

Київський університет імені Бориса Грінченка

Факультет психології, соціальної роботи та спеціальної освіти
(назва інституту, факультету, коледжу)

Кафедра практичної психології
(назва кафедри, циклової комісії)



«ЗАТВЕРДЖУЮ»

Проректор з науково-методичної та
навчальної роботи

Олексій ЖИЛЬЦОВ

« _____ » 2023 р.

РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Методика соціально-психологічного тренінгу

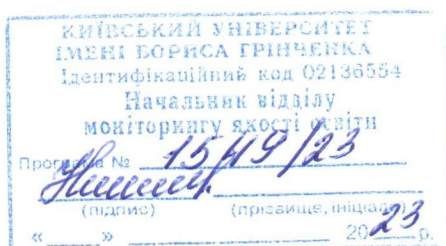
для студентів

спеціальності 053 Психологія

освітнього рівня другого (магістерського)

освітньої програми 053.00.02 Практична психологія

спеціалізації _____



Київ – 2023

Розробники: Олена ЛИТВИНЕНКО, доктор психологічних наук, доцент, завідувач кафедри практичної психології;
Наталія МИКОЛЕНКО, старший викладач кафедри практичної психології.

Викладачі: Олена ЛИТВИНЕНКО, доктор психологічних наук, доцент, завідувач кафедри практичної психології;
Наталія МИКОЛЕНКО, старший викладач кафедри практичної психології.

Робочу програму розглянуто і затверджено на засіданні кафедри практичної психології.

Протокол від 28.08.2023р. № 6.

Завідувач кафедри _____ (Олена ЛИТВИНЕНКО)
(підпис)

Робочу програму погоджено з гарантом освітньо-професійної програми (керівником освітньої програми 053.00.02 «Практична психологія»).

28.08.2023 р.

Керівник освітньої програми _____ (Ольга ЛОЗОВА)
(підпис)

Робочу програму перевірено

01.09.2023 р.

Заступник директора/декана _____ (Роман ПАВЛЮК)
(підпис)

Пролонговано:

на 20__/20__ н.р. _____ (_____), «__» 20__ р., протокол № ____
(підпис) (ПІБ)

на 20__/20__ н.р. _____ (_____), «__» 20__ р., протокол № ____
(підпис) (ПІБ)

на 20__/20__ н.р. _____ (_____), «__» 20__ р., протокол № ____
(підпис) (ПІБ)

на 20__/20__ н.р. _____ (_____), «__» 20__ р., протокол № ____
(підпис) (ПІБ)

1. Опис навчальної дисципліни

Найменування показників	Характеристика дисципліни за формами навчання	
	денна	заочна
Вид дисципліни	обов'язкова	
Мова викладання, навчання та оцінювання	українська	
Загальний обсяг кредитів / годин	4/120	
Курс	1	1
Семестр	1	1
Кількість змістових модулів з розподілом:	4	
Обсяг кредитів	4	-
Обсяг годин, в тому числі:	120	120
Аудиторні	32	16
Модульний контроль	8	-
Семестровий контроль	-	-
Самостійна робота	80	104
Форма семестрового контролю	залік	залік

2. Мета та завдання навчальної дисципліни

Мета курсу – підготовка студентів до самостійної організації і проведення групових тренінгових занять, застосовуючи сучасні психологічні технології стимулювання особистісного та професійного зростання.

При цьому основними завданнями курсу є формування наступних компетентностей:

ЗК1. Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях.

ЗК3. Здатність генерувати нові ідеї (креативність).

ЗК4. Уміння виявляти, ставити та вирішувати проблеми.

ЗК6. Здатність діяти на основі етичних міркувань (мотивів).

ЗК7. Здатність діяти соціально відповідально та свідомо.

ЗК8. Здатність розробляти та управляти проектами.

ЗК9. Здатність мотивувати людей та рухатися до спільної мети.

СК3. Здатність обирати і застосувати валідні та надійні методи наукового дослідження та/або доказові методики і техніки практичної діяльності.

СК4. Здатність здійснювати практичну психологічну діяльність з використанням науково верифікованих методів та технік.

СК6. Здатність ефективно взаємодіяти з колегами в моно- та мультидисциплінарних командах.

СК7. Здатність приймати фахові рішення у складних і непередбачуваних умовах, адаптуватися до нових ситуацій професійної діяльності.

СК8. Здатність оцінювати межі власної фахової компетентності та підвищувати професійну кваліфікацію.

СК9. Здатність дотримуватися у фаховій діяльності норм професійної етики та керуватися загальнолюдськими цінностями.

СК10. Здатність розробляти та впроваджувати інноваційні методи психологічної допомоги клієнтам у складних життєвих ситуаціях.

1. Результати навчання за дисципліною:

РН1. Здійснювати пошук, опрацювання та аналіз професійно важливих знань із різних джерел із використанням сучасних інформаційно-комунікаційних технологій.

РН4. Робити психологічний прогноз щодо розвитку особистості, груп, організацій.

РН5. Розробляти програми психологічних інтервенцій (тренінг, психотерапія, консультування тощо), провадити їх в індивідуальній та груповій роботі, оцінювати якість.

РН6. Розробляти просвітницькі матеріали та освітні програми, впроваджувати їх, отримувати зворотний зв'язок, оцінювати якість.

РН8. Оцінювати ступінь складності завдань діяльності та приймати рішення про звернення за допомогою або підвищення кваліфікації.

РН9. Вирішувати етичні дилеми з опорою на норми закону, етичні принципи та загальнолюдські цінності.

РН11. Здійснювати адаптацію та модифікацію існуючих наукових підходів і методів до конкретних ситуацій професійної діяльності.

4. Структура навчальної дисципліни

Тематичний план для денної форми навчання

Назва змістових модулів, тем	Усього	Розподіл годин між видами робіт					
		Аудиторна:					Само- сті- йна
		Лекції	Се- мі- на- ри	П- р- а- к- т- и- ч- ні	Л- а- б- о- р- а- - т- о- р- ні	Ін- ди- ві- ду- - а- ль- ні	
Змістовий модуль I «СПТ як метод практичної психології»							
Тема 1. Загальне уявлення про СПТ.	12	2	-	-	-	-	10
Тема 2. Загальні методи СПТ.	14	2	2	2	-	-	10
Модульний контроль	2						
Разом	30	4	2	2	-	-	20
Змістовий модуль II «Характеристики групи СПТ»							
Тема 3. Психологічні особливості тренінгової групи.	12	2	-	-	-	-	10
Тема 4. Психологічний зміст взаємодії у тренінговій групі.	14	2	2	2	-	-	10
Модульний контроль	2						
Разом	30	4	2	2	-	-	20
Змістовий модуль III «Планування та організація СПТ»							
Тема 5. Планування та дизайн тренінгу.	12	2	-	-	-	-	10
Тема 6. Технологія проведення тренінгу.	14	2	2	2	-	-	10
Модульний контроль	2						
Разом	30	4	2	2	-	-	20
Змістовий модуль IV «Особливості різних напрямків СПТ»							
Тема 7. Тренінг особистісного зростання.	7	-	-	2	-	-	5

Тема 8. Тренування навичок і вмінь.	7	-	-	2	-	-	5
Тема 9. Особливості тренінгів різних типів.	7	-	2	-	-	-	5
Тема 10. Формування команди.	7	-	-	2	-	-	5
Модульний контроль	2						
Разом	30	-	2	6	-	-	20
Разом за семестр	120	12	8	12	-	-	80

Тематичний план для заочної форми навчання

Назва змістових модулів, тем	Усього	Розподіл годин між видами робіт					Самостійна
		Аудиторна:					
		Лекції	Семінари	Практичні	Лабораторні	Індивідуальні	
Змістовий модуль I «СПТ як метод практичної психології»							
Тема 1. Загальне уявлення про СПТ.	17	2	-	-	-	-	15
Тема 2. Загальні методи СПТ.	21	2	-	4	-	-	15
Разом	38	4	-	4	-	-	30
Змістовий модуль II «Характеристики групи СПТ»							
Тема 3. Психологічний зміст взаємодії у тренінговій групі.	22	2	-	-	-	-	20
Разом	22	2	-	-	-	-	20
Змістовий модуль III «Планування та організація СПТ»							
Тема 4. Технологія проведення тренінгу.	22	2	-	-	-	-	20
Разом	22	2	-	-	-	-	20
Змістовий модуль IV «Особливості різних напрямків СПТ»							

Тема 5 Особливості тренінгів різних типів.	38	-	-	4	-	-	34
Разом	38	-	-	4	-	-	34
Разом за семестр	120	8	-	8	-	-	104

5. Програма навчальної дисципліни

Змістовий модуль I «СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНИЙ ТРЕНІНГ ЯК МЕТОД ПРАКТИЧНОЇ ПСИХОЛОГІЇ»

Лекція 1. Загальне уявлення про соціально-психологічний тренінг (2 год.).

Історія групових методів. Переваги групової форми психологічної роботи. Поняття соціально-психологічного тренінгу. Співвідношення понять «групова психотерапія», «групова психокорекція» і «груповий тренінг». Цілі групової роботи. Специфічні риси та основні парадигми тренінгу. Типи тренінгів.

Лекція 2. Загальні методи соціально-психологічного тренінгу (2 год.).

Класифікація тренінгових методів. Групові дискусії. Тренінгові вправи. Ігрові методи. Методи, спрямовані на розвиток соціальної перцепції. Методи тілесної терапії. Медитативні та релаксаційні техніки. Міні-лекції. Демонстрації. Малювання. Тестування. Захист проєктів.

Семінар 1. Загальні методи соціально-психологічного тренінгу (2 год.).

Практичне заняття 1. Загальні методи соціально-психологічного тренінгу (2 год.).

Змістовий модуль II «ХАРАКТЕРИСТИКИ ГРУПИ СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНОГО ТРЕНІНГУ»

Лекція 3. Психологічні особливості тренінгової групи. (2 год.).

Якісний та кількісний склад групи. Групові норми. Взаємодія тренера та групи. Моделі інформаційного потоку. Особистісна динаміка учасників тренінгу. Терапевтичні фактори та ефекти групової взаємодії. Зона найближчого розвитку особистості у соціально-психологічному тренінгу.

Лекція 4. Психологічний зміст взаємодії у тренінговій групі. (2 год.).

Групові ефекти, що виникають у тренінгу. Стадії розвитку групи. Поняття про групову згуртованість. Проблема психологічного опору. Механізми психологічного захисту. Типи лідерства та групові ролі.

Семінар 2. Психологічний зміст взаємодії у тренінговій групі (2 год.).

Практичне заняття 2. Психологічний зміст взаємодії у тренінговій групі (2 год.).

**Змістовий модуль III
«ПЛАНУВАННЯ ТА ОРГАНІЗАЦІЯ
СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНОГО ТРЕНІНГУ»**

Лекція 5. Планування та дизайн тренінгу (2 год.).

Замовлення на тренінг. Цілі, завдання та план тренінгу. Презентація тренінгу. Структура тренінгу. Початок тренінгу. Знайомство. Музика в тренінгу. Ритуали завершення тренінгу. Розклад тренінгу. Обладнання тренінгу. Посібники та друковані матеріали.

Лекція 6. Технологія проведення тренінгу (2 год.).

Підготовка до тренінгу. Тренерська компетентність. Котренерство. Етичні аспекти тренінгу. Важкі та проблемні моменти тренінгу. Оцінка ефективності тренінгу. Опитування учасників. Спостереження. Тестові завдання. Експертна оцінка замовника.

Семінар 3. Організація соціально-психологічного тренінгу. (2 год.).

Практичне заняття 3. Організація соціально-психологічного тренінгу. (2 год.).

**Змістовий модуль IV
«ОСОБЛИВОСТІ РІЗНИХ НАПРЯМКІВ
СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНОГО ТРЕНІНГУ»**

Практичне заняття 4. Тренінг особистісного зростання (2 год.).

Практичне заняття 5. Тренування навичок і вмінь (2 год.).

Семінар 4. Особливості тренінгів різних типів (2 год.).

Практичне заняття 6. Формування команди (2 год.).

6. Контроль навчальних досягнень

6.1. Система оцінювання навчальних досягнень студентів денної форми навчання

Вид діяльності студента	Максимальна кількість балів за одиницю	Модуль 1		Модуль 2		Модуль 3		Модуль 4	
		кількість одиниць	максимальна кількість балів	кількість одиниць	максимальна кількість балів	кількість одиниць	максимальна кількість балів	кількість одиниць	максимальна кількість балів
Відвідування лекцій	1	2	2	2	2	2	2	-	-
Відвідування семінарських занять	1	1	1	1	1	1	1	1	1
Робота на семінарському занятті	10	1	10	1	10	1	10	1	10
Відвідування практичних занять	1	1	1	1	1	1	1	3	3
Робота на практичному занятті	10	1	10	1	10	1	10	3	30
Лабораторна робота (в тому числі допуск, виконання, захист)	10	-	-	-	-	-	-	-	-
Виконання завдань для самостійної роботи	5	2	10	2	10	2	10	2	10
Виконання модульної роботи	25	1	25	1	25	1	25	1	25
Виконання ІНДЗ	30	-	-	-	-	-	-	-	-
Разом		-	59	-	59	-	59		79
Максимальна кількість балів: 256									
Розрахунок коефіцієнта: $256:100 = 2,56$ Коефіцієнт = 2,56									

Система оцінювання навчальних досягнень студентів заочної форми навчання

Вид діяльності студента	Максимальна кількість балів за одиницю	Модуль 1		Модуль 2		Модуль 3		Модуль 4	
		кількість одиниць	максимальна кількість балів	кількість одиниць	максимальна кількість балів	кількість одиниць	максимальна кількість балів	кількість одиниць	максимальна кількість балів
Відвідування лекцій	1	2	2	1	1	1	1	-	-
Відвідування семінарських занять	1	2	2	-	-	-	-	2	2
Робота на семінарському занятті	10	1	20	-	-	-	-	1	20
Відвідування практичних занять	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Робота на практичному занятті	10	1	-	-	-	-	-	-	-

Лабораторна робота (в тому числі допуск, виконання, захист)	10	-	-	-	-	-	-	-	-
Виконання завдань для самостійної роботи	5	2	10	2	10	2	10	2	10
Виконання модульної роботи	25	-	-	-	-	-	-	-	-
Виконання ІНДЗ	30	-	-	-	-	-	-	-	-
Разом		-	34	-	11	-	11		32
Максимальна кількість балів: 88									
Розрахунок коефіцієнта: $88:100 = 0,88$ Коефіцієнт = 0,88									

6.2. Завдання для самостійної роботи та критерії їх оцінювання

Самостійна робота студентів.

Тема 1. Загальне уявлення про СПТ.

Самостійна робота 1. Проведіть порівняльний аналіз ефективності тренінгів та індивідуального консультування, використовуючи метод самоспостереження та інтерв'ювання.

Тема 2. Загальні методи СПТ.

Самостійна робота 2. Ви проводите тренінг із вихователями дошкільних закладів. Наведіть варіанти мозкового штурму.

Тема 3. Психологічні особливості тренінгової групи.

Самостійна робота 3. Під час тренінгу учасники не бажають виконувати вправу. Наведіть варіанти дій тренера.

Тема 4. Психологічний зміст взаємодії у тренінговій групі.

Самостійна робота 4 . Під час тренінгу виник конфлікт між учасниками. Наведіть варіанти дій тренера.

Тема5. Планування та дизайн тренінгу.

Самостійна робота 5. Створіть письмову презентацію власного тренінгу.

Тема 6. Технологія проведення тренінгу.

Самостійна робота 6. Під час тренінгу залишилося півтори години, а шестеро учасників скаржаться на психологічні проблеми. Наведіть варіанти дій тренера.

Тема 9. Особливості тренінгів різних типів.

Самостійна робота 7. Створіть щонайменше 3 варіанти відомої вам вправи в залежності від різних цілей та типу тренінгу.

Тема 10. Формування команди.

Самостійна робота 8. Розробіть варіанти командоутворення для однієї з груп учасників на ваш вибір: психологів консультативного центру (12 осіб); регіональних менеджерів продажів (50 осіб); працівників банку (27 осіб різного віку та статусу).

Критерії оцінювання:

1. Подана студентом робота повністю відповідає поставленому завданню – 2 б.
2. Всі завдання самостійної роботи виконані повністю – 1 б.
3. В роботі виконано глибокий аналіз інформації – 1 б.
4. Робота подана на перевірку вчасно – 1 б.

6.3. Форми проведення модульного контролю та критерії оцінювання.

Формою модульного контролю є тестові завдання. За кожну правильну відповідь на завдання студент отримує один бал. Максимальний бал за модульний контрольну роботу – 25 балів

6.4. Форми проведення семестрового контролю та критерії оцінювання.

Формою проведення семестрового контролю є залік.

6.5. Шкала відповідності оцінок

Рейтингова оцінка	Оцінка за 100-бальною шкалою	Значення оцінки
A	90-100 балів	Відмінно – відмінний рівень знань (умінь) в межах обов'язкового матеріалу з, можливими, незначними недоліками
B	82-89 балів	Дуже добре – достатньо високий рівень знань (умінь) в межах обов'язкового матеріалу без суттєвих (грубих) помилок
C	75-81 балів	Добре – в цілому добрий рівень знань (умінь) з незначною кількістю помилок
D	69-74 балів	Задовільно – посередній рівень знань (умінь) із значною кількістю недоліків, достатній для подальшого навчання або професійної діяльності
E	60-68 балів	Достатньо – мінімально можливий допустимий рівень знань (умінь)
FX	35-59 балів	Незадовільно з можливістю повторного складання – незадовільний рівень знань, з

		можливістю повторного перескладання за умови належного самостійного доопрацювання
F	1-34 балів	Незадовільно з обов'язковим повторним вивченням курсу – досить низький рівень знань (умінь), що вимагає повторного вивчення дисципліни

7. Навчально-методична карта дисципліни «Методика соціально-психологічного тренінгу» для денної форми навчання.

Разом: 120 год.: з них лекції 12 год., семінарські 8 год., практичні 12 год., поточний модульний контроль – 8 год., самостійна робота - 80 год.

Модулі	Змістовий модуль I		Змістовий модуль II		Змістовий модуль III		Змістовий модуль IV			
Кількість балів за модуль	59 балів		59 балів		59 балів		79 балів			
Тема	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Теми лекцій	Загальне уявлення про СПТ.	Загальні методи і СПТ.	Психологічні особливості тренінгової групи.	Психологічний зміст взаємодії у тренінговій групі.	Планування та дизайн тренінгу.	Технологія проведення тренінгу.	Тренінг особистісного зростання.	Тренувальна навчальна вміння.	Особливості тренінгів різних типів.	Формування команд.
Кількість балів за відвідування лекції	1 бал	1 бал	1 бал	1 бал	1 бал	1 бал	-	-	-	-
Семінарські, заняття	Загальне уявлення про СПТ.	Загальні методи і СПТ.	Психологічні особливості тренінгової групи.	Психологічний зміст взаємодії у тренінговій групі.	Планування та дизайн тренінгу.	Технологія проведення тренінгу.	Тренінг особистісного зростання.	Тренувальна навчальна вміння.	Особливості тренінгів різних типів.	Формування команд.
Кількість балів за відвідування семінарів	-	1 бал	-	1 бал	-	1 бал	-	-	1 бал	-
Кількість балів за роботу на семінарі	-	10 балів	-	10 балів	-	10 балів	-	-	10 балів	-
Кількість балів за відвідування практичних	-	1 бал	-	1 бал	-	1 бал	1 бал	1 бал	-	1 бал
Кількість балів за роботу на практичному	-	10 балів	-	10 балів	-	10 балів	10 балів	10 балів	-	10 балів

Самостійна робота	5+5 балів	5+5 балів	5+5 балів	5+5 балів
Види поточного контролю	МКР (25 балів)	МКР (25 балів)	МКР (25 балів)	МКР (25 балів)
Підсумковий контроль	Загальна сума балів за семестр – 100 балів (256 балів із застосуванням коефіцієнта 2,56).			

Навчально-методична карта дисципліни «Методика соціально-психологічного тренінгу» для заочної форми навчання.

Разом: 120 год.: з них лекції 6 год., семінарські 4 год., практичні 6 год., самостійна робота - 104 год.

Модулі	Змістовий модуль I		Змістовий модуль II	Змістовий модуль III	Змістовий модуль IV
Кількість балів за модуль	34 балів		11 балів	11 балів	32 балів
Тема	1	2	3	4	5
Теми лекцій	Загальне уявлення про СПТ.	Загальні методи СПТ.	Психологічний зміст взаємодії у тренінговій групі.	Технологія проведення тренінгу.	Особливості тренінгів різних типів.
Кількість балів за відвідування лекцій	1 бал	1 бал	1 бал	1 бал	-
Семінарські, заняття	Загальне уявлення про СПТ.	Загальні методи СПТ.	Психологічний зміст взаємодії у тренінговій групі.	Технологія проведення тренінгу.	Особливості тренінгів різних типів.
Кількість балів за відвідування семінарів	-	1+1 бал	-	-	1+1 бал
Кількість балів за роботу на семінарі	-	10+10 балів	-	-	10+10 балів
Кількість балів за відвідування практичних	-	-	-	-	-
Кількість балів за роботу на практичному	-	-	-	-	-
Самостійна робота	5+5 балів		5+5 балів	5+5 балів	5+5 балів
Види поточного контролю	-		-	-	-
Підсумковий контроль	Загальна сума балів за семестр – 100 балів (88 балів із застосуванням коефіцієнта 0,88).				

8. Рекомендовані джерела

Основна (базова)

1. Abdallah-Steinkopff, B., & Soyer, J. (2013). Traumatisierte Flüchtlinge. Kultursensible Psychotherapie im politischen Spannungsfeld. In Traum (a) Migration, 137–166.
2. Матійків І. М. Тренерська майстерність: теорія і практика. Технологія проведення тренінгів: метод. посіб. – Львів : СПОЛОМ, 2021. – 280 с.
3. Матійків І. М. Тренерська майстерність: теорія і практика. Практикум для тренерів: метод. посіб. – Львів : СПОЛОМ, 2021. – 224 с.
4. Миколенко Н.В., Благодир В.О. Курило А.Є. Феномен кризи чверті життя та засоби її подолання. Наукові перспективи, 2022, №12(30), с. 444-460.
5. Свідоме і несвідоме у груповій взаємодії: монографія / П.П.Горностай, О.Л.Коробанова, О.Т.Плетка, Г.В.Циганенко, Л.Г.Чорна; за наук. ред. П.П.Горностая.– Кропивницький: Імекс-ЛТД, 2018.– 244с.
6. Федорчук В. Тренінг особистісного зростання. – К.: Центр навчальної літератури, 2019. –250 с.

Додаткова

1. Hoerger, M. (2010). Participant dropout as a function of survey length in internet-mediated university studies: implications for study design and voluntary participation in psychological research. Cyberpsychology, Behaviour, and Social Networking, 13 (6), 697–700.
2. Вілкінсон М. Секрети фасилітації: SMART-посібник із результативної роботи в групі. — Харків : Вид-во «Фабула», 2021. – 512 с.
3. Івашньова С.В. Як підготувати та провести ефективний тренінг : практичний poradnik. — Харків : Вид-во «Ранок», 2019. – 80 с.
4. Маляр О. Соціально-психологічний тренінг формування дитячо-батьківських стосунків та емоційної взаємодії вчителя з дитиною у контексті роботи соціального працівника. Social Work and Education, Vol. 6, No. Ternopil-Aberdeen, 2019. С. 259-268.
5. Слюсаревський М. М., Хазратова Н. В. Соціальна психологія. Навчальний посібник. Львів : Видавництво Львівської політехніки, 2019. – 352 с.
6. Темрук, О. В. Соціальна психологія. Практикум : навч. посібник / О. В. Темрук ; Нац. педагогічний ун-т ім. М. П. Драгоманова. — Київ : Каравела, 2018. – 280 с.