

Документ подписан простой электронной подписью  
Информация о владельце:  
ФИО: Смирнов Сергей Николаевич  
Должность: врио ректора  
Дата подписания: 21.10.2024 16:38:56  
Уникальный программный ключ:  
69e375c64f7e975d4e8830e7b4fcc2ad1bf35f08

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации  
ФГБОУ ВО «Тверской государственный университет»

Утверждаю:  
Руководитель ООП  
С.Н. Добросмылова  
«18» апреля 2024 г.



Рабочая программа дисциплины (с аннотацией)

**ТЕХНОЛОГИЯ РАЗРАБОТКИ И ПРОВЕДЕНИЯ  
СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ТРЕНИНГА**

Направление подготовки  
39.03.02 Социальная работа

Направленность (профиль)  
**Социальная работа с различными группами населения**

Для студентов 2 курса очной формы обучения

Составитель:  
К.психол.н., доцент Травина С.А.

Тверь, 2024

## **I. Аннотация**

### **1. Цель и задачи дисциплины**

Целью освоения дисциплины является: углубить знания и умения будущих социальных работников в области разработки и проведения социально-психологического тренинга.

Задачами освоения дисциплины являются: знакомство студентов со структурой и содержанием тренинга, в том числе с арсеналом технологий, применяемых в ходе социально-психологического тренинга, формирование умений в проведении и рефлексивном анализе результатов проведенного тренинга.

### **2. Место дисциплины в структуре ООП**

Дисциплина «Технология разработки и проведения социально-психологического тренинга» является элективной в обязательной части учебного плана. Она связана с другими частями образовательной программы: «Этические основы социальной работы», «Психология», «Тайм-менеджмент».

Требования к «входным» знаниям и умениям обучающегося, необходимым при освоении данной дисциплины и приобретенным в результате освоения предшествующих дисциплин: знание основ психологии личности и познавательной сферы человека, профессионально-этических основ будущей профессиональной деятельности.

Дисциплины и практики, для которых освоение данной дисциплины необходимо как предшествующее: производственная и преддипломная практика.

**3. Объем дисциплины:** 3 зачетных единиц, 108 академических часов, **в том числе:**

**контактная аудиторная работа:** лекции 14 часов, практические занятия 14 часов;

**самостоятельная работа:** 80 часа.

**4. Планируемые результаты обучения по дисциплине, соотнесенные с планируемыми результатами освоения образовательной программы**

Планируемые результаты освоения образовательной программы (формируемые компетенции)	Планируемые результаты обучения по дисциплине
УК-1 Способен осуществлять поиск, критический анализ и синтез информации, применять системный подход для решения поставленных задач	УК-1.1 Анализирует задачу, выделяя ее базовые составляющие УК-1.3 Осуществляет поиск информации для решения поставленной задачи по различным типам запросов УК-1.4 При обработке информации отличает факты от мнений, интерпретаций, оценок, формирует собственные мнения и суждения, аргументирует свои выводы и точку
УК-2 Способен определять круг задач в рамках поставленной цели и выбирать оптимальные способы их решения, исходя из действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений	УК-2.3 Планирует реализацию задач в зоне своей ответственности с учетом имеющихся ресурсов и ограничений, действующих правовых норм
ОПК-2 Способен описывать социальные явления и процессы на основе анализа и обобщения профессиональной информации, научных теорий, концепций и актуальных подходов	ОПК-2.2 Описывает социальные явления и процессы на основе комплексной информации

**5. Форма промежуточной аттестации и семестр прохождения - зачет в 4 семестре**

**6. Язык преподавания русский.**

**II. Содержание дисциплины, структурированное по темам (разделам) с указанием отведенного на них количества академических часов и видов учебных занятий**

Учебная	Всего	Контактная работа (час.)	Самостоя
---------	-------	--------------------------	----------

программа – наименование разделов и тем	(час.)	Лекции		Семинарские/ Практические занятия/ Лабораторные работы (оставить нужное)		Контроль самостояте льной работы (в том числе курсовая работа)	тельная работа, в том числе Контроль (час.)
		всего	в т.ч. практич еская подгото вка	всего	в т.ч. практич еская подгото вка		
Тема 1. Определение тренинговых групп	12	2					10
Тема 2. Технология подготовки и проведения социально- психологического тренинга	12	2					10
Тема 3. Тренинговые методы в психологии	14	2		2			10
Тема 4. Техники, применяемые в социально- психологическом тренинге	14	2		2			10
Тема 5. Приемы арт-терапии в социально- психологическом тренинге	12	2		2			8
Тема 6. Символодрама и социодрама в тренинговой работе	12	2		2			8
Тема 7. Техники медитации. Медитации- визуализации	12	2		2			8

Тема 8. Метафоры, притчи, истории, афоризмы и ритуалы в социально- психологическом тренинге	10			2			8
Тема 9. Сопротивление и психологическая защита в тренинге	10			2			8
ИТОГО	108	14		14			80

### III. Образовательные технологии

Учебная программа – наименование разделов и тем (в строгом соответствии с разделом II РПД)	Вид занятия	Образовательные технологии
Тема 1. Определение тренинговых групп	Лекция	Игровая технология, нетворкинг, рефлексивная технология
Тема 2. Технология подготовки и проведения социально- психологического тренинга	Лекция	Мозговой штурм, игровая технология, кейс-технология
Тема 3. Тренинговые методы в психологии	Лекция Практическое	Тренинг, игровая технология, технология развития креативного мышления
Тема 4. Техники, применяемые в социально- психологическом тренинге	Лекция Практическое	Кейс-технология, тренинг
Тема 5. Приемы арт- терапии в социально- психологическом тренинге	Лекция Практическое	Тренинг, мозговой штурм, игровые технологии
Тема 6. Символодрама и социодрама в тренинговой работе	Лекция Практическое	Тренинг, кейс-технология

Тема 7. Техники медитации. Медитации-визуализации	Лекция Практическое	Тренинг, рефлексивная технология
Тема 8. Метафоры, притчи, истории, афоризмы и ритуалы в социально-психологическом тренинге	Практическое	Тренинг, технология решения нестандартных задач
Тема 9. Сопротивление и психологическая защита в тренинге	Практическое	Тренинг, технология решения нестандартных задач

#### **IV. Оценочные материалы для проведения текущей и промежуточной аттестации**

##### ***Оценочные материалы для проведения текущей аттестации***

##### ***Вопросы и задания для практических занятий***

1. Разработайте и раскройте, каковы критерии для выделения тренинговых групп. Каковы важнейшие психологические характеристики групп?
2. Обоснуйте важнейшие психологические характеристики групп тренингов.
3. Обоснуйте мотивы заказчиков тренинга и мотивы тренера и задайте им критерий.
4. Составление каталога основных тренинговых методов: метода регрессии, имитации, групповой рефлексии, метода концентрации присутствия, метода обмена опытом и др.
5. В каких сферах человеческой жизни и деятельности может применяться психологический тренинг?
6. Изучение психологических техник, упражнений и их проигрывание:
  - «Упражнения, способствующие запуску групповой динамики»,
  - «Упражнения, направленные на развитие взаимопонимания»,
  - «Психотехники, направленные на помощь в решении проблем»,
  - «Коммуникативные игры-путешествия»,
  - «Упражнения, направленные на развитие уверенности в себе»,
  - «Упражнения, направленные на развитие навыков гибкого поведения»,
  - «Упражнения, на работу с именем»,

- «Упражнения на новый сенсорный опыт» и др.

7. Раскройте соотношения понимания, интерпретации и объяснения метафоры. Приведите примеры.

8. Обоснуйте свое мнение, почему принцип метафоризации может выступать в качестве одного из важнейших принципов тренинга в рамках субъективной парадигмы;

9. Дискуссия на предмет выполненных заданий по подбору метафор, притч, афоризмов;

10. составление и обсуждение ритуалов и их связи с бессознательными механизмами психики.

11. Дайте характеристику видов защитных механизмов:

вытеснения, отрицания, подавления, регрессии, сублимации, аскетизма, идентификации, рационализации, замещения, проекции и др.

12. Самостоятельно подобрать диагностический инструментарий, выявляющий психологические защиты;

13. Подобрать и провести две методики, интерпретировать их, сделать анализ, представить к обсуждению, сделать выводы.

### **Требования к рейтинг-контролю**

Рейтинговый контроль знаний осуществляется в соответствии с *Положением о рейтинговой системе обучения в ТвГУ*.

Распределение баллов по видам работы в рамках рейтинговой системы в семестре, оканчивающемся зачётом:

Вид отчетности	Баллы
Работа в семестре, в том числе:	100
текущий контроль	60
модульный контроль	40

Текущая работа студентов очной формы обучения оценивается в 100 баллов, которые распределяются между двумя модулями (периодами обучения) следующим образом:

Модуль (период обучения)	Максимальная сумма баллов в модуле	Максимальная сумма баллов за работу на практических	Максимальный балл за рейтинговую контрольную

		занятиях	работу
1	50	30	20
2	50	30	20

Правила формирования рейтинговой оценки и шкалу пересчета рейтинговых баллов в оценку см. в «Положении о рейтинговой системе обучения студентов ТвГУ»

***Оценочные материалы для проведения промежуточной аттестации***

Проверяемые компетенции: УК-1.1; УК-1.3; УК-1.4; УК-2.3; ОПК-2.2

**ВОПРОСЫ ДЛЯ ПОДГОТОВКИ К ЗАЧЕТУ**

1. Психологические особенности социально-психологического тренинга.
2. Понятие о групповой сплоченности.
3. Процесс проведения и организации супервизии.
4. Трансактный анализ в группе.
5. Понятие социодрамы.
6. Методика групповой работы в НЛП.
7. Классификация психотехник индивидуального и группового тренинга.
8. Тренинговые методы в психологии.
9. Мотивы создания тренинга.
10. Метафоры, притчи и ритуалы в тренинге.
11. Сопротивление и психологическая защита в тренинге.
12. Механизмы вытеснения и отрицания в тренинге.
13. Механизмы формирование реакции, перемещения и обратное чувство.
14. Механизмы подавления, аскетизма, регрессии, сублимации.
15. Техники медитации и визуализации в тренинге.
16. Арттерапевтический процесс в тренинге и его возможности.
17. Основные этапы и факторы психодинамического воздействия.
18. Этапы построения содержательной работы в тренинге.
19. Методика психодинамической оценки.
20. Психологические техники применяемые в тренинге.
21. Критерии оценки эффективности проведенного социально-психологического тренинга.

*Критерии оценивания ответа в рамках промежуточной аттестации  
(зачет)*

Основой для определения оценки на зачете служит объем и уровень усвоения студентами материала, предусмотренного рабочей программой дисциплины.

Оценка «**зачтено**» выставляется, если:

– студент показал всестороннее, систематическое и глубокое знание программного материала, умение свободно выполнять задания, предусмотренные программой, усвоивший основную и знакомый с



дополнительной литературой, рекомендованной программой; усвоил взаимосвязь основных содержательных элементов дисциплины, проявил творческие способности в понимании, изложении и использовании учебного материала;

– студент показал полное знание программного материала, успешно выполнил предусмотренные в программе задания, усвоил основную литературу, рекомендованную в программе; показал систематический характер знаний по дисциплине и способность к их самостоятельному пополнению и обновлению в ходе дальнейшей учебной работы и профессиональной деятельности;

– студент показал знание основного программного материала в объеме, необходимом для дальнейшей учебы и предстоящей работы по профессии, справился с выполнением заданий, предусмотренных программой, знаком с основной литературой, рекомендованной программой; допустил погрешности не принципиального характера в ответе на зачете и при выполнении зачетных заданий.

Оценка «не зачтено» выставляется, если студент обнаружил пробелы в знаниях основного программного материала, допустил принципиальные ошибки в выполнении предусмотренных программой заданий.

## **V. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины**

### 1) Рекомендуемая литература

#### а) Основная литература

Марасанов, Г. И. Социально-психологический тренинг / Г. И. Марасанов. — 5-е изд. — Москва : Когито-Центр, 2019. — 251 с. — ISBN 5-89353-042-X. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/88390.html>

#### б) Дополнительная литература

1. Козлов В.В. Личностный опросник самоидентичности. Теория и метод [Электронный ресурс]: методическое пособие/ Козлов В.В.— Электрон. текстовые данные.— Саратов: Вузовское образование, 2014.— 50 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/18951.html>.

2. Полякова И.Л. Организация тренингов. Практикум [Электронный ресурс]: учебное пособие/ Полякова И.Л., Воробьев В.К.— Электрон. текстовые данные.— Оренбург: Оренбургский государственный университет, ЭБС АСВ, 2015.— 103 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/54131.html>.

3. Соснова М.Л. Тренинг коммуникативного мастерства [Электронный ресурс]: учебно-практическое пособие/ Соснова М.Л.— Электрон. текстовые данные.— М.: Академический Проект, 2017.— 266 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/36610.html>.

4. Старшенбаум Г.В. Тренинг навыков практического психолога [Электронный ресурс]: интерактивный учебник. Игры, тесты, упражнения/ Старшенбаум Г.В.— Электрон. текстовые данные.— Саратов: Вузовское

## 2) Программное обеспечение

### а) Лицензионное программное обеспечение

Kaspersky Endpoint Security 10 для Windows – Акт на передачу прав ПК545 от 16.12.2022.

### б) Свободно распространяемое программное обеспечение

- Google Chrome
- Многофункциональный редактор ONLYOFFICE бесплатное ПО
- ОС Linux Ubuntu бесплатное ПО
- Jamovi

## 3) Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:

1. ЭБС «ZNANIUM.COM» [www.znanium.com](http://www.znanium.com);
2. ЭБС «ЮРАИТ» [www.biblio-online.ru](http://www.biblio-online.ru);
3. ЭБС «Университетская библиотека онлайн» <https://biblioclub.ru/>;
4. ЭБС IPRbooks <http://www.iprbookshop.ru/>;
5. ЭБС «Лань» <http://e.lanbook.com>;
6. ЭБС BOOK.ru <https://www.book.ru/>
7. ЭБС ТвГУ <http://megapro.tversu.ru/megapro/Web>
8. Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU (подписка на журналы)  
[https://elibrary.ru/projects/subscription/rus\\_titles\\_open.asp?](https://elibrary.ru/projects/subscription/rus_titles_open.asp?);
9. Репозиторий ТвГУ <http://eprints.tversu.ru>,
10. Wiley Online Library <https://onlinelibrary.wiley.com/>
11. БД Scopus <https://www.scopus.com/search/form.uri?display=basic>
12. БД Web of Science  
[http://apps.webofknowledge.com/WOS\\_GeneralSearch\\_input.do?product=WOS&search\\_mode=GeneralSearch&SID=F51xbbgjnOdTHNnpOs&preferencesSaved=](http://apps.webofknowledge.com/WOS_GeneralSearch_input.do?product=WOS&search_mode=GeneralSearch&SID=F51xbbgjnOdTHNnpOs&preferencesSaved=)
13. Архивы журналов издательства Sage Publication  
<http://archive.neicon.ru/xmlui/>
14. Архивы журналов издательства The Institute of Physics  
<http://archive.neicon.ru/xmlui/>,
15. СПС КонсультантПлюс (в сети ТвГУ);
16. ИПС «Законодательство России» <http://pravo.gov.ru/ips/>
17. Сводные каталоги фондов российских библиотек АРБИКОН, МАРС  
<http://arbicon.ru/>; КОРБИС <http://corbis.tverlib.ru/catalog/>; ЭКБСОН  
<http://www.vlibrary.ru>

## 4) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины:

<http://elibrary.ru>

<http://biblioclub.ru/>

<http://festival.1september.ru/articles/414947/> - Разработка тренинга

## **VI. Методические материалы для обучающихся по освоению дисциплины**

### **Методические указания для выполнения заданий для самостоятельной работы студентов**

Тренинг – своеобразный исследовательский метод, в рамках которого конструируются и изучаются межличностные отношения или социальные феномены, а также один из способов практической работы с психологическими характеристиками конкретных людей.

Самостоятельная работа студентов проводится с целью закрепления и углубления полученных знаний, необходимой подготовки к предстоящим учебным занятиям, а также изучения дополнительных тем и литературы, выполнения практических заданий, написания контрольных работ и реферативных сообщений. Важным условием успешности самостоятельной работы является придание ей систематического и непрерывного характера. Данный вид учебных занятий способствует формированию и развитию у студентов самостоятельности, творчества и культуры научной организации учебной работы.

Программа курса определяет совокупность необходимых для профессиональной подготовки компетенций, которыми должны овладеть студенты. По завершении курса обучения студент обязан:

- *иметь представление* о психологии тренинговой работы, ее основных теориях, концепциях, категориях, методах проведения;
- *знать* психологическую структуру тренинга, закономерности и тенденции, сущность и содержание процесса тренинговой работы;
- *уметь* использовать знания по основам психологии тренинга в интересах диагностической, профилактической и коррекционно-развивающей работы с различными группами населения;
- *иметь навыки* профессионального компетентного использования вариативных приемов при проведении тренинга.

#### **Цели практических занятий:**

- помочь студентам осмыслить изучаемый материал;
- формировать навыки и умения интеллектуальной и учебной деятельности;
- помочь студентам установить связь теории и практики, научить переносить знания в новые ситуации;
- помочь студентам осознать связь научных знаний с их будущей профессиональной деятельностью. Для обеспечения полноценного осмысления научных знаний используются различные дидактические средства:
- различного рода учебные задачи (прямые, косвенные, профессиональные, различного рода задания, вопросы и т.п.); это могут быть

учебные задания на составление таблиц, схем, на освоение инструкций, интерпретацию результатов диагностики и др.;

- более глубокому усвоению учебной информации способствуют опыты и демонстрации;

-особенно эффективными являются задания, связанные с профессиональной деятельностью студентов. В этом случае знания не только глубже усваиваются, но и прочнее запоминаются, так как вызывают у студентов самый живой интерес.

- уместным на практических занятиях является и изучение диагностических методик. Упор следует делать на осмысление соотношения: цель- процедура- обработка - интерпретация результатов.

### **Рекомендации по написанию и оформлению реферата**

Все названия структурных частей приводятся в той же последовательности и форме, что и в тексте реферата; заголовки параграфов печатаются строчными буквами; после каждого заголовка указывается страница, с которой начинается изложение содержания этого текста в работе без слова «стр.»; текст печатается с отступом сверху и снизу примерно одинаковым.

Написанию реферата предшествует изучение научных источников и материалов психологической практики. Само написание реферата - это систематизированное и отвечающее его плану изложение основных сведений по теме. Автор реферата для подтверждения собственных выводов или для критического анализа того или иного положения должен ссылаться на определённый источник. При использовании любых источников обязательны подстрочные ссылки на них. Переписывание чужого текста без ссылки на него не допускается.

Заголовки параграфов в тексте печатаются строчными буквами и нумеруют арабскими цифрами; точка в конце заголовка не ставится. Размер абзацного отступа («красная строка») делается равным пяти знакам. Цифру, обозначающую порядковый номер страницы, ставят в середине верхнего поля страницы.

В реферате используется сплошная нумерация страниц, включая приложения, при этом титульный лист и оглавление не нумеруются, номера ставятся начиная с введения (страница 3). Введение, каждый параграф, а также заключение, список литературы и приложения начинаются с отдельной страницы.

### **Тематика рефератов**

1. Социально-психологический тренинг как метод практической психологии.
2. Основные тренинговые методы.
3. Организационно-методические аспекты проведения тренинга.
4. Классификация тренинговых групп Ж. Годфруа.
5. Диагностика в социально-психологическом тренинге.
6. Групповой метод в психоаналитическом направлении

7. Уровни группового процесса в тренинге.
8. Подход К.Левина к изучению Т-групп
9. История становления Арт-терапии.
- 10.Проективная и сублимационная арт-терапия.
- 11.Интерпретации цвета по М. Люшер и Д. Тий
- 12.Методы имитационного моделирования поведения.
- 13.Теория ролей Я.Л. Морено.
- 14.Понятие и роль социодрамы.
- 15.Характерологический анализ А. Лоуэна.
- 16.Модели и репрезентативные системы в НЛП.
- 17.Техники нейролингвистического программирования.
- 18.Роль и функции ведущего тренинга.
- 19.Организация и проведение тренинга
- 20.Характеристика подходов в создании тренинга.
- 21.Алгоритм создания тренинга.
- 22.Психологические основы подбора техник в зависимости от возраста.
- 23.Метафоризация в психологическом тренинге.
- 24.Соппротивление и психологическая защита в тренинге.
- 25.Деструктивное поведение участников группы тренинга.

## VII. Материально-техническое обеспечение

Наименование помещения	Адрес	Номер аудитории	Оснащенность
Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, курсового проектирования (выполнения курсовых работ), групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации, учебная	170021, г. Тверь, ул. 2-я Грибоедова, д. 24	216	Комплект учебной мебели, переносной ноутбук, Проектор EPSON EB-W39, Пианино «Тверца»
Помещение для самостоятельной работы, учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, курсового проектирования (выполнения курсовых работ), групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации, практики	170021, г. Тверь, ул. 2-я Грибоедова, д. 24	128	Компьютер Arbyte Forte S4D3A-H55/i3-530/2Gb/160Gb Sata/ монитор 20''BanQ G2020HDA/ клавиатура+мышь Genius Компьютер Arbyte Forte S4D3A-H55/i3-530/2Gb/160Gb Sata/ монитор 20''BanQ G2020HDA/ клавиатура+мышь Genius Компьютер Arbyte Forte S4D3A-H55/i3-530/2Gb/160Gb Sata/ монитор 20''BanQ G2020HDA/ клавиатура+мышь Genius Компьютер Arbyte Forte S4D3A-H55/i3-530/2Gb/160Gb Sata/ монитор 20''BanQ G2020HDA/

		<p>клавиатура+мышь Genius Компьютер Arbyte Forte S4D3A-H55/i3-530/2Gb/160Gb Sata/ монитор 20''BanQ G2020HDA/ клавиатура+мышь Genius Компьютер Arbyte Forte S4D3A-H55/i3-530/2Gb/160Gb Sata/ монитор 20''BanQ G2020HDA/ клавиатура+мышь Genius Компьютер Arbyte Forte S4D3A-H55/i3-530/2Gb/160Gb Sata/ монитор 20''BanQ G2020HDA/ клавиатура+мышь Genius Компьютер Arbyte Forte S4D3A-H55/i3-530/2Gb/160Gb Sata/ монитор 20''BanQ G2020HDA/ клавиатура+мышь Genius Компьютер Arbyte Forte S4D3A-H55/i3-530/2Gb/160Gb Sata/ монитор 20''BanQ G2020HDA/ клавиатура+мышь Genius Компьютер Arbyte Forte S4D3A-H55/i3-530/2Gb/160Gb Sata/ монитор 20''BanQ G2020HDA/ клавиатура+мышь Genius Копир Canon iR2016J с крышкой в комплекте Экран настенный ScreenMedia 153*203 (M082-08155) Ноутбук Sony VPC-YA1V9R/B i3-380UM/4G/500/WiFi/BT/cam/Oklic k 125M USB/ сумка 12.1'' Ноутбук Samsung R522(FS07) T6500/3G/250G/DVD-SMulti/15,6" LED HD/HD4330 512MB/WiFi/BT/cam/VHP Кондиционер сплит Samsung SH12ZSG Переплетчик Fellowes Pulsar Принтер Kyocera FS-1320D Мультимедийный проектор BenQ MP 624 (1024x768.3000:1,2500 ANSI,2,5кг)с потолочным креплением Сканер EPSON V33"</p>
--	--	---

Занятия могут проводиться с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий в Системе управления учебным процессом (LMS) <https://lms.tversu.ru/>.

#### **VIII. Сведения об обновлении рабочей программы дисциплины**

№п.п.	Обновленный раздел рабочей программы дисциплины	Описание внесенных изменений	Реквизиты документа, утвердившего изменения
1.			
2.			
3.			
4.			
5.			