

**УЧРЕЖДЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ
«БЕЛОРУССКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ
УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ МАКСИМА ТАНКА»**

УТВЕРЖДАЮ

Ректор

_____ А.И.Жук

«_____» _____ 2025 г.

Регистрационный № УД – 23-1/____/уч.

ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА ТРЕНИНГА

**Учебная программа учреждения высшего образования
по учебной дисциплине для специальности:**

6-05-0114-01 Социально-педагогическое и психологическое образование

2025 г.

Учебная программа составлена на основе образовательного стандарта высшего образования, утвержденного 02.08.2023 г., рег. № 225, учебного плана по специальности 6-05-0114-01 «Социально-педагогическое и психологическое образование», утвержденного 23.02.2023 г., рег. № 020-2023/у

СОСТАВИТЕЛЬ:

Е.В. Бондарчук, заведующий кафедрой возрастной и педагогической психологии учреждения образования «Белорусский государственный педагогический университет имени Максима Танка», кандидат психологических наук, доцент

Т.В. Кецко, старший преподаватель кафедры возрастной и педагогической психологии учреждения образования «Белорусский государственный педагогический университет имени Максима Танка», магистр педагогических наук

РЕЦЕНЗЕНТЫ:

Кафедра общей и социальной психологии учреждения образования «Гродненский государственный университет имени Янки Купалы»

В.А.Хриптович, профессор кафедры управления и экономики высшей школы Государственного учреждения образования «Республиканский институт высшей школы», кандидат психологических наук, доцент

СОГЛАСОВАНО:

Педагог-психолог высшей квалификационной категории государственного учреждения образования «Средняя школа № 148 г. Минска»

_____ О.М.Бартош

01. 03. 2025

РЕКОМЕНДОВАНА К УТВЕРЖДЕНИЮ:

Кафедрой возрастной и педагогической психологии
(протокол № 11 от 21.03.2025)

Заведующий кафедрой _____ Е.В.Бондарчук

Научно-методическим советом учреждения образования «Белорусский государственный педагогический университет имени Максима Танка»
(протокол № _____ от ____ . ____ . 2025)

Оформление учебной программы и сопровождающих ее материалов действующим требованиям Министерства образования Республики Беларусь соответствует.

Методист учебно-методического отдела _____ Е.А.Кравченко

Директор библиотеки _____ Н.П.Сятковская

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Учебная программа по учебной дисциплине «Теория и методика тренинга» разработана для учреждений высшего образования в соответствии с требованиями образовательного стандарта общего высшего образования по специальности 6-05-0114-01 «Социально-педагогическое и психологическое образование» и примерного учебного плана по указанной специальности.

Учебная дисциплина «Теория и методика тренинга» является теоретико-прикладной основой профессиональной подготовки будущих специалистов социально-педагогической и психологической службы учреждения образования. Освоение содержания студентами системы теоретических и прикладных знаний по учебному курсу обеспечивает необходимую теоретическую базу и практическую готовность студентов к оказанию психолого-педагогической помощи в области социальных технологий. В рамках образовательного процесса по данной учебной дисциплине студент должен приобрести не только теоретические и практические знания, умения и навыки по специальности, но и развить свой ценностно-личностный, духовный потенциал, сформировать качества патриота и гражданина, готового к активному участию в экономической, производственной, социально-культурной и общественной жизни страны.

Цель изучения учебной дисциплины овладение студентами системой теоретических и практических знаний об организации и проведении социально-психологического тренинга.

Задачи изучения учебной дисциплины:

- 1) способствовать овладению понятийно-категориальным аппаратом социально-психологического тренинга;
- 2) способствовать освоению общей системой проведения социально-психологических тренингов;
- 3) совершенствовать у студентов навыки использования эффективного общения в профессиональной деятельности;
- 4) способствовать овладению студентами базовыми техниками и методами работы в социально-психологическом тренинге.

Для изучения учебной дисциплины необходимы знания, умения и навыки, формируемые учебными дисциплинами модулей «Образование и личность в современном социуме» (учебная дисциплина «Педагогические технологии»), «Психология» (учебные дисциплины «Общая психология», «Психология развития»), «Основы социально-педагогической и психологической деятельности» (учебная дисциплина «Введение в профессию»). Содержание учебной дисциплины «Теория и методика тренинга» обеспечивает лучшее вхождение в изучение дисциплин модуля «Организация социально-педагогической и психологической деятельности» (учебные дисциплины «Планирование деятельности социального педагога и педагога-психолога», «Деятельность социально-педагогической и психологической службы»).

В результате изучения учебной дисциплины студент должен **знать:**

- принципы и методы организации тренинговой работы;
- технологии разработки тренинговых программ;
- функциональное назначение и специфические особенности тренерской работы в целостной системе социально-педагогической и психологической помощи;

уметь:

- разрабатывать и реализовывать программы социально-педагогического и психологического тренинга;
- использовать современные технологии и техники проведения тренинга;

иметь навыки:

- методами, приемами и техниками проведения тренинга с разными категориями клиентских групп.

Освоение учебной дисциплины «Теория и методика тренинга» должно обеспечивать формирование у студентов следующих компетенций:

УК 4 — Работать в команде, толерантно воспринимать социальные, этнические, конфессиональные, культурные и иные различия;

БПК 3 — Осуществлять эффективное взаимодействие с участниками образовательного процесса на основе норм педагогической этики;

БПК 12 — Владеть методами и методиками диагностики, коррекции, развития личности обучающегося и его социального окружения;

БПК 16 — отбирать и адаптировать эффективные формы и методы оказания помощи участникам образовательного процесса в решении психолого-педагогических проблем.

Общее количество учебного времени, выделяемого на изучение учебной дисциплины «Теория и методика тренинга», составляет 108 учебных часов, из них – 44 аудиторных (12 часов – лекционные, 22 часа – практические занятия, 10 часов - семинарские).

Рекомендуемая форма текущей аттестации – зачет.

Распределение аудиторного времени по видам занятий, курсам и семестрам

Для студентов дневной формы получения образования 44 аудиторных часа. 3 курс, 6 семестр: лекционных – 12 часов, практических – 22 часа (18+4 УСР), семинарских – 10 часов (8+2 УСР). Итоговый контроль по учебной дисциплине проводится в форме зачета.

Для студентов заочной формы получения образования часов: 3 курс, 6 семестр: лекционных – 6 часов, практических – 6 часов. 3 курс, 6 семестр: зачет.

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО МАТЕРИАЛА

Тема 1. Понятие о социально-психологическом тренинге

Предмет психологического тренинга. Место тренинга в системе социально-педагогических и психологических знаний. Цели, задачи, принципы психологического тренинга. История развития групповых форм работы и социально-психологического тренинга. Источники возникновения тренинговых групп. Психодрама Дж. Морено. Система К.Д. Станиславского. Становление активных групповых методов обучения. Влияние идей Г. Зиммеля, А. Бандуры, К. Левина, К. Роджерса. Социально-психологический тренинг М. Форверга. Определение понятия «тренинг» в работах Ю.Н. Емельянова, А.П. Ситникова, С.И. Макшанова, Л.А. Петровской и др.

Сущность группового психологического тренинга. Групповая терапия, коррекция, обучение и групповой тренинг: их общность и различия.

Тема 2. Основные виды и направления тренинга

Процессуальные характеристики. Тренинг сензитивный и перцептивный. Тренинг умений. Параметры коммуникации. Тренинг публичных выступлений, диалогического взаимодействия, проведения совещаний. Направленность интересов участников. Тренинг партнерского общения. Тренинг переговоров и разрешения конфликтов. Тренинги стратегического мышления, принятия решений. Тренинг мнемонических функций, внимания и др.

Тема 3. Классификация групп тренинга

Понятие «группа». Типы групп (рабочие, обучающие, консультационные, психотерапевтические). Принципы и критерии классификации тренинговых групп: по целям группы, по степени осуществления руководства, по функционированию группы, по направленности психологического воздействия, по проблемам участников, по задачам группы. Критерии классификации тренинговых групп.

Тема 4. Психологические особенности тренинговой группы

Цели тренинговой группы. Преимущества групповой формы психологической работы. Групповые нормы. Ролевые позиции в группе. Понятие о групповой сплоченности. Гомогенность и гетерогенность тренинговых групп. Качественный состав тренинговых групп. Количественный состав тренинговых групп.

Понятие «групповая динамика» и ее основные законы (доминирование целого над частями, объединение элементов в целое). Фазы развития группы. Управление групповой динамикой. Общие принципы проведения тренинга (принцип конфиденциальности, принцип «здесь и теперь», персонификации высказываний, акцентирования языка чувств, избегания оценочных суждений, активности, доверительного общения). Модель самораскрытия «Окно Джогарри».

Тема 5. Методы и методики групповой работы

Специфика тренинговых методов, классификация методов тренинга. Классификация Д. Ли: лекция, ролевая игра, метод кейсов, дискуссия, мозговой штурм. Игровые методы их функции и виды. Проективное рисование как метод групповой работы.

Основные характеристики и особенности тренинговых процедур. Процедура знакомства. Работа с ожиданиями участников тренинга. Формирование норм и правил группы. Инструкции в упражнениях. Завершающие процедуры в тренинге. Обратная связь в тренинговой группе. Использование видеосъемки и музыки в тренинге. Споры в группах.

Тема 6. Личность и подготовка ведущего тренинговых групп

Личность тренера и руководство группой. Проблемы лидерства; стили руководства группой. Подготовка ведущих тренинговых групп. Профессионально важные качества тренера. Профессиональная компетентность. Личность руководителя. Этические проблемы в контексте группового тренинга.

Тема 7. Технологии разработки тренинговых программ

Подходы к созданию тренинговых программ. Адаптация готовых тренинговых разработок. Шестифазная модель разработки тренинговых программ (Д. Торрингтон, Дж. Чэпмэн). Тренерская компетентность в разработке программ тренинга. Анализ тренинговых программ. Логика построения тренинговой программы. Выбор целей и постановка задач тренинга. Оформление программы психологического тренинга. Структура тренингового занятия.

Тема 8. Особенности содержания тренинга в работе с детьми и подростками

Основные принципы в подходе к работе с детьми: принцип творческой активности, принцип исследовательской позиции, принцип объективизации поведения, принцип партнерского общения.

Обобщенная модель психологического здоровья О.В. Хухлаевой (аксиологический компонент, инструментально-технологический, потребностно-мотивационный). Критерии психологического здоровья: позитивное самоощущение (позитивный основной эмоциональный фон настроения); высокий уровень развития рефлексии; наличие стремления улучшать качество основных видов деятельности; успешное прохождение возрастных кризисов; адаптированность к социуму (адаптированность ребенка к семье и школе). Особенности работы с подростковой группой. Стратегии преодоления трудностей в подростковой группе.

Создание эффективных педагогических условий для социализации личности. Информационно-формирующий вектор просветительской работы педагога социального. Занятие с элементами тренинга. Условия проведения занятия с элементами тренинга.

Тема 9. Разработка педагогических программ и занятий с элементами тренинга в социально-педагогической деятельности: социальный театр

Театр как форма самопознания, саморазвития и самовыражения. Многофункциональность социального театра. Социальный театр (форум-театр, уличный театр, актерская школа, искусство общения, психопластика, социальное творчество, спектакли и выступления). Социальные постановки: творчество и решение актуальных проблем подрастающего поколения. Творческий проект: механизм организации.

Тема 10. Разработка педагогических программ и занятий с элементами тренинга в социально-педагогической деятельности: школа общения

Школа общения (психолого-педагогическая культура, культура здоровья, коммуникативная культура, культура познания, эмоций и чувств, культура самоопределения, культура семейных отношений). Составляющие психологической культуры личности. Индивидуальный стиль общения. Общение со сверстниками и взрослыми: отличия и сходства. Конструктивное общение и поведение. Культура самоопределения: роль жизненных ценностей. Культура семейных отношений: тенденции развития современной семьи.

Тема 11. Разработка педагогических программ и занятий с элементами тренинга в социально-педагогической деятельности: школа лидерства

Школа лидерства (личность, личностное пространство, чувство собственного достоинства, права личности и права других людей, организаторские техники лидера, самоуправление, портфолио лидера, проектная деятельность лидера, гражданственность). Ориентация лидера на нравственные ценности. Лидер – образец социального поведения. Формирование готовности к лидерству. Устойчивая положительная мотивация развития и саморазвития – мотивационно-личностный компонент лидера. Операционно-деятельностный компонент лидера (знания, умения и навыки). Рефлексивно-оценочный компонент лидера (способность к рефлексии и саморефлексии).

Тема 12. Оценка эффективности занятий с элементами тренинга

Эффекты социально-психологического тренинга, занятий с элементами тренинга. Критерии оценки тренинга и его эффективности. Критерии эффективности по Д. Киркпатрику (реакции, научение, поведенческий критерий, результативный критерий). Вероятность преднамеренных изменений в занятиях с элементами тренинга. Психолого-педагогическое портфолио педагога социального (Я и познание мира, Я в мире людей, Я и мое здоровье).

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКАЯ КАРТА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ «ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА ТРЕНИНГА»

Дневная форма получения образования

№ раздела, темы, занятия	Название раздела, темы, занятия; перечень изучаемых вопросов	Количество аудиторных часов					Материальное обеспечение занятия (наглядные, методические пособия и др.)	Литература	Формы контроля занятий
		лекции	практические занятия	Семинарские занятия	управляемая самостоятельная работа студентов	Самостоятельная работа студентов (внеаудит.)			
2 курс 4 семестр									
1	Понятие о социально-психологическом тренинге	2		2		6			
1.1	1. Определение тренинга как групповой формы работы. Тренинг как форма оказания психологической помощи населению. 2. Исторические и философские корни метода психологического тренинга. 3. Психодрама Дж. Морено. 4.Система К.Д. Станиславского.	2				4	Мультимедийное сопровождение (презентация)	[1 осн.] [2 осн.] [3 осн.] [4доп.] [7доп.]	Конспект Опрос
1.2	1. Тренинг в системе групповых форм оказания психологической помощи. 2. Становление активных групповых методов обучения. 3. Влияние идей Г. Зиммеля, А. Бандуры, К. Левина, К. Роджерса. 3. Социально-психологический тренинг М. Форверга.			2		2	Опорные схемы	[1 осн.] [2 осн.]	Конспект Реферат

2	Основные виды и направления тренинга.	2		2	2сз	6			
2.1	1.Процессуальные характеристики тренинга. 2.Тренинг сензитивный и перцептивный. 3.Тренинг умений. 4.Параметры коммуникации. Тренинг публичных выступлений, диалогического взаимодействия, проведения совещаний.	2		2	2сз	4		[1 осн.] [3 осн.] [6 доп.]	Конспект Опрос, Реферат
2.2	1.Направленность интересов участников. Тренинг партнерского общения. Тренинг переговоров и разрешения конфликтов. 2.Тренинги стратегического мышления, принятия решений. Тренинг мнемонических функций, внимания.					2	Опорные схемы	[2 доп.] [6 доп.]	
3	Классификация групп тренинга			2		6			
3.1	1. Типы групп (рабочие, обучающие, консультационные, психотерапевтические), 2.Основные характеристики (конечная цель групповой работы, средства достижения цели, основной предмет группового обсуждения, состав участников, конфиденциальность).			2		4	Мультимедийное сопровождение (презентация)	[2 осн.] [3 осн.] [1 доп.] [2 доп.]	Конспект Опрос
3.2	3. Критерии классификации тренинговых групп. Гештальт-подход. Групп-аналитический подход. Трансакционный анализ в группе. Психодраматический подход. Телесно-ориентированный подход. Методы групповой работы в нейролингвистическом программировании.					2	Опорные схемы	[2 осн.] [3 осн.] [1 доп.] [2 доп.]	Построение блок-схем
4	Психологические особенности тренинговой группы	2				6			
4.1	1. Понятие «групповая динамика» и ее основные законы (доминирование целого над частями, объединение элементов в целое). 2.Общие принципы проведения тренинга (принцип конфиденциальности, принцип «здесь и теперь», принцип персонификации высказываний, принцип акцентирования языка чувств, принцип избегания	2				4	Мультимедийное сопровождение (презентация)	[1 осн.] [2 осн.] [5 доп.] [6 доп.]	Конспект Опрос Реферат

	оценочных суждений, принцип активности, принцип доверительного общения). 3. Модель самораскрытия «Окно Джогарри».								
4.2	1.Цели тренинговой группы. 2.Преимущества групповой формы психологической работы. 3.Групповые нормы. Ролевые позиции в группе. 4.Понятие о групповой сплоченности. 5.Гомогенность и гетерогенность тренинговых групп. 6.Качественный состав тренинговых групп. Количественный состав тренинговых групп. 7.Фазы развития группы. Управление групповой динамикой.					2		[1 осн.] [3 осн.] [8доп.]	Конспект
5	Методы и методики групповой работы	2	2			4			
5.1	Специфика тренинговых методов. 1. Классификация методов тренинга. 2. Классификация Д.Ли: лекция, ролевая игра, метод кейсов, дискуссия, мозговой штурм. 3.Игровые методы их функции и виды. 4. Проективное рисование как метод групповой работы.	2				2		[2 осн.] [3 осн.] [4 доп.]	Конспект
5.2	Основные характеристики и особенности тренинговых процедур 1.Процедура знакомства. 2. Работа с ожиданиями участников тренинга. 3.Формирование норм и правил группы. 4.Инструкции в упражнениях. 5. Завершающие процедуры в тренинге. 6. Обратная связь в тренинговой группе. 7. Использование видеосъемки и музыки в тренинге. 8.Споры в группах.		2			2	Опорные схемы	[2 осн.] [3 осн.] [1 доп.] [7 доп.] [8 доп.]	Конспект Опрос Дискуссия

6	Личность и подготовка ведущего тренинговых групп	2	2		2пз	4			
6.1	1. Личность тренера и руководство группой. 2. Проблемы лидерства; стили руководства группой. 3. Подготовка ведущих тренинговых групп.	2			2пз	2	Мультимедийное сопровождение (презентация)	[2 осн.] [3 осн.]	Конспект Опрос Дискуссия
6.2	1..Профессионально важные качества тренера. 2.Профессиональная компетентность 3. Личность руководителя.		2			2		[1 осн.] [3 доп.]	Презентация проекта тренинга
7	Технологии разработки тренинговых программ	2	2		2пз	4			
7.1	1.Подходы к созданию тренинговых программ. 2.Адаптация готовых тренинговых разработок. 3. Шестифазная модель разработки тренинговых программ (Д.Торрингтон, Дж.Чэпмэн).	2			2пз	2	Мультимедийное сопровождение (презентация)	[2 осн.] [3 осн.]	Дискуссия Презентация проекта тренинга
7.2	1. Анализ тренинговых программ. 2.Логика построения программы тренинга, занятия с элементами тренинга.		2			2	Опорные схемы	[6 доп.] [1 осн.]	
8	Особенности содержания тренинга в работе с детьми и подростками		2			4			
8.1	1. Основные принципы в подходе к работе с детьми: принцип творческой активности, принцип исследовательской позиции, принцип объективизации поведения, принцип партнерского общения. 2.Обобщенная модель психологического здоровья О.В. Хухлаевой (аксиологический компонент, инструментально-технологический, потребностно-мотивационный). 3.Критерии психологического здоровья: позитивное самоощущение (позитивный основной эмоциональный фон настроения); высокий уровень развития рефлексии; наличие стремления улучшать качество основных видов деятельности; успешное прохождение возрастных кризисов; адаптированность к социуму (адаптированность ребенка к семье и школе).					2		[8 доп.] [9 доп.]	Конспект, дискуссия

8.2	1.Особенности работы с подростковой группой. Стратегии преодоления трудностей в подростковой группе. 2.Создание эффективных педагогических условий для социализации личности. Информационно-формирующий вектор просветительской работы педагога социального. 3.Занятие с элементами тренинга. Условия проведения занятия с элементами тренинга		2			2	Опорные схемы	[2 осн.] [3 осн.] [1 доп.] [7 доп.] [8 доп.]	Составление педагогического портфолио методических материалов к занятиям с элементами тренинга
9	Разработка педагогических программ и занятий с элементами тренинга в социально-педагогической деятельности: социальный театр		4			4			
	1. Театр как форма самопознания, саморазвития и самовыражения. 2.Многофункциональность социального театра. 3.Социальный театр (форум-театр, уличный театр, актерская школа, искусство общения, психопластика, социальное творчество, спектакли и выступления). 4.Социальные постановки: творчество и решение актуальных проблем подрастающего поколения. 5. Творческий проект: механизм организации.		2			4	Опорные схемы	[2 осн.] [3 осн.] [1 доп.] [7 доп.] [8 доп.]	Самостоятельная разработка программы занятия с элементами тренинга
10	Разработка педагогических программ и занятий с элементами тренинга в социально-педагогической деятельности: школа общения		2			4			
	1. Школа общения (психолого-педагогическая культура, культура здоровья, коммуникативная культура, культура познания, эмоций и чувств, культура самоопределения, культура семейных отношений). 2.Составляющие психологической культуры личности. 3. Индивидуальный стиль общения. Общение со сверстниками и взрослыми: отличия и сходства. Конструктивное общение и поведение. 4.Культура самоопределения: роль жизненных ценностей. Культура семейных отношений: тенденции развития современной семьи.		2			4	Опорные схемы	[2 осн.] [3 осн.] [1 доп.] [7 доп.] [8 доп.]	Самостоятельная разработка программы занятия с элементами тренинга

11	Разработка педагогических программ и занятий с элементами тренинга в социально-педагогической деятельности: школа лидерства		2			4			
	1. Школа лидерства. Личность, личностное пространство, чувство собственного достоинства, права личности и права других людей. 2. Организаторские техники лидера, самоуправление, портфолио лидера, проектная деятельность лидера, гражданственность). 3.Ориентация лидера на нравственные ценности. Лидер – образец социального поведения. 4.Формирование готовности к лидерству. 5.Устойчивая положительная мотивация развития и саморазвития – мотивационно-личностный компонент лидера. 6.Операционно-деятельностный компонент лидера (знания, умения и навыки). 7.Рефлексивно-оценочный компонент лидера (способность к рефлексии и саморефлексии).		2			4	Опорные схемы	[2 осн.] [3 осн.] [1 доп.] [7 доп.] [8 доп.]	Самостоятельная разработка программы занятия с элементами тренинга
12	Оценка эффективности занятий с элементами тренинга		2	2		4			
12.1	1. Эффекты социально-психологического тренинга, занятий с элементами тренинга. 2. Критерии оценки тренинга и его эффективности. 3. Критерии эффективности по Д. Киркпатрику (реакции, научение, поведенческий критерий, результативный критерий).			2		4		[2 осн.] [3 осн.] [1 доп.] [7 доп.] [8 доп.]	Конспект, дискуссия
12.2	1. Вероятность преднамеренных изменений в занятиях с элементами тренинга. 2. Психолого-педагогическое портфолио педагога социального (Я и познание мира, Я в мире людей, Я и мое здоровье).		2				Опорные схемы	[2 осн.] [3 осн.] [1 доп.] [7 доп.]	Защита педагогических портфолио
	Итого	12	18	8	4ПЗ +2СЗ	56			
	Всего аудиторных	44							

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКАЯ КАРТА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ «ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА ТРЕНИНГА»

Заочная форма получения образования

№ раздела, темы, занятия	Название раздела, темы, занятия; перечень изучаемых вопросов	Количество аудиторных часов					Материальное обеспечение занятия (наглядные, методические пособия и др.)	Литература	Формы контроля занятий
		лекции	практические (семинарские) занятия	лабораторные занятия	управляемая самостоятельная работа студентов				
2 курс 4 семестр									
1	Понятие о социально-психологическом тренинге	2	2						
	1. Определение тренинга как групповой формы работы. Тренинг как форма оказания психологической помощи населению. 2. Исторические и философские корни метода психологического тренинга. 3. Психодрама Дж. Морено. 4.Система К.Д. Станиславского.	2					Мультимедийное сопровождение (презентация)	[1 осн.] [2 осн.] [3 осн.] [4доп.] [7доп.]	Конспект Опрос
2	Основные виды и направления тренинга.								
2.1	1.Процессуальные характеристики тренинга. 2.Тренинг сензитивный и перцептивный. 3.Тренинг умений. 4.Параметры коммуникации. Тренинг публичных выступлений, диалогического взаимодействия, проведения совещаний.		2					[1 осн.] [3 осн.] [6 доп.]	Конспект Опрос, Реферат

4	Психологические особенности тренинговой группы	2							
	1. Понятие «групповая динамика» и ее основные законы (доминирование целого над частями, объединение элементов в целое). 2. Общие принципы проведения тренинга (принцип конфиденциальности, принцип «здесь и теперь», персонификации высказываний, акцентирования языка чувств, избегания оценочных суждений, активности, доверительного общения). 3. Модель самораскрытия «Окно Джогарри».	2					Мультимедийное сопровождение (презентация)	[1 осн.] [2 осн.] [5 доп.] [6 доп.]	Конспект Опрос Реферат
5	Методы и методики групповой работы		2						
	Специфика тренинговых методов. 1. Классификация методов тренинга. 2. Классификация Д.Ли: лекция, ролевая игра, метод кейсов, дискуссия, мозговой штурм. 3. Игровые методы их функции и виды. 4. Проективное рисование как метод групповой работы.		2				Опорные схемы	[2 осн.] [3 осн.] [4 доп.]	Конспект
6	Личность и подготовка ведущего тренинговых групп		2						
	1. Личность тренера и руководство группой. 2. Проблемы лидерства; стили руководства группой. 3. Подготовка ведущих тренинговых групп. 1..Профессионально важные качества тренера. 2.Профессиональная компетентность 3. Личность руководителя.		2				Опорные схемы	[2 осн.] [3 осн.]	Конспект Опрос Дискуссия
7	Технологии разработки тренинговых программ								
	1. Подходы к созданию тренинговых программ. 2. Адаптация готовых тренинговых разработок. 3. Шестиэтапная модель разработки тренинговых программ (Д.Торрингтон, Дж.Чэпмэн). 4. Анализ тренинговых программ. 5. Логика построения программы тренинга, занятия с элементами тренинга.	2					Опорные схемы	[2 осн.] [3 осн.]	Дискуссия Презентация проекта тренинга
	Итого	6	6						
	Всего аудиторных			12					

ИНФОРМАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ

ИНФОРМАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ

ЛИТЕРАТУРА

Основная литература

1. Кецко, Т. В. Психосоциальная работа в деятельности социального педагога. Теория и методика тренинга : учеб.-метод. комплекс / Т. В. Кецко // СДО Moodle / Белорус. гос. пед. ун-т. – URL: <https://bspu.by/moodle/course/view.php?id=1897> (дата обращения: 25.04.2025).
2. Кошман, Д. М. Формирование акмеологической компетентности студентов : практ. пособие / Д. М. Кошман. – Гомель : Гомел. гос. ун-т, 2017. – 47 с.

Дополнительная литература

1. Гаврилуца, Е. В. Теория и практика психологической помощи : практикум / Е. В. Гаврилуца. – Брест : Брест. гос. ун-т, 2016. – 63 с.
2. Журавкина, И. С. Социально-психологический тренинг : практикум / И. С. Журавкина, Т. В. Кецко. – Минск : Белорус. гос. пед. ун-т, 2024. – 78 с.
3. Зенько, Н. Н. Теория и методика тренинга. Общие основы организации : практ. пособие / Н. Н. Зенько // Репозиторий УО «Гомельский государственный университет имени Франциска Скорины». – URL: <https://elib.gsu.by/handle/123456789/6260> (дата обращения: 25.04.2025).
4. Кузьмина, А. А. Популяризация психолого-педагогических знаний как направление психолого-профилактической работы психологической службы в школе / А. А. Кузьмина // Школьные технологии. – 2019. – № 2. – С. 113–119.
5. Молостова, А. Н. Сравнительный анализ процесса групповой работы в психологическом тренинге и психотерапевтической группе / А. Н. Молостова // Консультативная психология и психотерапия. – 2018. – № 1. – С. 112–129.
6. Психологическая служба в современном образовании : рабочая кн. / И. В. Дубровина, А. Д. Андреева, Е. Е. Данилова [и др.] ; под ред. И. В. Дубровиной. – СПб. : Питер, 2009. – 400 с.
7. Реньш, М. А. Психологический тренинг : учеб.-метод. пособие / М. А. Реньш, Е. Г. Лопес. – Екатеринбург : Рос. гос. проф.-пед. ун-т, 2016. – 235 с.
8. Рудестам, К. Групповая психотерапия. Психокоррекционные группы: теория и практика / К. Рудестам. – СПб. : ПитерКом, 1999. – 384 с.
9. Старшенбаум, Г. В. Настольная книга успешного психолога: все, что нужно знать и уметь высококласному специалисту : экспресс-курс / Г. В. Старшенбаум. – М. : АСТ, 2017. – 381 с.
10. Хухлаева, О. В. Психотехнические игры в начальной школе : метод. пособие / О. В. Хухлаева. – М. : Моск. открытый соц. ун-т, 1995. – 32 с.

**ПРИМЕРНЫЙ ПЕРЕЧЕНЬ ЗАДАНИЙ И КОНТРОЛЬНЫХ МЕРОПРИЯТИЙ
УПРАВЛЯЕМОЙ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ СТУДЕНТОВ (УСР)
по учебной дисциплине «Теория и методика тренинга»**

Тема 2. Основные виды и направления тренинга (семинарское занятие).

Вопросы для самостоятельного изучения

1. Процессуальные характеристики тренинга.
2. Тренинг сензитивный и перцептивный.
3. Тренинг умений.
4. Параметры коммуникации. Тренинг публичных выступлений, диалогического взаимодействия, проведения совещаний.

Задания, формирующие достаточные знания по изученному учебному материалу на уровне узнавания

1. Перечислить основные виды тренинга.
2. Раскрыть основные принципы тренинговой работы.

Задания, формирующие компетенции на уровне воспроизведения

1. Охарактеризовать взаимосвязь процессуальных характеристик и параметров коммуникации в тренинге.

Задания, формирующие компетенции на уровне применения полученных знаний

1. Предоставить психолого-педагогический анализ готовой программы тренинга (на выбор студента).

Форма контроля: эссе, взаимный контроль.

Тема 6. Личность и подготовка ведущего тренинговых групп (практическое занятие)

Вопросы для самостоятельного изучения

1. Личность тренера и руководство группой.
2. Проблемы лидерства; стили руководства группой.
3. Подготовка ведущих тренинговых групп.

Задания, формирующие достаточные знания по изученному учебному материалу на уровне узнавания

1. Перечислить необходимые качества ведущего тренинга.
2. Раскрыть основные функции лидера.

Задания, формирующие компетенции на уровне воспроизведения

1. Выявить влияние личностных характеристик ведущего на процесс групповой работы.

Задания, формирующие компетенции на уровне применения полученных знаний

1. Осуществить самодиагностику основных профессиональных компетенций тренера, дать развернутый анализ полученных результатов.

Форма контроля: устный опрос, взаимный контроль.

Тема 7. Технологии разработки тренинговых программ (практическое занятие)

Вопросы для самостоятельного изучения

1. Подходы к созданию тренинговых программ.
2. Адаптация готовых тренинговых разработок.
3. Шестифазная модель разработки тренинговых программ (Д. Торрингтон, Дж. Чэпмэн).

Задания, формирующие достаточные знания по изученному учебному материалу на уровне узнавания.

1. Перечислить подходы к созданию тренинговых программ.

Задания, формирующие компетенции на уровне воспроизведения

1. Подготовить план-конспект занятия с элементами тренинга, используя готовые программы тренингов (опубликованные в психолого-педагогической литературе)

Задания, формирующие компетенции на уровне применения полученных знаний

1. Подготовить план-конспект занятия с элементами тренинга, используя шестифазную модель Д. Торрингтона.

Форма контроля: устный опрос, взаимный контроль.

МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ

по организации и выполнению самостоятельной(внеаудиторной) работы студентов по дисциплине

Самостоятельная работа – это форма организации учебного процесса, направленная на активизацию учебно-познавательной деятельности, формирование у студентов умений и навыков самостоятельного приобретения, обобщения и применения знаний при методическом руководстве и контроле преподавателя.

Время, отведенное на самостоятельную работу, может использоваться на:

- подготовку к лекциям и практическим занятиям;
- подготовку к экзамену по учебной дисциплине;
- проработку тем (вопросов), вынесенных на самостоятельное изучение;
- выполнение творческих заданий;
- подготовку тематических докладов, рефератов, презентаций;
- выполнение практических заданий;
- конспектирование основной и дополнительной литературы, первоисточников;
- составление таблицы персоналий;
- подготовку к промежуточным формам контроля знаний;
- оформление информационных и демонстрационных материалов.

1. Преподаватель:

- отвечает за планирование, организацию и учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы студентов;
- доводит до сведения студентов выделенные на самостоятельное изучение темы дисциплины;
- разрабатывает контрольные вопросы и задания, подбирает источники литературы;
- знакомит с требованиями по форме и срокам выполнения заданий;
- проводит индивидуальные консультации;
- осуществляет контроль выполнения самостоятельной работы.

2. Студент должен:

- ознакомиться с темой, перечнем вопросов (заданий), подлежащих изучению (выполнению) и планом изложения материала;
- ознакомиться с требованиями по форме и срокам выполнения заданий, а также по форме их контроля;
- изучить рекомендованные источники литературы, проанализировать, обобщить и законспектировать материал согласно плану (выполнить задание);
- подготовить и представить выполненную работу согласно срокам и форме контроля.

3. Требования к форме и срокам выполнения самостоятельной работы студентов:

- все контрольные вопросы по теме дисциплины должны быть раскрыты согласно предложенному плану;
- задание должно быть выполнено в предложенной форме по предложенной тематике;
- обучающийся обязан выполнить все установленные учебной программой задания по самостоятельной работе.

Невыполнение заданий расценивается как невыполнение учебной программы – студенты не допускаются к промежуточной форме контроля по дисциплине (экзамен).

Контроль самостоятельной работы осуществляется в виде:

- ~ обсуждения рефератов;
- ~ обсуждения тематических докладов;
- ~ анализа творческих заданий;
- ~ решения кейс-заданий;
- ~ анализа видеоматериала;
- ~ представления тематических блок-схем;
- ~ разработки и анализа программы тренинга;
- ~ защиты занятия с элементами тренинга.

**Требования к выполнению самостоятельной (внеаудиторной) работы
студентов по учебной дисциплине «Теория и методика тренинга»**

№ п/п	Название темы, раздела	Кол- во часов на СРС Д/О	Кол- во часов на СРС З/О	Задание	Форма выполнения
1	Понятие о социально-психологическом тренинге	6	8	Работа с литературой из основного и дополнительного списка к учебному курсу, анализ современных журнальных статей по изучаемой дисциплине	План-конспект
2	Основные виды и направления тренинга	6	8	Посещение интернет-сайтов, посвященных изучаемым вопросам	Составление интеллект-карты
3	Классификация групп тренинга	6	8	Анализ научных статей	Интеллект-карта
4	Психологические особенности тренинговой группы	6	8	Работа с литературой из основного и дополнительного списка к учебному курсу, анализ современных журнальных статей по изучаемой дисциплине	План-конспект
5	Методы и методики групповой работы	4	8	Представление учебного материала с использованием мультимедийных технологий	доклады, презентации, видеоролики
6	Личность и подготовка ведущего тренинговых групп	4	8	Психологическая диагностика личности студента (основные профессиональные компетенции)	Психологический портрет личности студента
7	Технологии разработки тренинговых программ	4	4	Углубленный анализ научно-методической литературы	Блок-схема
8	Особенности содержания тренинга в работе с детьми и подростками	4	8	Углубленный анализ научно-методической литературы	Составление памятки для социального педагога по организации занятий с элементами тренинга для детей и подростков

9	Разработка педагогических программ и занятий с элементами тренинга в социально-педагогической деятельности: социальный театр	4	8	Работа с научно-методической литературой по изучаемой дисциплине	Подготовка плана занятия с элементами тренинга
10	Разработка педагогических программ и занятий с элементами тренинга в социально-педагогической деятельности: школа общения	4	8	Работа с научно-методической литературой по изучаемой дисциплине	Подготовка плана занятия с элементами тренинга
11	Разработка педагогических программ и занятий с элементами тренинга в социально-педагогической деятельности: школа лидерства	4	8	Работа с научно-методической литературой по изучаемой дисциплине	Подготовка плана занятия с элементами тренинга
12	Оценка эффективности занятий с элементами тренинга	4	4	Работа с научно-методической литературой по изучаемой дисциплине	Подготовка памятки по оценке эффективности занятий с элементами тренинга
	Всего часов	56	88		

Примерные вопросы к зачету по учебной дисциплине «Теория и методика тренинга»

1. Понятие психологического тренинга.
2. Психологический тренинг как один из способов оказания психологической помощи населению.
3. Исторические и философские корни метода психологического тренинга.
4. Место тренинга в системе психологических знаний.
5. Цели, задачи психотренинга.
6. Принципы психологического тренинга.
7. Тренинг сензитивный и перцептивный.
8. Тренинг публичных выступлений, диалогического взаимодействия, проведения совещаний.
9. Тренинг переговоров и разрешения конфликтов.
10. Тренинги стратегического мышления, принятия решений.
11. Организация групп тренинга.
12. Основные характеристики тренинговой группы.
13. Критерии классификации тренинговых групп.
14. Преимущества групповой формы тренинговой работы.
15. Понятие «групповая динамика» и ее основные законы.
16. Управление групповой динамикой.
17. Общие принципы проведения тренинга.
18. Стадии группового процесса.
19. «Окно Джогари» как модель самораскрытия личности.
20. Групповые нормы.
21. Понятие о групповой сплоченности.
22. Комплектование групп. Принципы комплектования.
23. Групповые нормы.
24. Принципы работы группы.
25. Специфика тренинговых методов.
26. Основные характеристики и особенности тренинговых процедур.
27. Классификация методов тренинга.
28. Правила проведения обратной связи в тренинговой группе.
29. Руководство группой, стили руководства.
30. Подготовка ведущих тренинговых групп.
31. Личность тренера.
32. Подходы к созданию тренинговых программ.
33. Тренерская компетентность в разработке программ тренинга.
34. Анализ тренинговых программ.
35. Основные принципы в подходе к работе с детьми.
36. Обобщенная модель психологического здоровья О.В. Хухлаевой.
37. Особенности работы с подростковой группой. Стратегии преодоления трудностей в подростковой группе.
38. Условия проведения занятия с элементами тренинга.

39. Театр как форма самопознания, саморазвития и самовыражения.
40. Социальные постановки: творчество и решение актуальных проблем подрастающего поколения.
41. Школа общения (психолого-педагогическая культура, культура здоровья, коммуникативная культура, культура познания, эмоций и чувств, культура самоопределения, культура семейных отношений).
42. Индивидуальный стиль общения. Общение со сверстниками и взрослыми: отличия и сходства. Конструктивное общение и поведение.
43. Школа лидерства. Личность, личностное пространство, чувство собственного достоинства, права личности и права других людей.
44. Организаторские техники лидера (самоуправление, портфолио лидера, проектная деятельность лидера, гражданственность).
45. Ориентация лидера на нравственные ценности. Лидер – образец социального поведения.
46. Эффекты социально-психологического тренинга, занятий с элементами тренинга.
47. Критерии оценки тренинга и его эффективности.
48. Вероятность преднамеренных изменений в занятиях с элементами тренинга.
49. Эффективность проведения тренинга, занятий с элементами тренинга.
50. Критерии эффективности тренинга по Д. Киркпатрику.

ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

Дневная форма получения образования

№	Наименование темы	Всего	Лекции	Практические	Семинарские
1.	Понятие о социально-психологическом тренинге	4	2		2
2.	Основные виды и направления тренинга	6	2		2+2*
3.	Классификация групп тренинга	2			2
4.	Психологические особенности тренинговой группы	2	2		
5.	Методы и методики групповой работы	4	2	2	
6.	Личность и подготовка ведущего тренинговых групп	6	2	2+2*	
7.	Технологии разработки тренинговых программ	6	2	2+2*	
8.	Особенности содержания тренинга в работе с детьми и подростками	2		2	
9.	Разработка педагогических программ и занятий с элементами тренинга в социально-педагогической деятельности: социальный театр	4		4	
10.	Разработка педагогических программ и занятий с элементами тренинга в социально-педагогической деятельности: школа общения	2		2	
11.	Разработка педагогических программ и занятий с элементами тренинга в социально-педагогической деятельности: школа лидерства	2		2	
12.	Оценка эффективности занятий с элементами тренинга	4		2	2
	Всего:	44	12	18+4*	8+2*
Форма контроля — зачет					

Примечание: * – часы, вынесенные на УСП студентов

ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

Заочная форма получения образования

№	Наименование темы	Всего	Лекции	Практические
1.	Понятие о социально-психологическом тренинге		2	
2.	Основные виды и направления тренинга			2
3.	Классификация групп тренинга			
4.	Психологические особенности тренинговой группы		2	
5.	Методы и методики групповой работы			2
6.	Личность и подготовка ведущего тренинговых групп			2
7.	Технологии разработки тренинговых программ		2	
8.	Особенности содержания тренинга в работе с детьми и подростками			
9.	Разработка педагогических программ и занятий с элементами тренинга в социально-педагогической деятельности: социальный театр			
10.	Разработка педагогических программ и занятий с элементами тренинга в социально-педагогической деятельности: школа общения			
11.	Разработка педагогических программ и занятий с элементами тренинга в социально-педагогической деятельности: школа лидерства			
12.	Оценка эффективности занятий с элементами тренинга			
	Всего:	12	6	6
Форма контроля — зачет				

Примечание: * – часы, вынесенные на УСП студентов

**ПРОТОКОЛ СОГЛАСОВАНИЯ УЧЕБНОЙ ПРОГРАММЫ
ПО ИЗУЧАЕМОЙ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЕ
С ДРУГИМИ ДИСЦИПЛИНАМИ СПЕЦИАЛЬНОСТИ**

Название дисциплины, с которой требуется согласование	Название кафедры	Предложения об изменениях в содержании учебной программы по изучаемой дисциплине	Решение, принятое кафедрой, разработавшей учебную программу (с указанием даты и номера протокола)
«Образование и личность в современном социуме» (учебная дисциплина «Педагогические технологии»), «Психология» (учебные дисциплины «Общая психология», «Психология развития»), «Основы социально-педагогической и психологической деятельности» (учебная дисциплина «Введение в профессию»).	Кафедра социальной педагогики	Согласовано на основании типовой программы	Программу принять, (протокол № ____ от __. __ 2025)

ПЕРЕЧЕНЬ ИСПОЛЬЗУЕМЫХ СРЕДСТВ ДИАГНОСТИКИ

Основными средствами диагностики усвоения знаний и овладения необходимыми умениями и навыками по учебной дисциплине «Теория и методика тренинга» являются:

- устный опрос: собеседования;
- письменная форма: эссе;
- оценивание на основе деловой игры;
- решение практических задач.

Формы контроля: устный и письменный опрос.

РЕКОМЕНДУЕМЫЕ ФОРМЫ И МЕТОДЫ ОБУЧЕНИЯ

Рекомендуемыми методами обучения, отвечающими целям изучения учебной дисциплины, являются:

- элементы проблемного обучения (проблемное изложение, частично-поисковый и исследовательский методы), реализуемые в тренинге;
- интерактивные методы и метод проектов, способствующие поддержанию оптимального уровня активности студентов;
- коммуникативные технологии (дискуссия, «мозговой штурм», дебаты, анализ ситуаций), реализуемые в ходе тренинга.

Оперативную обратную связь рекомендуется осуществлять с помощью наблюдения, исходной, промежуточной и итоговой диагностики, анализа результатов и продуктов деятельности (выполнение заданий в ИЭУМК, заполнение таблиц, блок-схем, психологических заданий).

Рекомендуемые методы обучения могут быть реализованы в таких формах работы: работа в микро-группах, со всей группой, в парах.

МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ОРГАНИЗАЦИИ И ВЫПОЛНЕНИЮ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ СТУДЕНТОВ

Самостоятельная работа – это форма организации учебного процесса, направленная на активизацию учебно-познавательной деятельности, формирование у студентов умений и навыков самостоятельного приобретения, обобщения и применения знаний при методическом руководстве и контроле преподавателя.

Время, отведенное на самостоятельную работу, может использоваться для решения следующих задач:

- выполнение творческих заданий;
- подготовку эссе;
- выполнение практических заданий.

1. Преподаватель:

- отвечает за планирование, организацию и учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы студентов;

- доводит до сведения студентов темы дисциплины, выделенные на самостоятельное изучение;
- разрабатывает контрольные вопросы и задания, подбирает источники литературы;
- знакомит с требованиями по форме и срокам выполнения заданий;
- проводит индивидуальные консультации;
- осуществляет контроль выполнения самостоятельной работы.

2. Студент должен:

- ознакомиться с темой, перечнем вопросов (заданий), подлежащих изучению (выполнению) и планом изложения материала;
- ознакомиться с требованиями по форме и срокам выполнения заданий, а также по форме их контроля;
- изучить рекомендованные источники литературы, проанализировать, обобщить и законспектировать материал согласно плану (выполнить задание);
- подготовить и представить выполненную работу согласно срокам и форме контроля.

3. Требования к форме и срокам выполнения самостоятельной работы студентов:

- все контрольные вопросы по теме дисциплины должны быть раскрыты согласно предложенному плану;
- задание должно быть выполнено в предложенной форме по предложенной тематике;
- обучающийся обязан выполнить все установленные учебной программой задания по самостоятельной работе.