

Документ подписан простой электронной подписью Информация о владельце: ФИО: Таскаев Сергей Валерьевич Должность: Ректор	 МИНОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РОССИИ Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Челябинский государственный университет» (ФГБОУ ВО «ЧелГУ»)	
Дата подписания: 23.06.2025 14:17:18 Уникальный программный ключ: 04c19ed8bfb98f3b6cb77a486b9a8788b87232373	Рабочая программа дисциплины "Теория и практика психологического тренинга" по направлению подготовки (специальности) 37.05.01 "Клиническая психология" направленности (профилю) "Клинико-психологическая помощь населению" ФГБОУ ВО «ЧелГУ»	стр. 1

Рабочая программа дисциплины (модуля)*

Теория и практика психологического тренинга

Направление подготовки (специальность)

37.05.01 Клиническая психология

Направленность (профиль)

"Клинико-психологическая помощь населению"

Присваиваемая квалификация (степень)

клинический психолог

Форма обучения

очная

Год(ы) набора 2025

*Рабочая программа дисциплины (модуля) адаптирована для инклюзивного обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья

Челябинск 2025 г.



Содержание

1. Цели освоения дисциплины
2. Место дисциплины в структуре ОПОП
3. Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения дисциплины (модуля)
4. Объем дисциплины (модуля)
5. Структура и содержание дисциплины (модуля)
6. Фонд оценочных средств
 - 6.1. Перечень видов оценочных средств
 - 6.2. Типовые контрольные задания и иные материалы для текущей аттестации
 - 6.3. Типовые контрольные вопросы и задания для промежуточной аттестации
 - 6.4. Критерии оценивания
7. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины (модуля)
 - 7.1. Рекомендуемая литература
 - 7.2. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети "Интернет"
 - 7.3. Перечень информационных технологий
8. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля)
9. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (модуля)
10. Специальные условия освоения дисциплины обучающимися с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья



1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Овладение теоретическими и методическими основами тренинга как одного из методов активного обучения и социально-психологического воздействия.

Задачи освоения дисциплины:

-знакомство с теоретическими основами психологического тренинга

-ознакомление с принципами, методическими средствами тренинга

-осознание методических основ деятельности ведущего тренинг

-получение представления об этапах проведения тренинга

-получение начальных навыков и умений деятельности ведущего тренинговой группы

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП

Цикл (раздел) ОПОП: Б1.О.19

2.1 Требования к предварительной подготовке обучающегося:

Социальная психология

2.2 Дисциплины и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее:

Психотерапия: теория и практика

Спецпрактикум-тренинг по работе с семьей

3. КОМПЕТЕНЦИИ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ, ФОРМИРУЕМЫЕ В РЕЗУЛЬТАТЕ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

УК-1: Способен осуществлять критический анализ проблемных ситуаций на основе системного подхода, вырабатывать стратегию действий

Знать:

УК-1.1. Критически анализирует проблемную ситуацию с целью выработки стратегии действий, аргументировано формулирует собственные суждения и оценки

Уметь:

УК-1.2. Использует критический анализ, систематизацию и обобщение информации для решения проблемной ситуации

УК-3: Способен организовывать и руководить работой команды, вырабатывая командную стратегию для достижения поставленной цели

Знать:

УК-3.1. Разрабатывает командную стратегию для достижения поставленной цели.

Уметь:

УК-3.2. Умеет организовывать и руководить работой команды.

Владеть:

УК-3.3. Демонстрирует понимание результатов работы команды и личных действий в ней.

ОПК-5: Способен разрабатывать и использовать научно обоснованные программы психологического вмешательства и психологической помощи консультационного, развивающего, коррекционного, психотерапевтического, профилактического или реабилитационного характера для решения конкретной проблемы отдельных лиц и групп населения и (или) организаций, в том числе лицам с ОВЗ

Знать:

ОПК-5.1. Знает способы и технологии разработки и реализации научно обоснованных программ психологического вмешательства и психологической помощи

Уметь:

ОПК-5.2. Умеет разрабатывать и реализовывать научно обоснованные программы психологического вмешательства и психологической помощи

Владеть:



ОПК-5.3. Разрабатывает и реализует научно обоснованные программы психологического вмешательства и психологической помощи

В результате освоения дисциплины обучающийся должен

3.1	Знать:
3.1.1	Основные принципы разработки и ведения психологического тренинга.
3.1.2	Основные этапы групповой динамики психологического тренинга и актуальные задачи каждого этапа.
3.1.3	Структуру обратной связи.
3.1.4	Этические нормы и принципы психологической работы с группой
3.2	Уметь:
3.2.1	Определять потребность в проведении психологического тренинга
3.2.2	Проектировать программу психологического тренинга.
3.2.3	Подбирать необходимые упражнения для достижения тренинговых задач адекватно общей цели тренинга, текущему этапу тренингового процесса и актуальной потребности группы.
3.3	Владеть:
3.3.1	Методами психологической работы с группой направленными на снятие напряжения, снижение тревоги, повышения включенности и активности группы

4. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Общая трудоемкость	4 ЗЕТ
Часов по учебному плану : 144	Виды контроля в семестрах: экзамены 6
в том числе :	
аудиторные занятия : 68	
самостоятельная работа : 29	
часов на контроль : 36	
контактная работа: 79	
ИКР: 11	

5. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Код занятия	Наименование разделов и тем /вид занятия/	Семестр / Курс	Часов	Литература
	Раздел 1.			
1.1	Психологический тренинг как метод воздействия /Лек/	6	4	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2 Л2.3 Э1 Э2
1.2	Психологический тренинг как метод воздействия /Лаб/	6	6	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2 Л2.3 Э1 Э2
1.3	Психологический тренинг как метод воздействия /Ср/	6	4	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2 Л2.3 Э1 Э2
1.4	Этапы развития тренинга и классическая модель развития малой группы /Лек/	6	6	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2 Л2.3 Э1 Э2
1.5	Этапы психологического тренинга и классическая модель развития малой группы /Лаб/	6	6	Л1.1Л2.1 Л2.2 Л2.3 Э1 Э2



1.6	Этапы психологического тренинга и классическая модель развития малой группы /Ср/	6	3	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2 Л2.3 Э1 Э2
1.7	Методические средства социально-психологического тренинга /Лек/	6	6	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2 Л2.3 Э1 Э2
1.8	Методические средства социально-психологического тренинга /Лаб/	6	8	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2 Л2.3 Э1 Э2
1.9	Методические средства социально-психологического тренинга /Ср/	6	3	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2 Л2.3 Э1 Э2
1.10	Принципы работы тренера на разных этапах тренинга /Лек/	6	6	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2 Л2.3 Э1 Э2
1.11	Принципы работы тренера на разных этапах тренинга /Лаб/	6	8	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2 Л2.3 Э1 Э2
1.12	Требования к ведущему тренинговых групп /Лек/	6	12	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2 Л2.3 Э1 Э2
1.13	Принципы работы тренера на разных этапах тренинга /Ср/	6	3	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2 Л2.3 Э1 Э2
1.14	Требования к ведущему тренинговых групп /Лаб/	6	6	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3 Э1 Э2
1.15	Требования к ведущему тренинговых групп /Ср/	6	3	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2 Л2.3 Э1 Э2

6. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

6.1. Перечень видов оценочных средств

Контрольное задание

6.2. Типовые контрольные задания и иные материалы для текущей аттестации

Задание 1: Составьте рекомендации.

Согласно плану работы, было проведено тренинговое занятие с вновь пришедшими сотрудниками

Целью тренинга являлось создание психологического климата, позитивных отношений, между людьми, находящимися в непосредственном контакте друг с другом. Психологический климат – это микроклимат, зона действия которого локально морального и социального.

В ходе тренинга проводились упражнения, направленные на формирование навыков позитивного, созидательного общения, установлению и развитию контактов между людьми, выработку единой стратегии взаимодействия, восприятия и понимания другого.

Проведя анализ тренинга, было отмечено, что отношения в коллективе строятся на принципах сотрудничества, взаимной помощи, доброжелательности; большинство сотрудников увлечены участвовали в совместных делах, в отношениях преобладали одобрение и поддержка. Этому способствовало:

- личностные качества сотрудников



- профессиональные качества тренера

Присутствовавшие не навязывали друг другу своего мнения, выслушивали интересы каждого, приходя к общему, компромиссному решению. Однако несколько сотрудников не смогли проявить своих личностных качеств, ввиду индивидуальных особенностей.

Задание 2: Сформулируйте цели тренинга на тему: «Психологический тренинг по развитию коммуникативной компетентности сотрудников УИС» и предложите несколько упражнений направленных на обучение рациональным способам разрешения конфликтных ситуаций.

6.3. Типовые контрольные вопросы и задания для промежуточной аттестации

1. Общая характеристика, понятие, задачи, виды и специфические черты психологического тренинга.
2. Общие цели, объединяющие различные по направленности и содержанию тренинговые группы.
3. Преимущества групповой формы психологической работы.
4. Соотношение понятий "психотерапия", "психокоррекция", "обучение".
5. Принципы психологического тренинга: принципы создания тренинговой среды, принципы поведения участников тренинга, организационные и этические принципы тренинга.
6. Понятие тренинговой группы. Особенности формирования состава группы.
7. Основные этапы тренинга: вступительное слово, этап создания работоспособности, этап ориентации, этап изменений, заключительный этап. Цели, механизмы и средства этапов тренинга.
8. Основные этапы тренинга и фазы развития группы. Групповая динамика.
9. Методические средства психологического тренинга: техники представления информации в тренинге, имитационные техники, техники создания реальной среды.
10. Важные аспекты отношений ведущего с группой. Возможности влияния тренера на характер, масштаб и устойчивость происходящих в тренинге изменений. Особенности поведения тренера в группе.
11. Мотивирование участников группы и работа с сопротивлением.
12. Ситуативная психодиагностика в тренинге. Основные разделы и принципы диагностики в тренинге.
13. Методические особенности организации обратной связи. Критерии эффективности обратной связи. Технологии объективации поведения участников.
14. Оценка эффективности тренинга. Роль тренера в обеспечении эффективности тренинговых процедур.
15. Уровень профессиональной квалификации тренера.
16. Коммуникативная компетентность ведущего тренинговой группы. Требования к личностным особенностям ведущего. Личностная и этическая зрелость тренера.
17. Тренерский имидж.

6.4. Критерии оценивания

Зачтено - Точное и прочное знание и понимание материала в заданном объеме. Возможны некоторые неточности. Студент способен самостоятельно рассуждать, делать умозаключения, основанные на анализе пройденного материала.

Не зачтено -Студент материалом не владеет, знания поверхностные, отрывочные, несистематизированные. Студент не понимает учебный материал, не способен самостоятельно рассуждать и делать умозаключения, основанные на анализе пройденного материала, допускает серьезные ошибки.

7. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

7.1. Рекомендуемая литература

7.1.1. Основная литература

	Авторы,	Заглавие	Издательство,	Ресурс
ЛП.1	Бурлачук Л. Ф.	Психодиагностика: [учебник для вузов]	Санкт-Петербург [и др.]: Питер, 2011	
ЛП.2	Глуханюк Н. С., Щипанова Д. Е.	Психодиагностика: учебное пособие для вузов	Москва: Академия, 2011	
ЛП.3	Костяк Т. В., Авдулова Т. П., Григорович Л. А., Кобазева Ю. А., Изотова Е. И.	Практикум по возрастной психологии: учебное пособие для вузов	Москва: Академия, 2013	



7.1.2. Дополнительная литература

	Авторы,	Заглавие	Издательство,	Ресурс
Л2.1	Никандров	Антитренинг, или Контуры нравственных и теоретических основ психологического тренинга: Учебное пособие	Санкт-Петербург : Речь, 2003	
Л2.2	Макшанов С. И., Сидоренко Е. В., Хрящева Н. Ю.	Психогимнастика в тренинге: Каталог	Санкт-Петербург : Речь, 2002	
Л2.3	Суховершина, Тихомирова, Скоромная	Тренинг коммуникативной компетенции	Москва : Академический Проект : Трикста, 2006	

7.2. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети "Интернет"

Э1	1. Лань [Электронный ресурс] : электронно-библиотечная система (ЭБС) / издательство Лань. – URL: http://e.lanbook.com/ .
Э2	2. Университетская библиотека онлайн [Электронный ресурс] : электронно-библиотечная система (ЭБС) / ООО Директмедиа Паблишинг. – URL: http://biblioclub.ru/ .

7.3 Перечень информационных технологий

7.3.1 Программное обеспечение

MS Office365

LMS Moodle

7.3.2 Профессиональные базы данных и информационно-справочные системы

1. Электронный каталог научной библиотеки ЧелГУ [Электронный ресурс] : база данных / Челяб. гос. ун-т. – Челябинск, 1992 .

8. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Для реализации дисциплины используются учебные аудитории для проведения занятий лабораторного типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации, а также помещения для самостоятельной работы.

Учебные аудитории укомплектованы специализированной мебелью и техническими средствами обучения (рабочие места обучающихся, рабочее место преподавателя, классная доска, компьютер, имеющий доступ к сети Интернет, с установленным ПО, мультимедийный проектор и экран).

Помещения для самостоятельной работы обучающихся оснащены компьютерной техникой с подключением к сети "Интернет" и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду университета.

В случае применения при изучении дисциплины электронного обучения, дистанционных образовательных технологий обучающемуся необходимо иметь доступ к компьютеру, ноутбуку, планшету, смартфону с программным обеспечением, позволяющим воспроизводить видеофайлы, аудиофайлы, презентации, просматривать изображения различных форматов, создавать текстовые файлы в формате Word, Powerpoint.

9. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Освоение содержания учебной дисциплины осуществляется на лекциях, лабораторных занятиях и в процессе самостоятельной учебной деятельности студентов.

На лабораторных занятиях важным является активная включенность студента в ситуацию исследования как в качестве психолога, так и в клиентской позиции.

Другим направлением учебной деятельности студентов является самостоятельная работа по предложенным вопросам. Внимательно ознакомьтесь с вопросами, которые предусматривают самостоятельное изучение. Затем следует найти источники информации по соответствующему вопросу, используя предложенный преподавателем список обязательной и дополнительной литературы, а также ресурсы ИНТЕРНЕТ. Во время чтения целесообразно осуществлять теоретический анализ текста: выделять главные мысли, находить аргументы, подтверждающие основные тезисы, а также иллюстрирующие их примеры и т.д. После этого можно приступить к выполнению задания (составление конспекта, заполнение таблицы, подготовка сообщения на семинарском занятии и др.). При этом важно помнить, что выполненное задание во всех случаях должно отражать основные выводы, к которым вы пришли в процессе самостоятельной учебной деятельности.

В случае применения при обучении электронного обучения, дистанционных технологий общения обучающихся и



преподавателя осуществляется в режиме реального времени: онлайн-занятия в ИС Microsoft Teams, в том числе при помощи платформы для видеоконференцсвязи Zoom, отложенного времени: система дистанционного обучения Moodle, электронная почта и др.

Определенную часть времени обучающиеся самостоятельно работают с учебно-методическими материалами.

Обучающиеся имеют возможность консультироваться с преподавателем по всем вопросам, возникающим в ходе самостоятельной работы посредством электронной почты, социальных сетей и мессенджеров.

Доступ обучающегося к учебным ресурсам в режиме отложенного времени, самостоятельной работы осуществляется через сеть Интернет в удобном для него месте, времени и темпе.

10. СПЕЦИАЛЬНЫЕ УСЛОВИЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ ОБУЧАЮЩИМИСЯ С ИНВАЛИДНОСТЬЮ И ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ

Освоение дисциплины инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья осуществляется с использованием специальных технических средств и голо информационных технологий, предоставляемых Ресурсным учебно-методическим центром по обучению инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья ЧелГУ по запросу обучающегося.

1. Мобильные специальные технические средства для лиц с нарушениями зрения: портативный компьютер с вводом/выводом шрифтом Брайля с синтезатором речи «EiBraille-W14J G2»; ноутбуки с программной экранного доступа NVDA; электронные увеличители для удаленного просмотра; видеоувеличители портативные; тифлоплеер; цифровые диктофоны.

2. Мобильные специальные технические средства для лиц с нарушениями слуха: система свободного звукового поля со встроенной совместимостью с FM-устройствами; радиоклассы «Сонет-PCM» с передатчиком, заушным индуктором и индукционной петлей; система информационная для слабослышащих переносная «Исток» А2 со встроенным плеером – звуковым информатором; документ-камера; программируемые слуховые аппараты индивидуального пользования.

3. Ассистивные информационные технологии: программное обеспечение экранного доступа с синтезом речи NVDA; программы экранного увеличения; программы речевого синтеза для компьютеров и ноутбуков; программы речевого синтеза для мобильных устройств; экранная клавиатура; экранная лупа.

При необходимости для обучающихся с нарушениями зрения на рабочих местах для проведения практических или лабораторных занятий устанавливается специальное программное обеспечение (программа речевой навигации NVDA, речевые синтезаторы, экранные лупы).

В учебные аудитории обеспечивается беспрепятственный доступ для обучающихся инвалидов и обучающихся с ограниченными возможностями здоровья. В каждой аудитории, где обучаются инвалиды и лица с ограниченными возможностями здоровья, предусматривается соответствующее количество мест для обучающихся с учетом нарушений их здоровья.

Для освоения дисциплины инвалидам и лицам с ограниченными возможностями здоровья предоставляется доступ к печатным источникам, имеющимся в научной библиотеке ЧелГУ, с помощью специальных технических средств; доступ к электронным источникам, представленным в форме электронного документа в фонде научной библиотеки ЧелГУ или электронно-библиотечных системах, с помощью специальных технических и программных средств (рабочее место для незрячего пользователя с программным обеспечением экранного доступа с синтезом речи NVDA, рабочее место с компьютерным роллером и клавиатурой Clevy с большими кнопками и с разделяющей клавиши накладкой).

Учебно-методические материалы для обучающихся из числа инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья предоставляются в формах, адаптированных к ограничениям их здоровья и восприятия информации:

Для лиц с нарушениями зрения:

- в печатной форме увеличенным шрифтом,
- в форме электронного документа,
- в форме аудиофайла,
- в печатной форме шрифтом Брайля.

Для лиц с нарушениями слуха:

- в печатной форме,
- в форме электронного документа.

Для лиц с нарушениями опорно-двигательного аппарата:

- в печатной форме,
- в форме электронного документа,
- в форме аудиофайла.

Данный перечень может быть конкретизирован в зависимости от контингента обучающихся.

Для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья освоение дисциплины может быть частично или полностью осуществлено с использованием дистанционных образовательных технологий (Moodle, Adobe Connect Pro и пр.).



В освоении дисциплины инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья используется индивидуальная работа. Под индивидуальной работой подразумевается две формы взаимодействия с преподавателем: индивидуальная учебная работа (консультации), т.е. дополнительное разъяснение учебного материала и углубленное изучение материала с теми обучающимися, которые в этом заинтересованы, и индивидуальная воспитательная работа. Индивидуальные консультации направлены на индивидуализацию обучения и установлению воспитательного контакта между преподавателем и обучающимся инвалидом или обучающимся с ограниченными возможностями здоровья.

При проведении процедуры оценивания результатов обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья по дисциплине обеспечивается выполнение следующих дополнительных требований в зависимости от индивидуальных особенностей, обучающихся:

а) инструкция по порядку проведения процедуры оценивания предоставляется в доступной форме (устно, в письменной форме, в письменной форме шрифтом Брайля, устно с использованием услуг сурдопереводчика);

б) доступная форма предоставления заданий оценочных средств (в печатной форме, в печатной форме увеличенным шрифтом, в печатной форме шрифтом Брайля, в форме электронного документа, задания зачитываются ассистентом, задания предоставляются с использованием сурдоперевода);

в) доступная форма предоставления ответов на задания (письменно на бумаге, набор ответов на компьютере, письменно шрифтом Брайля, с использованием услуг ассистента, устно).

При проведении процедуры оценивания результатов обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья предусматривается использование технических средств, необходимых им в связи с их индивидуальными особенностями. Эти средства могут быть предоставлены ЧелГУ или могут использоваться собственные технические средства. При необходимости инвалидам и лицам с ограниченными возможностями здоровья предоставляется дополнительное время для подготовки ответа на задания, процедура оценивания результатов обучения по дисциплине может проводиться в несколько этапов.

Проведение процедуры оценивания результатов обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья допускается с использованием дистанционных образовательных технологий.

37.05.01 Клиническая психология
Клинико-психологическая помощь населению
Теория и практика психологического тренинга
Форма обучения: очная
Год набора: 2025

Проректор по учебной работе утверждено 24.02.25

А.А. Саламатов

Ученым советом института образования и практической психологии

Протокол заседания № 8 от 17.02.2025

Председатель Ученого совета
института образования и
практической психологии

согласовано

И.А. Трушина

Заседанием института образования и практической психологии

Протокол заседания № 8 от 17.02.2025

Заведующий кафедрой

согласовано

И.А. Трушина

Автор (составитель)

Е.А. Абросимова

Структура рабочей программы соответствует приказу ректора ФГБОУ ВО «ЧелГУ» от «13» апреля 2021 г. № 247-1