



Центральноукраїнський  
державний  
педагогічний  
університет  
імені Володимира  
Винниченка

## Силабус навчальної дисципліни

**Назва дисципліни** Технологія соціально-психологічного тренінгу

**Статус дисципліни** вибірковий компонент

<b>Галузь знань</b>	05 Соціальні та поведінкові науки			
<b>Спеціальність</b>	053 Психологія			
<b>Освітня програма</b>	Психологія (практична психологія)			
<b>Рівень вищої освіти</b>	Перший бакалаврський			
<b>Форма навчання</b>	Денна, заочна			
<b>Курс</b>	IV			
<b>Семестр</b>	VII			
<b>Обсяг дисципліни</b>	Кредити	3	Години	90
	Лекційні		Д.ф.- 8 год	
	Практичні/семінарські			
	Лабораторні		Д.ф. -32 год З.ф.- 6 год	
	Самостійна робота		Д.ф. -50 год З.ф.- 84 год	
<b>Семестровий контроль</b>	Залік			
<b>Викладач</b>	Калашникова Людмила Володимирівна, старший викладач кафедри психології та соціальної роботи			
<b>Контактна інформація</b>	L.V.Kalashnykova@cuspu.edu.ua			
<b>Кафедра</b>	Психології та соціальної роботи			
<b>Факультет</b>	педагогіки, психології та мистецтв			
<b>Предмет навчання</b>	Курс спрямований на узагальнення та систематизацію знань студентів про сутність, різновиди, особливості проведення та переваги застосування соціально-психологічного тренінгу під час роботи з клієнтами. Поруч із системою теоретичних знань про соціально-психологічний тренінг, студенти вчать скласти програми СПТ та реалізовувати їх на практиці.			
<b>Мета курсу</b>	Метою курсу є ознайомлення студентів із предметом, специфікою та основною проблематикою навчальної дисципліни «Технологія соціально-психологічного тренінгу»; розширення та систематизація знань щодо специфіки проведення основних різновидів соціально-психологічних тренінгів; розвиток уміння скласти програми СПТ та успішно реалізовувати їх на практиці.			
<b>Компетентності</b>	Під час вивчення курсу у студентів формуються наступні загальні компетентності: ЗК 1. Здатність застосовувати набуті знання у практичних ситуаціях професійної діяльності.			

	<p>ЗК 2. Знання та розуміння предметної області та специфіки професійної діяльності психолога.</p> <p>ЗК 3. Навички використання інформаційних і комунікаційних технологій.</p> <p>ЗК 4. Здатність вчитися і оволодівати сучасними знаннями.</p> <p>ЗК 5. Здатність бути критичним і самокритичним.</p> <p>ЗК 6. Здатність приймати обґрунтовані рішення.</p> <p>ЗК 8. Навички міжособистісної взаємодії, здатність працювати в команді.</p> <p><b>Під час вивчення курсу «Технології соціально-психологічного тренінгу» формуються наступні фахові компетентності:</b></p> <p>СК 1. Здатність оперувати категоріально-понятійним апаратом психології.</p> <p>СК 2. Здатність до ретроспективного аналізу вітчизняного та зарубіжного досвіду розуміння природи виникнення, функціонування та розвитку психічних явищ.</p> <p>СК 3. Здатність до розуміння природи поведінки, діяльності та вчинків.</p> <p>СК 4. Здатність самостійно збирати та критично опрацьовувати, аналізувати та узагальнювати психологічну інформацію з різних джерел.</p> <p>СК 8. Здатність організовувати та надавати психологічну допомогу (індивідуальну та групову).</p> <p>СК 10.. Здатність дотримуватися норм професійної етики.</p> <p>СК 11. Здатність до особистісного та професійного самовдосконалення, навчання та саморозвитку.</p>
<p><b>Програмні результати</b> (Чому можна навчитися)</p>	<p><b>У результаті вивчення навчальної дисципліни студенти зможуть:</b></p> <p>ПР1. Аналізувати та пояснювати психічні явища, ідентифікувати психологічні проблеми та пропонувати шляхи їх розв'язування.</p> <p>ПР 2. Розуміти закономірності та особливості розвитку і функціонування психічних явищ в контексті професійних завдань.;</p> <p>ПР 3. Здійснювати пошук інформації з різних джерел, у тому числі з використанням інформаційно-комунікативних технологій, для вирішення професійних завдань.</p> <p>ПР 4. Обґрунтовувати власну позицію, робити самостійні висновки за результатами власних досліджень і аналізу літературних джерел.</p> <p>ПР 6. Формулювати мету, завдання дослідження, володіти навичками збору первинного матеріалу, дотримуватися процедури дослідження.</p> <p>ПР 8. Презентувати результати власних досліджень усно/письмово для фахівців та нефаківців.</p>

	<p>ПР 9. Пропонувати власні способи вирішення психологічних задач і проблем у процесі професійної діяльності, приймати та аргументувати власні рішення щодо їх розв'язання.</p> <p>ПР 10. Формулювати думку логічно, доступно, дискутувати, обстоювати власну позицію, модифікувати висловлювання відповідно до культуральних особливостей співрозмовника.</p> <p>ПР 12. Складати та реалізовувати програму психопрофілактичних та просвітницьких дій, заходів психологічної допомоги у формі лекцій, бесід, круглих столів, ігор, тренінгів, тощо.</p> <p>ПР 13. Взаємодіяти, вступати у комунікацію, бути зрозумілим, толерантно ставитися до осіб, які мають інші культурні чи гендерно-вікові відмінності.</p> <p>ПР 14. Ефективно виконувати різні ролі в команді у процесі вирішення фахових завдань, у тому числі демонструвати лідерські якості.</p> <p>ПР 15. Відповідально ставитися до професійного самовдосконалення, навчання та саморозвитку.</p> <p>ПР 16. Знати, розуміти та дотримуватися етичних принципів професійної діяльності психолога.</p> <p>ПР 17. Демонструвати соціально відповідальну та свідому поведінку, слідувати гуманістичним та демократичним цінностям у професійній та громадській діяльності.</p>
<p><b>Зміст дисципліни</b></p>	<p><b>Змістовий модуль 1. Соціально-психологічний тренінг як науковий феномен.</b></p> <p>Тема 1. Історія розвитку групових методів психотерапії та практичної психології.</p> <p>Тема 2. Соціально-психологічний тренінг як метод практичної психології.</p> <p><b>Змістовий модуль 2. Психологічні особливості тренінгової групи.</b></p> <p>Тема 3. Тренінгова група під час проведення соціально-психологічного тренінгу.</p> <p>Тема 4. Загальні тренінгові методи та особливості їх використання під час проведення СПТ.</p> <p>Тема 5. Основні етапи розвитку тренінгової групи під час проведення соціально-психологічного тренінгу</p> <p><b>Змістовий модуль 3. Основні підходи соціально-психологічного тренінгу та їх характеристика.</b></p> <p>Тема 6. Класифікація та основні види тренінгових груп.</p> <p>Тема 7. Ведучий тренінгової групи.</p> <p>Тема 8. Своєрідність основних видів соціально-психологічного тренінгу.</p>
<p><b>Критерії оцінювання роботи студентів</b></p>	<p><b>Під час проведення лабораторних занять здійснюється поточний контроль студентів.</b> Завданням поточного контролю є перевірка розуміння та засвоєння певної частини учбового матеріалу, рівня сформованості навичок, умінь самостійно</p>

опрацьовувати навчальний матеріал, здатності осмислити зміст теми.

Об'єктами поточного контролю знань студента є систематичність та активність роботи на заняттях; виконання завдань для самостійної роботи. Оцінюванню можуть підлягати: рівень знань, продемонстрований у відповідях та під час написання контрольних робіт на лабораторних заняттях; активність під час проведення тренінгових вправ та результати тестування.

**Критерії оцінювання роботи студентів денної форми навчання на лабораторних заняттях:**

5 балів - студент повністю засвоїв навчальний матеріал, логічно викладає його, пов'язуючи з вивченим раніше, бачить міжпредметні зв'язки, наводить аргументи, робить посилання на літературу. Обов'язковим є використання матеріалу, який пропонується для самостійного вивчення. Студент робить висновки, висловлює гіпотези, дискутує. Під час проведення тренінгових вправ дає чітку інструкцію та керує процесом їх проведення. Активно приймає участь у тренінгових вправах, які пропонують інші учасники тренінгової групи.

4 бали - студент засвоїв матеріал, вільно викладає його, наводить приклади, однак допускає незначні помилки та неточності. Активно приймає участь під час тренінгової роботи, однак, під час проведення тренінгових вправ допускає незначні помилки під час інструкції.

3 бали - студент засвоїв навчальний матеріал на репродуктивному рівні, відтворює його не завжди логічно, припускається помилок. Не завжди долучається до проведення тренінгових вправ та допускає помилки під час їх проведення.

Максимальна кількість балів, яку студент заочної форми навчання може одержати на лабораторному занятті – 10 балів.

**Критерії оцінювання ІНДЗ (програми соціально-психологічного тренінгу) для студентів денної та заочної форми навчання:**

*20 балів для д.ф. та 50 балів для з.ф.* одержує студент за програму СПТ, де у вступній частині чітко сформульовано мету, задачі, особливості проведення СПТ, розкрито понятійний інструментарій, вказано на вік учасників, кількість та тривалість тренінгових занять. Розроблено план-схему 5-7 зустрічей. Кожна зустріч має вступну, основну та заключну частини.

Тренінгові вправи відповідають меті тренінгу та віковим особливостям учасників СПТ. До кожної вправи пропонуються чіткі інструкції.

*15 балів для д.ф. та 40 балів для з.ф.* одержує студент за програму СПТ, що має чітку вступну частину. Тренінгові вправи відповідають меті, задачам СПТ та відповідають вікові учасників тренінгової групи, однак інструкції, що їх супроводжують, є недостатньо чіткими. Структура кожного тренінгового дня

відповідає вимогам, однак іноді спостерігається епізодична нелогічність під час побудови тренінгових днів. Творчий характер роботи відсутній. Оформлення програми СПТ згідно вимог.

**10 балів для д.ф. та 30 балів для з.ф.** одержує студент за програму СПТ, яка має вступну частину, однак не всі вправи відповідають меті тренінгу та вікові його учасників. Крім того в програмі СПТ зустрічаються деякі вправи, які не мають мети або чіткої інструкції. Структура кожного тренінгового дня має вступну, основну та заключну частини, однак спостерігається нелогічність у побудові 1-2 тренінгових днів. Творчий характер роботи відсутній. Оформлення програми СПТ згідно вимог.

**5 балів для д.ф. та 20 балів для з.ф.** одержує студент, який розробив програму СПТ, що включає вступну частину, в якій відсутній понятійний інструментарій. Лише половина тренінгових вправ відповідають меті, задачам СПТ та вікові учасників тренінгу. Не всі вправи, що включені до програми СПТ, мають мету та інструкцію проведення. Структура не кожного тренінгового дня включає вступну, основну та заключну частини. Спостерігається порушення логіки побудови 3-4 тренінгових днів. Творчий характер роботи відсутній. Оформлення програми СПТ з помилками.

**10 балів для з.ф.** одержує студент, який розробив програму СПТ, що включає вступну частину, в якій відсутній понятійний інструментарій. Менша частина тренінгових вправ відповідають меті, задачам СПТ та вікові учасників тренінгу. Більшість вправ, що включені до програми СПТ, не мають мети та інструкції проведення. Структура не кожного тренінгового дня включає вступну, основну та заключну частини. Спостерігається порушення логіки побудови 4-5 тренінгових днів. Творчий характер роботи відсутній. Оформлення програми СПТ з помилками.

#### **Підсумковий контроль.**

Завданням підсумкового контролю є перевірка розуміння студентом програмного матеріалу в цілому, логіки та взаємозв'язків між окремими розділами, здатності творчого використання накопичених знань, уміння складати програми СПТ та реалізовувати їх на практиці.

Підсумковий контроль проводиться для студентів заочної форми навчання на останньому лабораторному занятті курсу й включає всі теми, які розглядалися під час лекційних, лабораторних занять та виносилися на самостійне опрацювання. Форма проведення підсумкового контролю під час вивчення навчальної дисципліни «Технологія соціально-психологічного тренінгу» - комплексна письмова модульна контрольна робота та комплексне тестування.

До підсумкового контролю допускаються всі студенти незалежно від результатів поточного контролю. Максимальна

	<p>кількість балів за написання підсумкової контрольної роботи -15 балів, за тестування – 5 балів для студентів заочної форми навчання.</p> <p>Оцінка тестових завдань здійснюється за чотирибальною шкалою: 5 балів нараховується за 100-90 % правильних відповідей; 4 бали – 89-75% правильних відповідей; 3 бали -74-60% правильних відповідей; 0 балів – 74-60% правильних відповідей.</p> <p><b>З навчальної дисципліни «Технологія соціально-психологічного тренінгу» в кінці семестру проводиться залік.</b> Підсумкова кількість балів з навчальної дисципліни (максимум 100 балів) визначається як сума балів поточного, підсумкового контролю та балів, які одержали студенти за розробку й презентацію розроблених програм соціально-психологічних тренінгів.</p> <p>В кінці семестру обраховується сумарний результат семестрового контролю в балах, який переводиться в дворівневу шкалу «зараховано» - «не зараховано» за шкалою ЄКТС. Результат складеного заліку викладач заносить у відомість обліку успішності студентів та залікові книжки студентів.</p> <p>У випадку, якщо студент отримав менше 60 балів за результатами семестрового контролю, він здійснює перескладання заліку для ліквідації академічної заборгованості. Перескладання заліку допускається в терміни, визначені деканатом факультету педагогіки, психології та мистецтв.</p>
<p><b>Політика курсу</b></p>	<p><b>Політика відвідування і подання виконання завдань.</b></p> <p>Під час вивчення навчальної дисципліни «Технологія соціально-психологічного тренінгу» студенти мають відвідувати лекційні та лабораторні заняття.</p> <p>Під час проведення лабораторних занять академічна група студентів ділиться на дві підгрупи. На лабораторних заняттях студенти приймають участь в обговоренні теоретичних питань навчального курсу, пишуть контрольні роботи, вирішують тестові завдання, виявляють активність під час проведення тренінгових вправ одногрупниками та пробують себе в ролі тренера тренінгової групи.</p> <p>Одним із важливих практичних завдань курсу є розвиток у студентів уміння складати програми СПТ за обраними темами та реалізовувати їх на практиці.</p> <p>Індивідуальне навчально-дослідне завдання з навчальної дисципліни «Технологія соціально-психологічного тренінгу» передбачає розробку програми соціально-психологічного тренінгу за обраною темою. Розробка програми СПТ виступає видом самостійної навчальної роботи студентів</p> <p>Виконання індивідуального навчально-дослідного завдання передбачає: поглиблене вивчення особливостей проведення одного із видів соціально-психологічного тренінгу за рахунок</p>

	<p>узагальнення та систематизації наукової літератури, що стосується обраної проблеми; підбір тренінгових вправ; розробку програми соціально-психологічного тренінгу, що має складатися з 5-7 зустрічей; презентацію розробленого СПТ.</p> <p>Обсяг індивідуального навчально-дослідного завдання – 15-20 друкованих сторінок формату А-4 (210-297мм). Програма СПТ подається на початку жовтня.</p> <p>Вимоги до оформлення програми соціально-психологічного тренінгу:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Виконання завдання з використанням комп'ютера.</li> <li>2. Дотримання вимог до структури програми СПТ.</li> </ol> <p>У програмі соціально-психологічного тренінгу мають бути відображені наступні моменти:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Вступна частина, що має включати мету, задачі, особливості проведення соціально-психологічного тренінгу, понятійний інструментарій, кількість тренінгових днів, тривалість кожного заняття, вік учасників тренінгової групи.</li> <li>2. План-схема кожного тренінгового дня.</li> <li>3. Основна частина, що включає 5-7 тренінгових занять. Структура кожного тренінгового дня має включати вступну, основну та заключну частини. Логіка побудови кожного тренінгового дня має відповідати меті СПТ. Кожна вправа повинна мати мету, чітку інструкцію, особливості проведення та має бути спрямована на контингент певної вікової групи. Після кожної вправи необхідно проводити рефлексію.</li> <li>4. Висновки щодо ефективності розробленого СПТ.</li> <li>5. Список використаної літератури.</li> <li>6. Додатки.</li> </ol> <p>Презентація програми соціально-психологічного тренінгу студентами денної та заочної форми навчання відбувається серед одногрупників, яким пропонується інформація про своєрідність обраного виду СПТ та три тренінгові вправи, які розкривають сутність обраного виду соціально-психологічного тренінгу. Під час роботи над ІНДЗ треба пам'ятати про академічну доброчесність.</p>
<p><b>Інформаційне забезпечення</b></p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1.. <a href="http://www.mon.gov.ua/">http://www.mon.gov.ua/</a> – офіційний сайт Міністерства освіти і науки, молоді та спорту України;</li> <li>2. <a href="http://www.students.net.ua">www. students.net.ua</a> -український освітній портал для студентства</li> <li>3. <a href="http://www.udl.org.ua">www.udl.org.ua</a> – українська система дистанційного навчання</li> <li>4. <a href="http://www.nbu.gov.ua">www.nbu.gov.ua</a>- сайт бібліотеки ім. В. Вернадського</li> <li>5. <a href="http://www.dnrb.gov.ua/">http://www.dnrb.gov.ua/</a> – сайт Державної науково-педагогічної бібліотеки України імені В.О. Сухомлинського</li> </ol> <p><b>Базова література:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Білова М.Е. Навчально-методичний посібник з спецкурсу «Соціально-психологічний тренінг»</li> </ol>

[http://fs.onu.edu.ua/clients/client11/web11/metod/imem/metod\\_spt.pdf](http://fs.onu.edu.ua/clients/client11/web11/metod/imem/metod_spt.pdf)

2. Блінов О.А. Особливості організації проведення психологічного тренінгу. *Вісник*: зб. наук статей Київського міжнародного університету. Серія: Психологічні науки. Випуск 12. К.:КиМУ, 2008. С.9-23..
3. Вачков И.В. Введение в тренинговые технологии. Психологическое сопровождение выбора профессии /под ред. Л.М. Митиной. М.: Московский психолого-социальный институт Флинта, 1998. С. 66-78.
4. Вачков И.В. Психологический тренинг: методология и методика проведения. М.: ЭКСМО, 2010. 187 с.
5. Вачков И. Основы технологии группового тренинга. Психотехники: учебное пособие. М.: Изд-во «Ось – 89», 1999. 176 с.
6. Вачков И.В., Дерябо С.Д. Окна в мир тренинга. Методические основы субъективного подхода к групповой работе. СПб.: Речь, 2004. 272 с..
7. Долинська Л.В., Темрук О.В. Тренінг особистісно–професійної зрілості. Київ: Марич, 2010. 128 с.
8. Джонсон Девід В. Соціальна психологія : тренінг міжособистісного спілкування. Київ : Вид. дім «КМ Академія», 2003. 288 с.
9. Карамушка Л.М. Психологічні тренінги для підготовки менеджерів та персоналу освітніх організацій (реалізація технологічного підходу): навчальний посібник. Київ: Інститут психології імені Г.С. Костюка НАПН України, 2022. 144 с.
10. Карпенко Є.В. Основи психотренінгу: навч. посібник. Дрогобич, 2015. 78 с.
11. Мілютіна К. Л. Теорія та практика психологічного тренінгу: навч. посіб. Київ, МАУП, 2004. 192 с.
12. Організація і методика соціально-педагогічного тренінгу : методичні рекомендації / уклад. О. М. Шевчук. Умань, 2010. 37с.
13. Приходько В. В. Соціально–психологічний тренінг як засіб формування комунікативної компетенції. *Вісник Львів. ун-ту*. 2005. Вип. 19. Ч.1. С. 182–188.
14. Яценко Т. С. Теорія і практика групової психокорекції. Активне соціально-психологічне навчання : навч. посібник . Київ: Вища шк., 2004. 679 с.

#### **Допоміжна література:**

1. Корольчук М.С., Крайнюк В.М. Соціально-психологічне забезпечення діяльності в звичайних та екстремальних умовах : навч. посіб. для студентів ВНЗ. Київ : Никацентр, 2006. 580 с.
2. Новосад С.О. Практичні заняття з розвитку творчих здібностей (тренінг, ігри, вправи, завдання): метод. посіб. Київ: КДІДПМД ім. К. Бочука, 2008. 48 с.
3. Пакуляк Г., Прокопович Є. Соціально-психологічний тренінг розвитку емпатійності як засіб соціалізації студентів



	<p>гуманітарного фахового спрямування. <i>Вісник Київського національного педагогічного університету імені Тараса Шевченка. Психологія. Педагогіка. Соціальна робота.</i> Вип. 3, К., 2012. С. 24-29.</p> <p>4.Смоляна Я. Просвітницький тренінг як метод формування критичного ставлення підлітків до засобів масової інформації. <i>Соціальний педагог.</i> 2005. № 2. С. 12–18.</p> <p>5.Страшко С. В. , Животовська Л. А., Гречишкіна О. Д., Міненко А. О., Савонова О. В., Гаврилюк В. О. Соціально-просвітницькі тренінги з формування мотивації до здорового способу життя та профілактики ВІЛ/СНІДу : навч.- метод. посіб. / за ред. Страшка С. В. Київ : Освіта України, 2006. 260 с.</p> <p>6.Технологія проведення тренінгів з формування здорового способу життя молоді /за ред. Г. М. Бевз, О. Г. Главник. Київ : УІСД, 2004. Кн. 1. 112 с.</p> <p>7.Федорчук В. М. Тренінг особистісного зростання : навч. посіб. Київ. : «Центр учбової літератури», 2014. 250 с.</p> <p>8. Філь О. В. Використання казкотерапевтичного тренінгу в професійній підготовці майбутніх соціальних педагогів. <i>Вісник Запорізького національного університету:</i> зб. наук. статей. Педагогічні науки. 2010. № 2 (13). С. 172–181.</p> <p>9.Цюман Т. П. Тренінг як інноваційна форма превентивної роботи з молоддю. <i>Наук. вісник Чернівецького університету.</i> Вип. 271. 2005. С. 181–184.</p>
<p><b>Матеріально-технічне забезпечення</b></p>	<p><i>Аудиторія теоретичного навчання, проєктор, ноутбук, смартфон, наукова література, презентаційні матеріали</i></p>