

МІНІСТЕРСТВО ВНУТРІШНІХ СПРАВ УКРАЇНИ

ДНІПРОПЕТРОВСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

ВНУТРІШНІХ СПРАВ

НАВЧАЛЬНО-НАУКОВОВИЙ ІНСТИТУТ ПРАВА ТА

ІННОВАЦІЙНОЇ ОСВІТИ

КАФЕДРА ПСИХОЛОГІЇ ТА ПЕДАГОГІКИ

РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

«ТЕОРІЯ ТА ПРАКТИКА ПСИХОЛОГІЧНОГО ТРЕНІНГУ»

Рівень вищої освіти: *перший(бакалаврський)*

Галузь знань: *05 Соціальні та поведінкові науки*

Спеціальність: *053 «Психологія»*

Освітня програма: *«Психологія»*

Статус навчальної дисципліни: *обов'язкова*

Мова навчання *українська*

ЗАТВЕРДЖЕНО

Навчально-методичною радою
Дніпропетровського державного
університету внутрішніх справ
Протокол від №

СХВАЛЕНО

Вченою радою навчально-
наукового інституту/факультету
Протокол від №

ПОГОДЖЕНО

Гарант освітньої програми «Психологія»

(підпис)

Бурлакова І.А.
(ім'я та прізвище)

Розглянуто на засіданні кафедри психології та педагогіки Навчально-наукового інституту права та інноваційної освіти

Протокол від 12.06.2023 № 14

Теорія та практика психологічного тренінгу // Робоча програма навчальної дисципліни. – Дніпро : Дніпропетровський державний університет внутрішніх справ, 2023. – 12 с.

РОЗРОБНИК/РОЗРОБНИКИ:

Ст.викладач кафедри психології та педагогіки, доктор філософії Сахарова К.О.

РЕЦЕНЗЕНТИ:**Лист оновлення та перезатвердження робочої програми навчальної дисципліни**

Навчальний рік	Дата засідання кафедри, протокол – розробника РПНД	Зміст змін	Підпис завідувача
20__/20__			
20__/20__			
20__/20__			
20__/20__			
20__/20__			

1. ОПИС НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ:

Найменування показників	Характеристика навчальної дисципліни	
	денна форма здобуття вищої освіти	заочна форма здобуття вищої освіти
Кількість кредитів ЄКТС	4	
Загальна кількість годин:	120 год	
Рік підготовки:	4	4
Семестр:	7	7
Лекції	10 год	4
Семінарські	-	-
Практичні	-	-
Самостійна та індивідуальна робота	50 год	56
Підсумковий семестровий контроль:	Залік	

2. МЕТА ТА ЗАВДАННЯ НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ:

Мета вивчення навчальної дисципліни «Теорія та практика психологічного тренінгу» – сформуванню розуміння методології здійснення тренінгового впливу через розкриття сутності психологічного тренінгу як інструментальної опосередкованої дії, надати здобувачам освіти уявлення про психологічний тренінг та продемонструвати важливість теоретичних знань про цю форму практичної психологічної роботи.

Основними завданнями вивчення дисципліни «Теорія та практика психологічного тренінгу» є опанування поведінкових, професійних навичок індивідуальної та групової роботи, розвиток здібностей в прогнозуванні поведінки інших людей, вміння передбачати наслідки взаємних впливів, планувати та аналізувати структуру тренінгів, оцінка отриманих даних самостійно під час групового обговорення, створення екопсихологічних умов для самопізнання та саморозвитку; визначення власної спеціалізації в тренінговій діяльності; оволодіння професійною етикою тренера; опанування професійної лексики тренера. Вивчення дисципліни забезпечує формування компетентностей за освітньою програмою: *«Психологія»*

Інтегральна компетентність – Здатність розв’язувати задачі та практичні проблеми у сфері психології, що передбачають застосування основних психологічних теорій та методів та характеризуються комплексністю та невизначеністю умов.

Загальні компетентності:

ЗК1 – Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях.

ЗК6 – Здатність приймати обґрунтовані рішення.

Спеціальні компетентності:

СК4 – Здатність самостійно збирати та критично опрацьовувати, аналізувати та узагальнювати психологічну інформацію з різних джерел.

СК7 – Здатність аналізувати та систематизувати одержані результати, формулювати аргументовані висновки та рекомендації.

Пререквізити та постреквізити дисципліни:

Пререквізити: Загальна психологія, психологія особистості, соціальна психологія

Програмні результати навчання:

ПР1. Аналізувати та пояснювати психічні явища, ідентифікувати психологічні проблеми та пропонувати шляхи їх розв’язання

ПР5. Обирати та застосовувати валідний і надійний психодіагностичний інструментарій (тести, опитувальники, проєктивні методики тощо) психологічного дослідження та технології психологічної допомоги.

3. ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ:

ТЕМА 1. ТЕОРЕТИЧНІ АСПЕКТИ ПСИХОЛОГІЧНОГО ТРЕНІНГУ

Психологічний тренінг: концептуальні ідеї. Історія розвитку та становлення групових методів психологічної роботи. Характеристика Т-груп, груп зустрічей. Специфічні риси та основні парадигми тренінгу, Сфери застосування психологічного тренінгу. Цілі та завдання психологічного тренінгу. Переваги групових форм роботи.

ТЕМА 2. ОРГАНІЗАЦІЙНА ОСНОВА ПСИХОЛОГІЧНОГО ТРЕНІНГУ

Організація соціально-психологічного тренінгу: етапи підготовки та проведення тренінгових занять. Групові методи тренінгів. Історія групових методів. Особливості групової методики тренінгу. Поняття груповий динаміки. Фази динамічного розвитку групи. Психологічні особливості групи тренінгу. Групові норми. Рольові позиції у групі. Групова згуртованість. Загальні тренінгові методи. Особливості класифікації тренінгових груп та їх основні види. Правила та прийоми комплектування тренінгової групи. Періодичність зустрічей. Протипоказання для участі у роботі тренінгової групи: абсолютні та відносні.

ТЕМА 3. ВИДИ ПСИХОЛОГІЧНОГО ТРЕНІНГУ ТА СФЕРИ ЇХ ВИКОРИСТАННЯ

Основні види психологічного тренінгу та сфери його використання. Цілі і завдання комунікативних тренінгів. Різновиди тренінгу комунікативних умінь. Сфера використання тренінгу особистісного зростання. Когнітивний тренінг та його характеристика. Тренінг впевненості в собі та в міжособистісних відносинах. Мотиваційний тренінг: цілі, завдання, принципи, структура. Поведінковий тренінг: теорія та практика. Критерії оцінки ефективності тренінгу. Зворотній зв'язок та її роль у тренінгу. Концепція зворотнього зв'язку: види та правила забезпечення. Конструктивний та деструктивний зворотній зв'язок. Основні ознаки конструктивного зворотного зв'язку.

ТЕМА 4. РОЛЬ ПСИХОЛОГА В ОРГАНІЗАЦІЇ ТА ПРОВЕДЕННІ ПСИХОЛОГІЧНОГО ТРЕНІНГУ

Роль ведучого у психологічному тренінгу. Основні принципи та правила тренерської роботи. Вимоги до кваліфікації та особистісним якостям ведучого. Вимоги до керівників тренінгів. Стилі керівництва групою. Особистісна характеристика провідного тренінгової групи. Комунікативні навички тренера.

Підготовка керівників тренінгових груп. Завдання тренера та зміст його роботи в залежності від різновидів психологічного тренінгу.

ТЕМА 5. ОСНОВНІ НАПРЯМИ РОБОТИ ПСИХОЛОГА З СТВОРЕННЮ СПРИЯТЛИВИХ УМОВ ДЛЯ РОЗВИТКУ ОСОБИСТОСТІ В ПРОЦЕСІ ТРЕНІНГУ

Формування та розвиток Я-концепції засобами психологічного тренінгу. Основні технології, прийоми та методи розвитку Я-концепції засобами тренінгу. Оптимізація психічних функцій засобами тренінгу. Основні технології, прийоми та методи оптимізації психічних функцій засобами тренінгу. Регулювання психічних станів людини засобами тренінгу. Психологічні умови для оптимізації психічних станів в умовах тренінгової групи. Розвиток сенситивності у спілкуванні, точності у сприйнятті та передачі інформації засобами тренінгу. Основні технології, прийоми та методи розвитку точності у сприйнятті та передачі інформації засобами тренінгу. Розвиток впевненості у собі та умінь у сфері спілкування засобами тренінгу. Основні технології, прийоми та методи розвитку впевненості у собі та умінь у сфері спілкування засобами тренінгу.

ТЕМА 6. ГРУПОВА ДИСКУСІЯ – ОДИН ІЗ БАЗОВИХ МЕТОДІВ ТРЕНІНГУ.

Історія створення методів групової дискусії. Групова дискусія як метод психологічного тренінгу: цілі застосування, загальна характеристика процесу. Етапи та фази групової дискусії (орієнтування, оцінка, завершальна фаза). Професійні вміння, необхідні ведучому під час проведення дискусії. Типи дискусії. Форми проведення. Ефекти групової дискусії. Використання методу групової дискусії на вирішення різних завдань у різних тренінгових групах.

ТЕМА 7. МЕТОДИ ПРОВЕДЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНОГО ТРЕНІНГУ.

Загальні тренінгові методи: аналіз конкретних ситуацій або кейс-метод, сюжетно-ролева гра, психотехнічні вправи, методи, спрямовані на розвиток соціальної перцепції, методи тілесно-орієнтованої терапії, медитативна техніка. Можливості використання кожного методу. Спектр розв'язуваних завдань під час використання різних методів на різних етапах розвитку тренінгової групи

ТЕМА 8. АКТУАЛЬНІ ВИДИ ТРЕНІНГІВ ТА ЇХ СПЕЦИФІКА.

Тренінг з управління конфліктами. Тренінг з формування команди. Тренінг особистісного зростання. Тренінг ефективною комунікації. Тренінги, що використовуються як інструмент когнітивно-поведінкової терапії.

ТЕМА 9. КЛАСИФІКАЦІЯ ТА ОСНОВНІ ВИДИ ТРЕНІНГОВИХ ГРУП.

Класифікація методів групової роботи в рамках основних психологічних та психотерапевтичних підходів сучасності. Психоаналітичний підхід, екзистенційно – гуманістичний підхід, поведінковий підхід. Групи інтрапсихічного спрямування та поведінкові групи. Відмінність тренінгу від терапії, терапевтична складова під час проведення будь-якого тренінгу.

ТЕМА 10. ЕФЕКТИВНІСТЬ ПСИХОЛОГІЧНОГО ТРЕНІНГУ

Завершальний етап соціально-психологічного тренінгу. Необхідність здійснення процедур: деролінг, дебрифінг, ключі аналізу, шеринг. Підбиття підсумків, обговорення результатів. Вихід із ситуації «тут і тепер». рівні оцінки ефективності соціально-психологічного тренінгу.

4. СТРУКТУРА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ:

Структура навчальної дисципліни наведена у додатку 1.1., 1.2.

Додатки 1.1, 1.2. (оновлюється щорічно).

Форма підсумкового контролю успішності навчання

Підсумковий контроль – це перевірка рівня засвоєння знань, навичок, вмінь та інших компетентностей за певний період навчання (навчальний семестр, навчальний рік).

З навчальної дисципліни «Теорія та практика психологічного тренінгу» передбачено:

для денної форми навчання – залік

Критерії та засоби оцінювання успішності навчання

Критерієм успішного проходження Здобувачем підсумкового оцінювання може бути досягнення ним мінімальних порогових рівнів оцінок за кожним запланованим результатом навчання навчальної дисципліни. Мінімальний пороговий рівень оцінки визначається за допомогою якісних критеріїв і трансформується в мінімальну позитивну оцінку використовуваної числової (рейтингової) шкали.

За результатами аудиторної роботи здобувач денної форми навчання має отримати максимальну кількість 30 балів (кожне заняття оцінюється за п'ятибальною шкалою); за результатами самостійної роботи – 15 балів та за результатами індивідуальної роботи – 15 балів. Таким чином бали за поточний контроль (40-60 балів). Бали за результатами успішного складання заліку (20-40 балів).

Максимальна кількість балів з дисципліни: 100 балів.

Для навчальної дисципліни «Теорія та практика психологічного тренінгу» засобом діагностики знань (успішності навчання) виступає *залік*.

Шкала оцінювання: національна та ECTS

Оцінка в балах	Оцінка за національною шкалою		Оцінка за шкалою ECTS	
	Залік	Екзамен/диференційований залік	Оцінка	Пояснення
90-100	Зараховано	Відмінно	A	<i>«Відмінно»</i> - теоретичний зміст курсу засвоєний у повному обсязі; сформовані необхідні практичні навички роботи із засвоєним матеріалом; всі навчальні завдання, передбачені РПНД, виконані в повному обсязі.
83-89		Добре	B	<i>«Дуже добре»</i> - теоретичний зміст курсу засвоєний в повному обсязі; в основному сформовані необхідні практичні навички роботи із засвоєним матеріалом; всі навчальні завдання, передбачені РПНД, виконані, якість виконання більшості з них оцінена кількістю балів, близько до максимальної.
75-82			C	<i>«Добре»</i> - теоретичний зміст курсу засвоєний цілком; в основному сформовані практичні навички роботи із засвоєним матеріалом; всі навчальні завдання, передбачені РПНД, виконані, якість виконання жодного з них не оцінена мінімальною кількістю балів, деякі види завдань виконані з помилками.
68-74		Задовільно	D	<i>«Задовільно»</i> - теоретичний зміст курсу засвоєний не повністю; але прогалини не носять істотного характеру; в основному сформовані необхідні практичні навички роботи із засвоєним матеріалом; більшість передбачених РПНД навчальних завдань виконано, деякі з виконаних завдань містять помилки.
60-67			E	<i>«Достатньо»</i> - теоретичний зміст курсу засвоєний частково; не сформовано деякі практичні навички роботи; частина передбачених РПНД навчальних завдань не виконані або якість виконання деяких з них оцінено числом балів, близьким до мінімального.
35-59		не зараховано	Не задовільно	FX

1-34	в а н о		Ф	<i>«Безумовно незадовільно» - теоретичний зміст курсу не засвоєний; не сформовані необхідні практичні навички роботи; всі виконані навчальні завдання містять грубі помилки або не виконані взагалі; додаткова самостійна робота над матеріалом курсу не призведе до значного підвищення якості виконання навчальних завдань.</i>
------	------------------	--	---	---

Інструменти, обладнання та програмне забезпечення, використання яких передбачено навчальною дисципліною

Для успішного освоєння дисципліни слухачами необхідна наявність ноутбука, проектора, доступ до мережі Інтернет, фліпчарт, кольорові фломастери.

Інформаційне та методичне забезпечення навчальної дисципліни (рекомендовані джерела інформації)

Додаток 1.3. (оновлюється щорічно та/або в разі необхідності).

ОБСЯГ НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

«ТЕОРІЯ ТА ПРАКТИКА ПСИХОЛОГІЧНОГО ТРЕНІНГУ»

Освітній ступінь *бакалавр*

Спеціальність *053 «Психологія»*

на *2023 / 2024* навчальний рік

Форма навчання: **ДЕННА** Обсяг: **2** кредити ЄКТС (**60** годин)

Навчально-науковий інститут права та інноваційної освіти

Курс **4** Група **Б-ПС-041**

№ теми (згідно з РПНД)	Назва теми (згідно з РПНД)	Загальний обсяг годин	Аудиторна робота				С/Р та І/Р
			Всього	Лекції	С/З	П/З	
1.	Тема 1. Теоретичні аспекти психологічного тренінгу	6	1	1	-	-	5
2.	Тема 2. Організаційна основа психологічного тренінгу	6	1	1	-	-	5
3.	Тема 3. Види психологічного тренінгу та сфери їх використання	6	1	1	-	-	5
4.	Тема 4. Роль психолога в організації та проведенні психологічного тренінгу	6	1	1	-	-	5
5.	Тема 5. Основні напрями роботи психолога з створенню сприятливих умов для розвитку особистості в процесі тренінгу	6	1	1	-	-	5
6.	Тема 6. Групова дискусія – один із базових методів тренінгу	6	1	1	-	-	5
7.	Тема 7. Методи проведення психологічного тренінгу	6	1	1	-	-	5
8.	Тема 8. Актуальні види тренінгів та їх специфіка	6	1	1	-	-	5
9.	Тема 9. Класифікація та основні види тренінгових груп	6	1	1	-	-	5
10.	Тема 10. Ефективність психологічного тренінгу	6	1	1	-	-	
	Разом за семестр	60	10	10	-	-	50
	Разом за навчальний рік	60	100	10	-	-	50
	Форма підсумкового контролю		Залік				

Розглянуто і схвалено на засіданні кафедри психології та педагогіки Навчально-наукового інституту права та інноваційної освіти, протокол від 12.06.2023 р. № 14.

**Завідувач кафедри
психології та педагогіки**

Вікторія КОРНІЄНКО

ОБСЯГ НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

«ТЕОРІЯ ТА ПРАКТИКА ПСИХОЛОГІЧНОГО ТРЕНІНГУ»

Освітній ступінь *бакалавр*

Спеціальність *053 «Психологія»*

на *2023 / 2024* навчальний рік

Форма навчання: ЗАОЧНА Обсяг: *2* кредити ЄКТС (*60* годин)

Навчально-науковий інститут права та інноваційної освіти

Курс *4* Група *БЗ-ПС-041*

№ теми (згідно з РПНД)	Назва теми (згідно з РПНД)	Загальний обсяг годин	Аудиторна робота				С/Р та І/Р
			Всього	Лекції	С/З	П/З	
1.	Тема 1. Теоретичні аспекти психологічного тренінгу	6	1	1	-	-	5
2.	Тема 2. Організаційна основа психологічного тренінгу	6	1	1	-	-	5
3.	Тема 3. Види психологічного тренінгу та сфери їх використання	6	1	1	-	-	5
4.	Тема 4. Роль психолога в організації та проведенні психологічного тренінгу	6	-	-	-	-	6
5.	Тема 5. Основні напрями роботи психолога з створенню сприятливих умов для розвитку особистості в процесі тренінгу	6	-	-	-	-	6
6.	Тема 6. Групова дискусія – один із базових методів тренінгу	6	-	-	-	-	6
7.	Тема 7. Методи проведення психологічного тренінгу	6	1	1	-	-	5
8.	Тема 8. Актуальні види тренінгів та їх специфіка	6	-	-	-	-	6
9.	Тема 9. Класифікація та основні види тренінгових груп	6	-	-	-	-	6
10.	Тема 10. Ефективність психологічного тренінгу	6	-	-	-	-	6
	<i>Разом за семестр</i>	<i>60</i>	<i>4</i>	<i>4</i>	<i>-</i>	<i>-</i>	<i>56</i>
	<i>Разом за навчальний рік</i>	<i>60</i>	<i>4</i>	<i>4</i>	<i>-</i>	<i>-</i>	<i>56</i>
	<i>Форма підсумкового контролю</i>		<i>Залік</i>				

Розглянуто і схвалено на засіданні кафедри психології та педагогіки Навчально-наукового інституту права та інноваційної освіти, протокол від 12.06.2023 р. № 14.

**Завідувач кафедри
психології та педагогіки**

Вікторія КОРНІЄНКО

ІНФОРМАЦІЙНЕ ТА МЕТОДИЧНЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

«ТЕОРІЯ ТА ПРАКТИКА ПСИХОЛОГІЧНОГО ТРЕНІНГУ»

Освітній ступінь *бакалавр*

Спеціальність *053 «Психологія»*

на *2023 / 2024* навчальний рік

Підручники:

1. Карпенко Є. Основи психотренінгу : навч. посібник. Дрогобич : Видавничий відділ Дрогобицького державного педагогічного університету імені Івана Франка, 2015. 78 с.
2. Карпенко Є. Методи сучасної психотерапії : навч. посібник. Дрогобич : Видавничий відділ Дрогобицького державного педагогічного університету імені Івана Франка, 2015. 120 с.
3. Матійків І. М. Основи тренерської майстерності : [навч.-метод. посіб.] / І. М. Матійків, А. І. Якимів, Т. Г. Черняк / За заг. ред. А. І. Якиміва. Львів : Компанія «Манускрипт», 2012. 392 с.
4. Організація і методика соціально-педагогічного тренінгу: Навчальний посібник// Уклад. : О. М. Шевчук. Умань : ПП Жовтий, 2011. 133 с.
5. Мілютіна К. Л. Теорія та практика психологічного тренінгу : [навч. посіб.] – К. Л. Мілютіна. – К. : МАУП, 2004. 192 с
6. Технологія тренінгу / Упоряд. : О. Главник, Г. Бевз / [За заг. ред. С. Максименко]. К. : Главник, 2005. 112с. (Психолог, інструментарій).

Навчальні посібники, інші дидактичні та методичні матеріали:

1. Шапар Б. В. Сучасний тлумачний психологічний словник / Б. В. Шапар. Х. : Прапор, 2007. 640 с
2. Тимошенко О. А. Психологічний тренінг “самопізнання та саморегуляція” для майбутніх практичних психологів [Електронний ресурс] / О. А. Тимошенко – Режим доступу: <http://psych.kiev.ua/nma-referats/fla-refers/lang-1/referat-116/referatpart-4/index.html>

3. Федоренко Р. П. Тренінг консультативних навичок / Р. П. Федоренко // Практична психологія та соціальна робота. – 2009. – №6. – С. 26–45.

4. Яценко Т.С. Теорія і практика групової психокорекції: Активне соціально-психологічне навчання: навч. посіб. [для студ. вищ. навч. закладів] / Яценко Т.С. – К.: Вища школа, 2004. – 679

5. Пеньковська Н. М. Основи психологічного консультування в методі позитивної психотерапії : навч. посіб. / Н. М. Пеньковська, Р. В. Шептицький. – Тернопіль : Крок, 2014. – 286 с.

Інформаційні ресурси

1. Бібліотека ім. В.І. Вернадського. URL: <http://www.nbuv.gov.ua/>
2. 3. Електронна бібліотека. URL: <http://lib.meta.ua/>

Розглянуто і схвалено на засіданні кафедри психології та педагогіки Навчально-наукового інституту права та інноваційної освіти, протокол від 12.06.2023 р. № 14.

**Завідувач кафедри
психології та педагогіки**

Вікторія КОРНІЄНКО