинге. Соотнесение тренингового пространства и «полевых условий», заземление идей и настроений участников тренинга. Завершающий этап социально-психологического тренинга. Подведение итогов, обсуждение результатов. Выход из ситуации «здесь и теперь». Уровни оценки эффективности социально-психологического тренинга. Создание анкет и экспертных листов для оценки результатов тренинга. Послетренинговое сопровождение участников.

## **3. Формы текущего контроля и промежуточной аттестации**

Тема и/или раздел	Методы текущего контроля успеваемости
<b>Раздел 1. Теоретические и методологические основы социально-психологического тренинга</b>	
Тема 1.1 Теоретические и методологические основания тренинговых практик. Классификация социально-психологических тренингов.	Диспут
Тема 1.2. Понятие о групповой динамике, управление группой в тренинге. Формирование групп социально-психологического тренинга	Коллоквиум
<b>Раздел 2. Конкретные виды социально-психологического тренинга</b>	
Тема 2.1. Коммуникативный тренинг как разновидность социально-психологического тренинга	Опрос
Тема 2.2. Мотивационный тренинг как разновидность социально-психологического тренинга	Опрос
Тема 2.3. Адаптационный тренинг как разновидность социально-психологического тренинга	Эссе
<b>Раздел 3 Логика построения социально-психологического тренинга и оценка эффективности</b>	
Тема 3.1. Логика построения тренинговой программы	Диспут
Тема 3.2. Эффективность социально-психологического тренинга	Коллоквиум

Форма промежуточной аттестации, отражающая результат формирования компетенций на уровне данной дисциплины – зачёт, который проходит в 6 семестре в форме устного собеседования по вопросам.

#### 4. Основная литература.

1. Авдиенко, Г. Ю. Психологическая коррекция и реабилитация участников боевых действий : учебник и практикум для вузов / Г. Ю. Авдиенко. — Москва : Юрайт, 2022 — 299 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-06065-2. — URL: <https://urait.ru/bcode/493888> (дата обращения: 13.01.2022). — Режим доступа: электрон.-библ. система «Юрайт», требуется авторизация.

2. Григорьев, Н. Б. Психотехнологии группового тренинга : учебное пособие / Н. Б. Григорьев. — Санкт-Петербург : Санкт-Петербургский государственный институт психологии и социальной работы, 2008 — 176 с. — ISBN 978-5-98238-012-8. — URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=277328> (дата обращения: 12.01.2022). — Режим доступа: электрон.-библ. система «Унив. б-ка ONLINE», требуется авторизация.

3. Корягина, Н. А. Социальная психология: теория и практические методы : учебник и практикум для вузов / Н. А. Корягина. — Москва : Юрайт, 2022 — 316 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-01491-4. — URL: <https://urait.ru/bcode/489347> (дата обращения: 13.01.2022). — Режим доступа: электрон.-библ. Система «Юрайт», требуется авторизация.

4. Левкин, В. Е. Социально-психологический тренинг для психолога : учебное пособие / В. Е. Левкин. — Москва : Берлин : Директ-Медиа, 2016 — 209 с. — ISBN 978-5-4475-8755-0. — URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=450202> (дата обращения: 13.01.2022). — Режим доступа: электрон.-библ. система «Унив. б-ка ONLINE», требуется авторизация.

5. Левкин, В. Е. Тренинг конфликтонезависимости : учебное пособие / В. Е. Левкин. — Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2016 — 166 с. — ISBN 978-5-4475-8756-7. — URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=450205> (дата обращения: 13.01.2022). — Режим доступа: электрон.-библ. система «Унив. б-ка ONLINE», требуется авторизация.

6. Левкин, В. Е. Тренинг эффективного общения : учебное пособие / В. Е. Левкин. — Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2016 — 142 с. — ISBN 978-5-4475-8771-0. — URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=450204> (дата обращения: 13.01.2022). — Режим доступа: электрон.- библ. система «Унив. б-ка ONLINE», требуется авторизация.

7. Петрушин, С. В. Психологический тренинг в многочисленной группе (методика развития компетентности в общении в группах от 40 до 100 человек) : [монография] / С. В. Петрушин. — Москва : Академический проект, 2020 — 249 с. — ISBN 978-5-8291-2821-0. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/110180.html> (дата обращения: 13.01.2022). — Режим доступа: электрон.-библ. Система «IPRbooks», требуется авторизация.

8. Ромек, В. Г. Поведенческая психотерапия: учебное пособие для вузов / В. Г. Ромек. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Юрайт, 2022 — 192 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-05738-6. — URL: <https://urait.ru/bcode/493275> (дата обращения: 13.01.2022). — Режим доступа: электрон.-библ. система «Юрайт», требуется авторизация.

9. Тренинги. Психокоррекционные программы. Деловые игры : сборник методических материалов / под ред. Л. Г. Бузуновой, О. П. Степановой. — 3-е изд., стер. — Москва : ФЛИНТА, 2020 — 266 с. — ISBN 978-5-9765-2374-6. — URL: <https://ibooks.ru/bookshelf/352523> (дата обращения: 13.01.2022). — Режим доступа: электрон.-библ. система «ibooks.ru», требуется авторизация.

10. Шнейдер, Л. Б. Психология идентичности : учебник и практикум для вузов / Л. Б. Шнейдер. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Юрайт, 2021 — 328 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-09779-5. — URL: <https://urait.ru/bcode/473667> (дата

обращения: 13.01.2022). — Режим доступа: электрон.-библ. система «Юрайт», требуется авторизация.