

# СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ ТРЕНИНГ ПОДРОСТКОВ И СТАРШЕКЛАССНИКОВ

## 1. Цель освоения дисциплины

Формирование у будущих бакалавров психолого-педагогического образования представлений о возможностях социально-психологического тренинга как формы групповой работы с подростками и старшеклассниками.

## 2. Место дисциплины в структуре ОПОП

Дисциплина «Социально-психологический тренинг подростков и старшеклассников» относится к вариативной части блока дисциплин и является дисциплиной по выбору. Для освоения дисциплины «Социально-психологический тренинг подростков и старшеклассников» обучающиеся используют знания, умения, способы деятельности и установки, сформированные в ходе изучения дисциплин «Образовательные программы начальной школы», «Психология детей младшего школьного возраста», «Психология подросткового возраста», «Психолого-педагогическое взаимодействие участников образовательного процесса», «Общение и социализация подростка», «Психодиагностическая и психокоррекционная работа с младшими школьниками (с практикумом)», «Психологическая поддержка развивающего образования», «Психологическое сопровождение проектной деятельности подростков», «Психология семьи и семейного воспитания», «Психолого-педагогические основы учебной деятельности», «Супервизия в образовании и профессиональной деятельности психолога», прохождения практики «Педагогическая практика в детских оздоровительных лагерях».

## 3. Планируемые результаты обучения

В результате освоения дисциплины выпускник должен обладать следующими компетенциями:

- готовностью организовывать различные виды деятельности: игровую, учебную, предметную, продуктивную, культурно-досуговую (ОПК-5);
- способностью организовать совместную деятельность и межличностное взаимодействие субъектов образовательной среды (ОПК-6).

**В результате изучения дисциплины обучающийся должен:**

### *знать*

- основные понятия, относящиеся к классификации видов психологического тренинга;
- основные понятия, относящиеся к организации и процедуре проведения социально-психологического тренинга;
- специфику проведения развивающей работы с подростками и старшеклассниками;

### *уметь*

- классифицировать виды психологического тренинга;
- ориентироваться в способах оценки эффективности тренинга;
- выбирать соответствующие целям тренинга методы тренинговой работы;

### *владеть*

- критериями эффективности проведения тренинговых упражнений и интерактивных игр;
- культурой диалогического общения.

## 4. Общая трудоёмкость дисциплины и её распределение

количество зачётных единиц – 4,  
общая трудоёмкость дисциплины в часах – 144 ч. (в т. ч. аудиторных часов – 48 ч., СРС – 96 ч.),  
распределение по семестрам – 8,  
форма и место отчётности – аттестация с оценкой (8 семестр).

## **5. Краткое содержание дисциплины**

Психологический тренинг в свете основных психологических концепций.  
История развития групповых методов психотерапии и практической психологии.  
Классификация видов психологического тренинга.

Теоретические и методологические основания тренинговых практик..  
Психологический тренинг как форма психологической практики. Общее представление о психологическом тренинге. Специфические черты тренинга: соблюдение принципов групповой работы, нацеленность на психологическую помощь участникам группы в саморазвитии, наличие постоянной группы, акцент на взаимоотношениях участников группы, применение активных методов групповой работы, объективация субъективных чувств и эмоций, атмосфера психологической безопасности. Характеристики и особенности тренинговых групп. Групповые нормы и их роль для развития группы и отдельных участников. Процедура введения группо-вых норм. Ролевые позиции в группе. Классификации ролей в группе. Понятия «социальная роль» и «игровая роль». Групповая сплоченность. Факторы, способствующие групповой сплоченности. Причины снижения уровня групповой сплоченности. Групповая динамика в тренинговых группах. Основ-ные характеристики групповой динамики: цели и задачи группы, нормы группы, структура группы, групповая сплоченность, групповое напряжение. Стадии развития группы со спонтанной и управляемой динамикой. Характеристика и особенности тренинговых процедур. Критерии эффективности психологиче-ского тренинга. Групповая дискуссия. Игровые методы. Игра как пси-хотерапевтический метод. Использование игры на раз-ных стадиях групповой работы. Методы, направлен-ные на развитие социальной перцепции (вербальные и невербальные). Психологический тренинг как форма психоло-гической практики. Общее представление о психоло-гическом тренинге. Специфические черты тренинга: соблюдение принципов групповой работы, нацеленность на психологическую помощь участникам группы в саморазвитии, наличие постоянной группы, акцент на взаимоотношениях участников группы, применение активных методов групповой работы, объективация субъективных чувств и эмоций, атмосфера психологической безопасности. Характеристики и особенности тренинговых групп. Групповые нормы и их роль для развития группы и отдельных участников. Процедура введения группо-вых норм. Ролевые позиции в группе. Классификации ролей в группе. Понятия «социальная роль» и «игро-вая роль». Групповая сплоченность. Факторы, способствующие групповой сплоченности. Причины снижения уровня групповой сплоченности. Групповая динамика в тренинговых группах. Основ-ные характеристики групповой динамики: цели и задачи группы, нормы группы, структура группы, групповая сплоченность, групповое напряжение. Стадии развития группы со спонтанной и управляемой динамикой. Характеристика и особенности тренинговых процедур. Критерии эффективности психологиче-ского тренинга. Групповая дискуссия. Игровые методы. Игра как пси-хотерапевтический метод. Использование игры на раз-ных стадиях групповой работы. Методы, направлен-ные на развитие социальной перцепции (вербальные и невербальные).

Тренинговые практики в развивающей работе с подростками и старшеклассниками..  
Проектирование тренинговых программ. Этапы создания программ тренинга.  
Целеполагание. Модульное составление тренинговых программ. Подбор упражнений в соответствии с целями тренинга. Учет групповой динамики при составлении программы, подборе методов и упражнений. Технология использования вопросов. Коррекция и

доработка программы на основе супервизии. Коммуникативный тренинг с подростками и старшеклассниками. Тренинг толерантности для подростков и старшеклассников. Тренинг эффективного взаимодействия детей и родителей. Тренинг развития групповой сплоченности. Тренинг уверенного поведения для подростков и старшеклассников. Тренинг лидерства для подростков и старшеклассников.

## **6. Разработчик**

Юрина Елена Александровна, старший преподаватель кафедры психологии образования и развития,

Чумаков Игорь Витальевич, старший преподаватель кафедры психологии образования и развития.