

НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ЦИВІЛЬНОГО ЗАХИСТУ УКРАЇНИ

СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНИЙ ФАКУЛЬТЕТ

КАФЕДРА ПСИХОЛОГІЇ ДІЯЛЬНОСТІ В ОСОБЛИВИХ УМОВАХ

**СИЛАБУС НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ**

**«Методологія соціально-психологічного тренінгу»**

циклу професійної (обов'язкової) підготовки

за другим (магістерським) рівнем вищої освіти

галузь знань 05 «Соціальні та поведінкові науки»

за освітньо-професійними програмами «Екстремальна та кризова психологія»,

«Робота з персоналом»

Рекомендовано кафедрою психології діяльності в  
особливих умовах на 2021-2022 навчальний рік.  
Протокол від «30» червня 2021 року № 12

Силабус розроблено відповідно до робочої програми навчальної  
дисципліни Методологія соціально-психологічного тренінгу.

2021 рік

## Загальна інформація про дисципліну

### Анотація

Знання отримані під час вивчення навчальної дисципліни «Методологія соціально-психологічного тренінгу» сприяють розвитку професійного мислення здобувачів вищої освіти, за допомогою опанування наукових і організаційних основ проведення соціально-психологічного тренінгу (СПТ) та створення нових тренінгових програм, методики й техніки проведення різних видів СПТ, включаючи оцінку його результатів

Даний курс передбачає теоретичне і практичне визначення концептуальних засад і методологічних принципів СПТ; ознайомлення з сучасними підходами до практики проведення СПТ; вироблення базових практичних умінь і навичок; формування морально-етичних норм і відповідальності; усвідомлення професійної ідентичності та становлення професійної компетентності.

Відмінною особливістю даного курсу є те, що на заняттях моделюються ситуації, які потребують використання, як класичних, так і нових методів та технік СПТ; створення авторських тренінгових програм.

### 1. Інформація про викладача

Загальна інформація	Перелигіна Ліна Анатоліївна, начальник кафедри психології діяльності в особливих умовах соціально-психологічного факультету, доктор біологічних наук, доцент.
Контактна інформація	м. Харків, вул. Чернишевська, 94, кабінет № 434. Робочий номер телефону – 707-34-74.
E-mail	perelugina@nuczu.edu.ua
Наукові інтереси*	
Професійні здібності*	
Наукова діяльність за освітнім компонентом	1. Теоретико-методологічні основи соціально-психологічного тренінгу: навч. посіб./ Афанасьєва Н.Є., Перелигіна Л.А. – Х.: ХНАДУ, 2015.-320 с.

--	--

\* – заповнюється за бажанням НПП.

## **2. Час та місце проведення занять з навчальної дисципліни**

Аудиторні заняття з навчальної дисципліни проводяться згідно затвердженого розкладу. Електронний варіант розкладу розміщується на сайті Університету (<http://rozklad.nuczu.edu.ua/timeTable/group>).

Консультації з навчальної дисципліни проводяться протягом семестру щоп'ятниці з 14.00 до 15.00 в кабінеті № 434. В разі додаткової потреби здобувача в консультації час погоджується з викладачем.

**Мета викладання дисципліни:** вивчення закономірностей формування особистості, психічних та поведінкових проявів, внутрішніх конфліктів, негармонійних міжособистісних стосунків. Оволодіння тренінговими технологіями.

### Опис навчальної дисципліни

Найменування показників	Денна форма навчання
Рік підготовки	2-й
Семестр	3-й
Обсяг кредитів ЄКТС	3
Загальна кількість годин	90 год.
Лекції	10 год.
Практичні, семінарські	34 год.
Лабораторні	0 год.
Самостійна робота	46 год.
Вид підсумкового контролю	екзамен

### **Передумови для вивчення дисципліни**

Для успішного навчання необхідне опанування навчальними дисциплінами: соціально-психологічний тренінг до діяльності в екстремальних ситуаціях, психологічна допомога в екстремальних та кризових ситуаціях.

## Результати навчання та компетентності з дисципліни

Відповідно до освітньо-професійних програм «Екстремальна та кризова психологія» вивчення навчальної дисципліни повинно забезпечити:

- досягнення здобувачами вищої освіти таких результатів навчання:

Програмні результати навчання	ПР
Розробляти програми психологічних інтервенцій (тренінг, психотерапія, консультування тощо), проводити їх в індивідуальній та груповій роботі, оцінювати якість.	ПР 5.
Розробляти просвітницькі матеріали та освітні програми, впроваджувати їх, отримувати зворотній зв'язок, оцінювати якість.	ПР 6.
Робити психологічний прогноз щодо розвитку особистості, груп, організацій.	ПР 4.

- формування у здобувачів вищої освіти наступних компетентностей:

Програмні компетентності (загальні та спеціальні)	ЗК, СК
Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях.	ЗК 1.
Здатність генерувати нові ідеї (креативність).	ЗК 3.
Здатність діяти соціально відповідально та свідомо.	ЗК 7.
Здатність розробляти та управляти проектами.	ЗК 8.
Здатність мотивувати людей та рухатися до спільної мети.	ЗК 9.
Здатність самостійно планувати, організувати та здійснювати психологічне дослідження з елементами наукової новизни та/або практичної значущості.	СК 2.
Здатність обирати і застосувати валідні та надійні методи наукового дослідження та/або доказові методики і техніки практичної діяльності.	СК 3.
Здатність здійснювати практичну діяльність (тренінгову, психотерапевтичну, реабілітаційну, консультаційну, психодіагностичну) з використанням науково верифікованих методів та технік.	СК 4.
Здатність ефективно взаємодіяти з колегами в моно- та мультидисциплінарних командах.	СК 6.
Здатність приймати фахові рішення у складних і непередбачуваних умовах, адаптуватися до нових ситуацій професійної діяльності.	СК 7.
Здатність дотримуватися у фаховій діяльності норм професійної етики та керуватися загальнолюдськими цінностями.	СК 9.

## Програма навчальної дисципліни

**МОДУЛЬ 1.** Загальні основи та характеристика соціально- психологічного тренінгу як виду активного соціально- психологічного навчання.

**Тема 1.** Загальні основи та характеристика соціально- психологічного тренінгу як виду активного соціально- психологічного навчання.

**Тема 2.** Теоретичні та методологічні основи соціально- психологічного тренінгу.

**Тема 3.** Основні фази та методи, які використовуються вСПТ різних напрямків.

**Тема 4.** Організація групового процесу у СПТ.

**МОДУЛЬ 2.** Принципи комплектації програм.

**Тема 1** Принципи комплектації програм.

**Тема 2** Різновиди програм СПТ.

**Тема 3** Загальні принципи створення тренінгових програм: самостійне, з використанням готових технік,комбіноване.

**Тема 4.** Правила за якими потрібно вибирати програму у конкретному випадку.

### Розподіл дисципліни у годинах за формами організації освітнього процесу та видами навчальних занять:

Назви модулів і тем	Очна (денна) форма навчання					
	Кількість годин					
	усього	у тому числі				
лекції		практичні (семінарські) заняття	лабораторні заняття	самостійна робота	модульна контрольна робота	
<b>3 - й семестр</b>						
<b>Модуль 1.</b>						
<b>Тема 1.1.</b>	12	2	4		6	
<b>Тема 1.2.</b>	12	2	4		6	
<b>Тема 1.3.</b>	12	2	4		6	
<b>Тема 1.4.</b>	12	2	4		6	модульна контрольна робота (теми 1.1-1.4)
<b>Разом за модулем 1</b>	48	8	16		24	
<b>Модуль 2.</b>						
<b>Тема 2.1-2.2.</b>	18	2	8		8	
<b>Тема 2.3.</b>	10		4		6	
<b>Тема 2.4.</b>	14		6		8	модульна контрольна робота (теми 2.1-

						2.4)
<b>Разом за модулем 2</b>	42	2	18		22	

### **Теми практичних занять**

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
1.	Визначення тренінгу, класифікація видів тренінгу.	4
2.	Можливості використання тренінгових технологій у підрозділах ДСНС.	4
3.	Можливості застосування тренінгу з точки зору різних психологічних шкіл та напрямків.	4
4.	Розвивальні, поведінкові та психотерапевтичні тренінгові технології, можливості їх використання та ефективність в різних групах.	4
5.	Ознайомлення з тренінговими технологіями, які використовуються на підґрунті різних психологічних напрямків.	2
6.	Тренінг у традиціях біхевіоризму та психоаналізу.	6
7.	Тренінг у методології когнітивної та гуманістичної психології.	4
8.	Роль психолога-тренера в організації групового процесу.	4
9.	Динаміка групового процесу, подолання опору окремих членів групи чи всієї групи.	2
	<b>Разом</b>	<b>34</b>

**Орієнтовна тематика індивідуальних завдань (не передбачено)**

### **Оцінювання освітніх досягнень здобувачів вищої освіти**

#### **Засоби оцінювання**

Засобами оцінювання та методами демонстрування результатів навчання є: екзамен, реферати, презентації результатів виконаних завдань.

Оцінювання рівня освітніх досягнень здобувачів за освітніми компонентами, здійснюється за 100-бальною шкалою, що використовується в НУЦЗ України з переведенням в оцінку за рейтинговою шкалою - ЄКТС та в 4-бальну шкалу.

### **Таблиця відповідності результатів оцінювання знань з навчальної**

## дисципліни за різними шкалами

За 100-бальною шкалою, що використовується в НУЦЗ України	За рейтинговою шкалою (ЄКТС)	За 4-бальною шкалою
90–100	A	відмінно
80–89	B	добре
65–79	C	
55–64	D	задовільно
50–54	E	
35–49	FX	незадовільно
0–34	F	

### Критерії оцінювання

#### Форми поточного та підсумкового контролю

Поточний контроль результатів навчання здобувачів освіти проводиться у формі фронтального та індивідуального опитування, виконання письмових завдань, контрольної роботи тощо. Підсумковий контроль проводиться у формі екзамену.

#### Розподіл та накопичення балів, які отримують здобувачі, за видами навчальних занять та контрольними заходами з дисципліни

Вид навчальної роботи		Кількість	Максимальний бал за вид навчальної роботи	Загальна максимальна сума балів
<b>I. Поточний контроль</b>				
Модуль № 1	Лекції	3	0	0
	Семінари	0	0	0
	Практичні заняття*	9	3	27
	Модульна контрольна робота*	1	10	10
Разом за модуль № 1				37
Модуль № 2	Лекції	2	0	0
	Семінари	0	0	0
	Практичні заняття*	8	3	24
	Модульна контрольна робота*	1	10	10
Разом за модуль № 2				34
Разом за поточний контроль				71
II. Індивідуальна самостійна робота				10
III. Письмовий екзамен				29

*Поточний контроль* проводиться на кожному практичному занятті. Він передбачає оцінювання теоретичної підготовки здобувачів вищої освіти із зазначеної теми (у тому числі, самостійно опрацьованого матеріалу) під час роботи на семінарських заняттях та набутих навичок під час виконання завдань практичних робіт.

*Критерії поточного оцінювання знань здобувачів на практичному занятті (оцінюється в діапазоні від 0 до 3 балів):*

3 бали – завдання виконане в повному обсязі, відповідь вірна, наведено аргументацію, використовуються професійні терміни.

2 бали – завдання виконане, але обґрунтування відповіді недостатнє.

1 бали – завдання виконане частково, допущено значні помилки.

0 балів – завдання не виконане.

Викладачем оцінюється повнота розкриття питання, цілісність, системність, логічна послідовність, вміння формулювати висновки, самостійність виконання.

*Модульна контрольна робота* є складовою поточного контролю і здійснюється через виконання письмової роботи під час проведення останнього практичного (семінарського) заняття в межах окремого залікового модуля.

Кожен варіант модульної контрольної роботи складається з трьох питань: теоретичного та практичних завдань. Розв'язання практичних завдань повинно містити: ретельний аналіз ситуації; гіпотезу стосовно проблематики тренінгу, який потрібно застосувати у ситуації; методологічну основу конкретного тренінгу; технології, які потрібно застосувати у тренінгу.

*Критерії оцінювання знань здобувачів при виконанні контрольних робіт (оцінюється в діапазоні від 0 до 10 балів):*

10 балів – вірно виконано всі три завдання з дотриманням всіх вимог до виконання;

8-9 балів – вірно виконано всі три завдання, але недостатнє обґрунтування відповіді, допущені незначні граматичні чи стилістичні помилки;

5-7 балів – розв'язано два завдання;

1-4 бали – розв'язане одне завдання;

0 балів – відповідь відсутня.

*Індивідуальна самостійна робота* є однією з форм роботи здобувача, яка передбачає створення умов для повної реалізації його творчих можливостей, застосування набутих знань на практиці.

Здобувачу вищої освіти необхідно обрати один з напрямків та самостійно розробити програму соціально-психологічного тренінгу. Результати дослідження оформити звітом у формі презентації програми тренінгу.

*Критерії оцінювання індивідуальної самостійної роботи здобувачів (оцінюється в діапазоні від 0 до 10 балів):*

10 балів – самостійна робота здобувачем виконана в повному обсязі;

9 балів – робота виконана в повному обсязі, але допущені незначні



ПОМИЛКИ;

8 балів – робота виконана майже на 90% від загального обсягу;

7 балів – обсяг виконаних завдань становить від 80% до 89% від загального обсягу;

6 балів – здобувач виконав лише від 70% до 79% від загального обсягу;

5 балів – обсяг виконаної роботи становить від 50% до 69% від загального обсягу;

4 бали – виконана частина роботи складає від 40% до 49% від загального обсягу;

3 бали – складає від 20% до 39% від загального обсягу;

2 бали – обсяг виконаних завдань складає від 10% до 19% від загального обсягу;

1 бал – в цілому обсяг виконаних завдань складає менше 10% від загального обсягу;

0 балів – завдання передбачене на індивідуальну самостійну роботу здобувачем не виконане.

Викладачем оцінюється понятійний рівень здобувача, логічність та послідовність під час відповіді, самостійність мислення, впевненість в правоті своїх суджень, вміння виділяти головне, вміння встановлювати міжпредметні та

внутрішньо-предметні зв'язки, вміння робити висновки, показувати перспективу розвитку ідеї або проблеми, відсоток унікальності та запозичення текстового документу (плагіат), уміння публічно чи письмово представити звітний матеріал.

*Перелік рекомендованих завдань для індивідуальної самостійної роботи здобувачів вищої освіти:*

Здобувачам вищої освіти у якості завдання для індивідуальної самостійної роботи пропонується створити програму соціально-психологічного тренінгу, бажано за темою дипломної роботи, за допомогою якої передбачається корекція (розвиток, формування) певних психологічних якостей, які цього потребують, у досліджуваних.

*Підсумковий контроль* успішності проводиться з метою оцінки результатів навчання на завершальному етапі у формі екзамена.

*Критерії оцінювання знань здобувачів на екзамені (оцінюється від 0 до 29 балів):*

25-29 балів – здобувач у повному обсязі володіє навчальним матеріалом, глибоко та всебічно розкрив зміст теоретичного питання, правильно розв'язав усі практичні завдання з повним дотриманням вимог до виконання;

20-24 бали – здобувач достатньо повно володіє навчальним матеріалом, в основному розкрив зміст теоретичного питання. При наданні відповіді на деякі питання не вистачає достатньої глибини та аргументації, при цьому є несуттєві неточності та незначні помилки. Правильно вирішено всі практичні завдання;

15-20 балів – здобувач в цілому володіє навчальним матеріалом, але без глибокого всебічного аналізу, обґрунтування та аргументації, допускає окремі суттєві неточності та помилки. Правильно вирішено два завдання;

7-14 балів – здобувач не в повному обсязі володіє навчальним матеріалом.

Недостатньо розкриті зміст теоретичного питання та практичних завдань, допускає суттєві неточності. Правильно вирішено одне завдання, інші – частково;

1-6 балів – частково володіє навчальним матеріалом, відповіді загальні, допущено при цьому суттєві помилки. Частково вирішено практичне завдання;

0 балів – не володіє навчальним матеріалом та не в змозі його викласти, не розуміє змісту теоретичного питання та практичних завдань. Не вирішив жодного завдання.

*Перелік теоретичних питань для підготовки до екзамена:*

1. Дайте визначення тренінгу.
2. Охарактеризуйте основні процедури психодрами.
3. Проаналізуйте особливості управління фокус-групою.
4. Дайте класифікацію тренінгових груп.
5. Визначте мету психодрами.
6. Охарактеризуйте ролі учасників фокус-груп.
7. Охарактеризуйте ролеві функції членів групи.
8. Дайте характеристику основних вправ, використовуваних у психодрамі.
9. Визначте специфіку мотиваційного тренінгу.

10. Охарактеризуйте групові норми в тренінгу.
11. Дайте характеристику основних фаз розвитку психодрами.
12. Визначте специфіку тренінгу особистісного росту.
13. Охарактеризуйте стилі керівництва тренінговою групою.
14. Дайте характеристику основних методик, які використовуються в процесі психодраматичної дії.
15. Визначте специфіку комунікативного тренінгу.
16. Охарактеризуйте етапи розвитку тренінгової групи.
17. Дайте характеристику груп тілесної терапії.
18. Визначте особливості створення тренінгових програм для підрозділів ДСНС.
19. Опишіть структуру тренінгу.
20. Охарактеризуйте основні поняття тілесної терапії.
21. Визначте можливості використання групової психотерапевтичної роботи для клієнтів з ПТСР.
22. Опишіть процедуру створення сценарію заняття.
23. Визначте основні процедури тілесної терапії.
24. Дайте характеристику вікових, статевих, соціальних та інших обмежень для участі в тренінгу.
25. Опишіть різницю між психогімнастикою, розминкою і діагностичними вправами.
26. Визначте основні вправи, використовувані в тілесній терапії.
27. Проаналізуйте критерії ефективності тренінгової роботи.
28. Дайте характеристику Т-груп.
29. Визначте особливості груп арт-терапії.
30. Визначте вимоги до професійної підготовки керівника тренінгової групи.
31. Опишіть елементи учбового циклу в Т-групах.
32. Охарактеризуйте основні поняття арт-терапії.
33. Охарактеризуйте основні процедури в Т-групах.
34. Проаналізуйте основні процедури арт-терапії.
35. Визначте специфіку тренінгу вирішення конфліктів.
36. Проаналізуйте особливості поведінки керівника Т-груп.
37. Охарактеризуйте психодинамічну арт-терапію.
38. Визначте особливості тренінгу управлінських умінь.
39. Проаналізуйте мету Т-груп.
40. Охарактеризуйте особливості гуманістичної арт-терапії.
41. Визначте характеристику тренінгу організаційного розвитку.
42. Охарактеризуйте основні вправи, використовувані в Т-групах.
43. Проаналізуйте основні вправи, використовувані в арт-терапії.
44. Визначте особливості тренінгу командоутворення.
45. Дайте характеристику інкаунтер-груп.
46. Визначте особливості роботи груп трансактного аналізу.
47. Проаналізуйте особливості тренінгу лідерства.

48. Дайте визначення основним поняттям інкаунтер-груп.
49. Охарактеризуйте процедуру аналізу трансакцій.
50. Визначте особливості тренінгу ефективної самопрезентації.
51. Визначте роль керівника інкаунтер-груп.
52. Проаналізуйте основні типи трансакцій.
53. Дайте характеристику тренінга управління агресією.
54. Визначте основні процедури інкаунтер-груп.
55. Проаналізуйте процедуру аналізу життєвого сценарію.
56. Опишіть особливості тренінгу публічного виступу.
57. Визначте мету інкаунтер-груп.
58. Проаналізуйте сценарні послання і батьківське програмування.
59. Опишіть специфіку тренінгу міжкультурної комунікації.
60. Дайте характеристику основних вправ, які використовуються в інкаунтер-групах.
61. Опишіть процедуру аналізу ігор в групах трансактного аналізу.
62. Визначте особливості когнітивно-орієнтованого тренінгу толерантності.
63. Дайте характеристику гештальт-груп.
64. Визначте практику і прикладні аспекти трансактного аналізу.
65. Опишіть особливості адаптаційного тренінгу для першокурсників.
66. Проаналізуйте основні поняття гештальт-груп.
67. Визначте роль керівника в групах трансактного аналізу.
68. Охарактеризуйте особливості мотивуючих дій на членів тренінгової групи.
69. Визначте роль керівника гештальт-груп.
70. Опишіть особливості структурного аналізу, аналізу трансакцій і ігор в рамках тренінгового процесу.
71. Дайте характеристику типових помилок керівника тренінгової групи.
72. Проаналізуйте основні процедури гештальт-груп.
73. Опишіть сценарний аналіз в груповому процесі.
74. Визначте принципи побудови анкети зворотного зв'язку.
75. Охарактеризуйте особливості тренінгу згуртованості.
76. Охарактеризуйте можливості використання СПТ в навчальному процесі.
77. Визначте підходи до тренінгу тренерів.
78. Визначте функції модератора фокус-групи.
79. Опишіть ключові стадії розробки тренінгової програми.
80. Визначте специфіку ко-тренерства.

### **Політика викладання навчальної дисципліни**

1. Активна участь в обговоренні навчальних питань, попередня підготовка до практичних занять за рекомендованою літературою, якісне і своєчасне виконання завдань.
2. Сумлінне виконання розкладу занять з навчальної дисципліни (здобувачі вищої освіти, які запізнилися на заняття, до заняття не допускаються).
3. З навчальною метою під час заняття мобільними пристроями

дозволяється користуватися тільки з дозволу викладача.

4. Здобувач вищої освіти має право дізнатися про кількість накопичених балів у викладача навчальної дисципліни та вести власний облік цих балів.

5. При виконанні індивідуальної самостійної роботи до захисту допускаються реферати, які містять не менше 60 % оригінального тексту при перевірці на плагіат, есе – 70 %.

81.

### **Список рекомендованої літератури**

#### **Базова**

1. Афанасьєва Н.Є., Перелигіна Л.А. Теоретико-методологічні основи соціально-психологічного тренінгу: навчальний посібник. Харків : НУЦЗУ, 2015. – 320 с.

#### **Допоміжна**

1. Лефтеров В. О. Психологічні тренінгові технології в органах внутрішніх справ : [монографія : в 2-х т] / В. О. Лефтеров. – Донецьк : ДЮІ, 2008. – Т. I. : Методологія психотренінгу та його використання у професійно-психологічному розвитку персоналу, задіяного в екстремальних видах діяльності / В. О. Лефтеров. – 2008. – 242 с.

2. Лефтеров В. О. Психотренінг в ОВС : практичний досвід, організація проведення та перспективи подальшого впровадження / В. О. Лефтеров. – 2008. Т. II. – 286 с.

Розробник:

Начальник кафедри  
психології діяльності  
в особливих умовах



Ліна ПЕРЕЛИГІНА