

ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ И МОЛОДЕЖНОЙ ПОЛИТИКИ  
ХАНТЫ-МАНСИЙСКИЙ АВТОНОМНЫЙ ОКРУГ – ЮГРЫ

БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
ХАНТЫ-МАНСИЙСКИЙ АВТОНОМНЫЙ ОКРУГ – ЮГРЫ  
«СУРГУТСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»

---

**ТРЕНИНГОВАЯ РАБОТА ПСИХОЛОГА  
КАК СРЕДСТВО РАЗВИТИЯ  
СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ КОМПЕТЕНТНОСТИ**

Учебно-методическое пособие

Направление подготовки 37.03.01 Психология

Направленность: Психологическое консультирование (уровень бакалавриата)

Сургут  
2016

УДК 159.98(07)  
ББК 88.923р30  
Т 66

*Печатается по рекомендации  
отдела сертификации и методического сопровождения  
образовательного процесса СурГПУ*

Рецензент:

**В.В. Гагай**, доктор психологических наук,  
профессор кафедры психологии  
Сургутского государственного педагогического университета

Т 66

**Тренинговая работа психолога как средство развития социально-психологической компетентности** : учеб.-метод. пособие. Направление подготовки 37.03.01 Психология. Направленность: Психологическое консультирование (уровень бакалавриата) / БУ высш. образования ХМАО-Югры «Сургут. гос. пед. ун-т» ; авт.-сост. И.А. Верченко, К.Ю. Гринева. – Сургут : РИО СурГПУ, 2016. – 66, [1] с.

Учебно-методическое пособие «Тренинговая работа психолога как средство развития социально-психологической компетентности» представляет собой рекомендации для студентов по изучению соответствующего курса. В него включены материалы, практические и учебно-исследовательские задания для самостоятельной работы студентов-психологов. В процессе выполнения данных заданий студенты приобретают умения работать в тренинге и организовывать тренинговую работу. По каждой теме предлагаются вопросы для контроля освоения темы, практические задания, серии упражнений для самостоятельной работы.

Предназначено для студентов-бакалавров направления 37.03.01 Психология, направленность: Психологическое консультирование очной и заочной формы обучения СурГПУ. Может быть полезно для преподавателей высшей школы, ведущих подобные курсы в вузах, а также для психологов образовательных организаций, слушателей курсов повышения квалификации, педагогов.

**УДК 159.98(07)  
ББК 88.923р30**

## ОГЛАВЛЕНИЕ

<b>Предисловие</b> .....	4
<b>Модуль 1. Теоретические аспекты тренинговой работы психолога</b> .....	11
У.Э. 1.1. Тренинговая работа в практической деятельности психолога .....	12
У.Э. 1.1.1. Особенности организации тренинговой работы .....	12
<i>Методические рекомендации</i> .....	14
У.Э. 1.1.2. Ведущие принципы организации тренинговой работы .....	18
<i>Методические рекомендации</i> .....	20
У.Э. 1.2. Тренинговые программы .....	22
У.Э. 1.2.1. Особенности разработки тренинговых программ .....	22
<i>Методические рекомендации</i> .....	24
У.Э. 1.2.2. Оценка эффективности тренинговых программ .....	26
<i>Методические рекомендации</i> .....	28
У.Э. 1.3. Рубежный контроль .....	29
<b>Модуль 2. Основы организации и реализации тренинговой работы психолога</b> .....	31
У.Э. 2.1. Оценка результатов тренинговой работы .....	32
У.Э. 2.1.1. Выбор способа оценки тренинговой работы .....	32
<i>Методические рекомендации</i> .....	34
У.Э. 2.1.2. Критерии оценивания результатов тренинговой работы .....	35
<i>Методические рекомендации</i> .....	37
У.Э. 2.2. Организация и проведение тренинговой работы .....	38
У.Э. 2.2.1. Основные этапы тренинговой работы .....	38
<i>Методические рекомендации</i> .....	40
У.Э. 2.2.2. Особенности организации и проведения тренинговой работы .....	41
<i>Методические рекомендации</i> .....	43
У.Э. 2.3. Тренинговые методы и техники .....	44
У.Э. 2.3.1. Методы и техники тренинговой работы .....	44
<i>Методические рекомендации</i> .....	46
У.Э. 2.3.2. Организация упражнений и игр в решении задач тренинговой работы .....	47
<i>Методические рекомендации</i> .....	49
У.Э. 2.4. Рубежный контроль .....	51
Промежуточная аттестация .....	53
Приложение. Требования к составлению тренинговой программы .....	57
Тезаурус .....	63
Учебно-методическое и программное обеспечение .....	66

## ПРЕДИСЛОВИЕ

Спецпрактикум «Тренинговая работа как средство развития социально-психологической компетентности» относится к вариативной части практического модуля дисциплин (Б1.В.ДВ.4) и осваивается студентами в соответствии с ФГОС ВО, учебным планом по направлению подготовки 37.03.01 Психология. Межпредметные связи спецпрактикума прослеживаются, главным образом, с такими дисциплинами как «Общая психология», «Введение в профессию», «Тренинговый практикум».

Процесс освоения спецпрактикума «Тренинговая работа как средство развития социально-психологической компетентности» направлен на формирование следующей *профессиональной компетенции*: ПК-1 – способность к реализации стандартных программ, направленных на предупреждение отклонений в социальном и личностном статусе и развитии, профессиональных рисков в различных видах деятельности.

**Цель освоения дисциплины** – научиться выделять ориентировочную основу разработки программы и организации тренинговой работы психолога.

### **Задачи освоения дисциплины:**

1. Научиться выделять критерии оценивания эффективности тренинговой работы психолога.
2. Научиться применять эффективные способы решения задач по организации и реализации тренинговой работы психолога.

Цели и задачи к спецпрактикуму в целом и к каждому учебному элементу в отдельности сформулированы как законченное действие, однако поскольку в рамках одного занятия невозможно достичь конечного результата, стоит отметить, что при изучении отдельных тем студенты овладевают только базовыми алгоритмами. Следовательно, результаты могут быть проверены только по завершению курса.

В результате освоения дисциплины обучающийся должен овладеть следующими компонентами компетенции:

### **знать:**

- понятие, задачи и виды психологического тренинга;
- значение ведущего в тренинговой группе;
- особенности ведущих принципов организации тренинговой работы;
- условия и требования к разработке тренинговых программ;
- критерии и способы оценки эффективности тренинговых программ;
- основные этапы тренинговой работы;
- приемы организации и проведения тренинговой работы;
- приемы и упражнения тренинговой работы в соответствии с целью и задачами;
- критерии и способы оценки эффективности тренинговой работы;

### **уметь:**

- выделять задачи тренинговой работы;
- определять роль и значение ведущего в тренинговой группе;
- характеризовать особенности организации тренинговой работы;
- определять роль ведущих принципов организации тренинговой работы;
- выделять условия и требования к разработке тренинговых программ;
- выделять критерии оценки эффективности тренинговых программ;
- определять способы оценки эффективности тренинговых программ;
- анализировать эффективность тренинговой работы;
- анализировать основные этапы тренинговой работы;
- использовать методы и техники тренинговой работы в соответствии с целью и задачами;
- составлять подборку упражнений и игр в соответствии с решаемыми задачами тренинговой работы;
- использовать игры и упражнения тренинговой работы в соответствии с целью и задачами;

### **владеть:**

- приемами организации тренинговой работы в соответствии с поставленными задачами;
- методами и техниками организации тренинговой работы в соответствии с целью и задачами;
- играми и упражнениями тренинговой работы в соответствии с целью и задачами.

Общая трудоемкость дисциплины составляет 2 зачетные единицы, 72 час, из них: аудиторная работа (практические занятия, интерактивные формы занятий) – 36 часов, самостоятельная работа – 36 часов. Курс рассчитан на один семестр и преподается в системе модульно-рейтингового обучения.

Спецпрактикум «Тренинговая работа как средство развития социально-психологической компетентности» включает в себя два модуля: «Теоретические аспекты тренинговой работы психолога» и «Основы организации и реализации тренинговой работы психолога».

Изучение *первого модуля* связано с изучением особенностей тренинговой работы, а также ведущих принципов ее организации.

*Второй модуль* направлен на формирование умений в области разработки тренинговых программ с учетом оценки их эффективности, динамики развития группы и групповых процессов; изучение и отработку методов и техник тренинговой работы, эффективных способов организации упражнений в решении задач тренинга.

*Самостоятельная работа* студентов по курсу «Тренинговая работа как средство развития социально-психологической компетентности» имеет свои отличительные особенности, которые определяются спецификой цели, задач и содержания спецпрактикума. В нем важно не столько усвоить определенную систему научных знаний, сколько уметь применить их в разработке тренинговых программ и организации тренинговой работы. Используются различные формы организации самостоятельной работы: решение практических задач, разработка тренинговых программ, выделение критериев оценки эффективности тренинговой работы.

В процессе изучения курса «Тренинговая работа как средство развития социально-психологической компетентности» студентами предполагаются следующие виды и формы контроля:

- *текущий контроль* успеваемости (выполнение практических и учебных заданий, анализ принципов организации тренинговой работы, разработка тренинговых программ, оценка эффективности тренинговых программ, применение методов и техник в решении задач тренинговой работы);
- *рубежный контроль по модулю* (мини-зачет, разработка конспекта тренингового занятия с презентацией его отдельных элементов);
- *промежуточная аттестация* (зачет – защита проекта программы тренинговой работы).

По итогам освоения двух модулей и результатам разработки и презентации проекта программы тренинговой работы студенты получают зачет.

## СТРУКТУРА МОДУЛЕЙ

**Цель спецпрактикума:** научиться выделять ориентировочную основу разработки программы и организации тренинговой работы психолога.

**Задачи спецпрактикума:**

1. Научиться выделять критерии оценивания эффективности тренинговой работы психолога.
2. Научиться применять эффективные способы решения задач по организации и проведению тренинговой работы психолога.

Название модуля	Цель модуля	Задачи модуля	Учебные элементы модуля (У.Э.)
<b>Модуль 1.</b> Теоретические аспекты тренинговой работы психолога	Научиться выделять критерии оценивания тренинговой работы психолога	1. Научиться анализировать специфику организации тренинговой работы 2. Научиться выделять критерии оценивания тренинговых программ	У.Э. 1.1. Тренинговая работа в практической деятельности психолога У.Э. 1.2. Тренинговые программы
<b>Модуль 2.</b> Основы организации и реализации тренинговой работы психолога	Научиться применять эффективные способы решения задач по организации и проведению тренинговой работы психолога	1. Научиться выделять критерии оценивания тренинговой работы 2. Научиться владеть приемами организации и реализации тренинговой работы 3. Научиться владеть методами и техниками тренинговой работы	У.Э. 2.1. Оценка результатов тренинговой работы У.Э. 2.2. Организация и проведение тренинговой работы У.Э. 2.3. Тренинговые методы и техники

## СТРУКТУРА УЧЕБНЫХ ЭЛЕМЕНТОВ ЧЕРЕЗ ЗАДАЧИ УЧЕБНЫХ ЭЛЕМЕНТОВ

Учебные элементы (У.Э.)	Задачи У.Э.	Компоненты У.Э.
У.Э. 1.1. Тренинговая работа в практической деятельности психолога	1. Научиться характеризовать специфику организации тренинговой работы 2. Научиться анализировать ведущие принципы организации тренинговой работы	У.Э. 1.1.1. Особенности организации тренинговой работы У.Э. 1.1.2. Ведущие принципы организации тренинговой работы
У.Э. 1.2. Тренинговые программы	1. Научиться анализировать требования к разработке тренинговых программ 2. Научится выделять критерии оценивания эффективности тренинговых программ	У.Э. 1.2.1. Особенности разработки тренинговых программ У.Э. 1.2.2. Оценка эффективности тренинговых программ
У.Э. 1.3. Рубежный контроль		
У.Э. 2.1. Оценка результатов тренинговой работы	1. Научиться осуществлять выбор способа оценки тренинговой работы 2. Научиться выделять критерии оценивания результатов тренинговой работы	У.Э. 2.1.1. Выбор способа оценки тренинговой работы У.Э. 2.1.2. Критерии оценивания результатов тренинговой работы
У.Э. 2.2. Организация и проведение тренинговой работы	1. Научиться выделять и анализировать основные этапы тренинговой работы 2. Научиться владеть приемами организации и проведения тренинговой работы	У.Э. 2.2.1. Основные этапы тренинговой работы У.Э. 2.2.2. Особенности организации и проведения тренинговой работы
У.Э. 2.3. Тренинговые методы и техники	1. Научиться владеть методами и техниками тренинговой работы 2. Научиться владеть методами организации упражнений и игр в решении задач тренинговой работы	У.Э. 2.3.1. Методы и техники тренинговой работы У.Э. 2.3.2. Организация упражнений и игр в решении задач тренинговой работы
У.Э. 2.4. Рубежный контроль		

**МОДУЛЬ 1.**  
**ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ТРЕНИНГОВОЙ РАБОТЫ ПСИХОЛОГА**

<b>Компонент учебного элемента (У.Э.)</b>	<b>Цель компонента учебного элемента</b>	<b>Учебные задачи</b>	<b>Результаты учебного элемента (учебный результат)</b>
У.Э. 1.1.1. Особенности организации тренинговой работы	Научиться характеризовать специфику организации тренинговой работы	1. Научиться объяснять понятие, задачи и виды психологического тренинга 2. Научиться выделять задачи тренинговой работы 3. Научиться определять роль ведущего в тренинговой группе	1. Давать характеристику понятия, задач и видов психологического тренинга 2. Выделять задачи тренинговой работы 3. Определять роль и значение ведущего в тренинговой группе
У.Э. 1.1.2. Ведущие принципы организации тренинговой работы	Научиться анализировать ведущие принципы организации тренинговой работы	1. Научиться характеризовать ведущие принципы организации тренинговой работы 2. Научиться выделять ведущие принципы организации тренинговой работы	1. Характеризовать особенности организации тренинговой работы 2. Определять роль ведущих принципов организации тренинговой работы
У.Э. 1.2.1. Особенности разработки тренинговых программ	Научиться анализировать требования к разработке тренинговых программ	1. Научиться определять цели и задачи тренинговых программ 2. Научиться выделять требования к разработке тренинговых программ	1. Определять условия разработки тренинговых программ 2. Выделять требования к разработке тренинговых программ
У.Э. 1.2.2. Оценка эффективности тренинговых программ	Научиться выделять критерии оценивания эффективности тренинговых программ	1. Научиться анализировать критерии эффективности тренинговых программ 2. Научиться определять способы оценки эффективности тренинговых программ	1. Анализировать критерии оценки эффективности тренинговых программ 2. Определять способы оценки эффективности тренинговых программ



## МОДУЛЬ 2. ОСНОВЫ ОРГАНИЗАЦИИ И РЕАЛИЗАЦИИ ТРЕНИНГОВОЙ РАБОТЫ ПСИХОЛОГА

<b>Компонент учебного элемента (У.Э.)</b>	<b>Цель компонента учебного элемента</b>	<b>Учебные задачи</b>	<b>Результаты учебного элемента (учебный результат)</b>
У.Э. 2.1.1. Выбор способа оценки тренинговой работы	Научиться осуществлять выбор способа оценки тренинговой работы	1. Научиться выделять алгоритм анализа тренинговой работы 2. Научиться выбирать способы оценки тренинговой работы	1. Разрабатывать алгоритм анализа тренинговой работы 2. Выделять и объяснять способы оценки тренинговой работы
У.Э. 2.1.2. Критерии оценивания результатов тренинговой работы	Научиться выделять критерии оценивания эффективности тренинговой работы	1. Научиться выделять алгоритм оценки тренинговой работы 2. Научиться осуществлять выбор критериев оценивания тренинговой работы	1. Выделять алгоритм оценки тренинговой работы 2. Выделять критерии оценивания тренинговой работы
У.Э. 2.2.1. Основные этапы тренинговой работы	Научиться выделять и анализировать основные этапы тренинговой работы	1. Научиться выделять основные этапы тренинговой работы 2. Научиться анализировать основные этапы тренинга	1. Выделять основные этапы тренинговой работы 2. Анализировать основные этапы тренинговой работы
У.Э. 2.2.2. Особенности организации и проведения тренинговой работы	Научиться владеть приемами организации и проведения тренинговой работы	1. Научиться составлять подборку приемов организации и проведения тренинговой работы 2. Научиться использовать приемы организации тренинговой работы в соответствии с поставленными задачами	1. Составлять подборку приемов организации и проведения тренинговой работы 2. Использовать приемы организации тренинговой работы в соответствии с поставленными задачами
У.Э. 2.3.1. Методы и техники тренинговой работы	Научиться владеть методами и техниками тренинговой работы	1. Научиться составлять подборку методов и техник тренинговой работы 2. Научиться использовать методы и техники тренинговой работы в соответствии с целью и задачами	1. Составлять подборку методов и техник тренинговой работы 2. Использовать методы и техники тренинговой работы в соответствии с целью и задачами
У.Э. 2.3.2. Организация упражнений и игр в решении задач тренинговой работы	Научиться владеть методами организации упражнений и игр в решении задач тренинговой работы	1. Научиться составлять подборку упражнений и игр в соответствии с решаемыми задачами тренинговой работы 2. Научиться использовать игры и упражнения тренинговой работы в соответствии с целью и задачами	1. Составлять подборку упражнений и игр в соответствии с решаемыми задачами тренинговой работы 2. Использовать игры и упражнения тренинговой работы в соответствии с целью и задачами

## УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

Название модуля и темы	Трудоемкость	Всего часов							
		Аудиторные занятия – из них						Самостоятельная работа	Индивидуальная работа
		всего	Лекционные занятия	Лабораторные занятия	Семинарские, практические занятия	Интерактивные формы занятий	Формы текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации		
<i>1</i>	<i>2</i>	<i>3</i>	<i>4</i>	<i>5</i>	<i>6</i>	<i>7</i>	<i>8</i>	<i>9</i>	<i>10</i>
<b>Модуль 1. Теоретические аспекты тренинговой работы психолога</b>	<b>20</b>	<b>10</b>			<b>8</b>		<b>2</b>	<b>10</b>	
<i>У.Э. 1.1. Тренинговая работа в практической деятельности психолога</i>	8	4			4			4	
У.Э. 1.1.1. Особенности организации тренинговой работы	4	2			2			2	
У.Э. 1.1.2. Ведущие принципы организации тренинговой работы	4	2			2			2	
<i>У.Э. 1.2. Тренинговые программы</i>	8	4			4			4	
У.Э. 1.2.1. Особенности разработки тренинговых программ	4	2			2			2	
У.Э. 1.2.2. Оценка эффективности тренинговых программ	4	2			2			2	
<i>У.Э. 1.3. Рубежный контроль (мини-зачёт)</i>	4	2					2	2	
<b>Модуль 2. Основы организации и реализации тренинговой работы психолога</b>	<b>52</b>	<b>26</b>			<b>24</b>		<b>2</b>	<b>26</b>	
<i>У.Э. 2.1. Оценка результатов тренинговой работы</i>	16	8			8			8	
У.Э. 2.1.1. Выбор способа оценки тренинговой работы	8	4			4			4	
У.Э. 2.1.2. Критерии оценивания результатов тренинговой работы	8	4			4			4	
<i>У.Э. 2.2. Организация и проведение тренинговой работы</i>	10	6			6			4	
У.Э. 2.2.1. Основные этапы тренинговой работы	4	2				2		2	
У.Э. 2.2.2. Особенности организации и проведения тренинговой работы	6	4				4		2	
<i>У.Э. 2.3. Тренинговые методы и техники</i>	20	10			10			10	
У.Э. 2.3.1. Методы и техники тренинговой работы	12	6			6			6	
У.Э. 2.3.2. Организация упражнений и игр в решении задач тренинговой работы	8	4			4			4	
<i>У.Э. 2.4. Рубежный контроль (презентация конспекта тренингового занятия)</i>	6	2					2	4	
<b>Промежуточная аттестация (защита проекта программы тренинговой работы)</b>							<b>2</b>		
<b>Всего:</b>	<b>72</b>	<b>36</b>			<b>26</b>	<b>6</b>	<b>4</b>	<b>36</b>	