

**МІНІСТЕРСТВО ВНУТРІШНІХ СПРАВ УКРАЇНИ**

**Харківський національний університет внутрішніх справ**

**Факультет № 3**

**Кафедра педагогіки та психології**

**ПРОГРАМА**

навчальної дисципліни **«СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНИЙ ТРЕНІНГ»**

вибіркових компонент

освітньої програми першого (бакалаврського) рівня вищої освіти

**053 «Психологія» (психолог ювенальної превенції)**

**Харків 2022**

**ЗАТВЕРДЖЕНО**

Науково-методичною радою  
Харківського національного  
університету внутрішніх справ  
Протокол від 19.05.2022 № 5

**СХВАЛЕНО**

Вченою радою факультету № 3  
Протокол від 18.05.2022 № 5

**ПОГОДЖЕНО**

Секцією науково-методичної ради  
з гуманітарних та соціально-  
економічних дисциплін ХНУВС  
Протокол від 19.05.2022 № 5

Розглянуто на засіданні кафедри педагогіки та психології  
(протокол від 10.05.2022 № 8)

**Розробники:**

Доцент кафедри педагогіки та психології факультету № 3 ХНУВС,  
кандидат психологічних наук, доцент – Доценко В.В.

**Рецензенти:**

1. Професор кафедри педагогіки та психології управління соціальними системами Національного технічного університету «ХПІ», кандидат психологічних наук, доцент – Попова Г.В.

2. Професор кафедри педагогіки та психології факультету № 3 ХНУВС,  
доктор психологічних наук, професор – Мілорадова Н.Е.

## ВСТУП

Програма вибіркової навчальної дисципліни складена відповідно до освітньо-професійної програми першого рівня вищої освіти підготовки бакалаврів за спеціальністю 053 «Психологія» (психолог ювенальної превенції)

**Предметом** вивчення навчальної дисципліни є соціально-психологічний тренінг (СПТ) як метод активного навчального, розвиваючого і корекційного впливу на особистість

**Міждисциплінарні зв'язки:** загальна психологія, психодіагностика, клінічна психологія, соціальна психологія, вікова психологія, основи практичної психології, кримінальна психологія, психологія сім'ї, психологія девіантної поведінки, основи психологічної корекційної, основи психотерапії, основи соціально-психологічної реабілітації.

Програма навчальної дисципліни складається з таких тем:

1. Загальна характеристика соціально-психологічного тренінгу як виду активного соціально-психологічного навчання.
2. Тренінг як інтерактивна форма соціально-психологічного навчання.
3. Організаційні основи СПТ. Підготовка ведучого СПТ.
4. Основні методи соціально-психологічного тренінгу.
5. Групова динаміка і її роль в процесі тренінгової роботи.
6. Принципи комплектації програм тренінгу. Різні види програм СПТ.
7. Форми організації групи при виконання тренінгових вправ.
8. Аналіз проектів учасників.

### 1. Мета та завдання навчальної дисципліни

1.1. Метою викладання навчальної дисципліни «Соціально-психологічний тренінг» є формування у здобувачів вищої освіти цілісного теоретичного уявлення про закономірності та теоретичні підходи щодо особливостей соціально-психологічних механізмів соціально-психологічного тренінгу; розвиток певних умінь використання методів і методик сучасної практичної психології в цілях організації та проведення соціально-психологічного тренінгу.

1.2. Основними завданнями вивчення дисципліни «Соціально-психологічний тренінг» є:

– опанування системою знань щодо основних теоретичних положень в межах основних психологічних шкіл відносно завдань, мети та сутності психологічного тренінгу; загальних принципів, етичних засад, структури та етапів його проведення; базових методів та особливостей групової динаміки та інш.;

– оволодіння уміннями управління тренінговим процесом, застосування різних тренінгових методів, відпрацювання навичок розробки тренінгових програм та самостійного проведення тренінгових занять.

1.3. Згідно з освітньою програмою здобувачі вищої освіти повинні:

**Знати:**

- базові поняття теорії соціально-психологічного тренінгу;
- історію розвитку групових методів психотерапії та практичної психології.
- класичні різновиди соціально-психологічного тренінгу;
- специфічні риси та парадігми тренінга;
- психологічні механізми впливу тренінгу на особистість;
- існуючі вимоги до особистості та професійної підготовки тренера;
- організаційні основи соціально-психологічного тренінгу;
- основні методи соціально-психологічного тренінгу;
- особливості та феномени групової динаміки й можливості її використання в тренінгу;
- принципи комплектації програм тренінгу;
- різні види програм соціально-психологічного тренінгу;
- форми організації групи при виконання тренінгових вправ;

**Вміти :**

- вільно володіти поняттями та категоріями, що розкривають суть предмету;
- проводити тренінгі різної спрямованості, з різним методологічним підґрунтям та для різних категорій замовників.
- орієнтуватися в сучасних формах групового соціально-психологічного тренінгу;
- розробляти програми соціально-психологічного тренінгу за визначеною тематикою;
- добирати відповідні методи проведення соціально-психологічного тренінгу;
- володіти рефлексією власної поведінки, самоспостереженням в контактах;
- управляти динамікою групи в процесі тренінгу;
- творчо підходити до вирішення навчальних ситуацій в процесі проведення тренінгу.

1.4. Форма підсумкового контролю (залік).

На вивчення навчальної дисципліни відводиться 120 годин/ 4,0 кредитів ECTS.

1.5. Програмні компетентності:

Програмні компетентності, які формуються при вивченні навчальної дисципліни : «Основи психологічного консультування»		
Інтегральна компетентність	Здатність розв'язувати складні спеціалізовані задачі та практичні проблеми у сфері психології, що передбачають застосування основних психологічних теорій та методів та характеризуються комплексністю і невизначеністю умов.	
Загальні компетентності	ЗК 1	Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях

(ЗК)	ЗК 2	Знання та розуміння предметної області та розуміння професійної діяльності
	ЗК 3	Навички використання інформаційних і комунікаційних технологій
	ЗК 4	Здатність вчитися і оволодівати сучасними знаннями.
	ЗК 5.	Здатність бути критичним і самокритичним
	ЗК 6	Здатність приймати обґрунтовані рішення
	ЗК 7	Здатність генерувати нові ідеї (креативність).
	ЗК 8.	Навички міжособистісної взаємодії
	ЗК 9	Здатність працювати в команді.
	ЗК 10	Здатність реалізувати свої права і обов'язки як члена суспільства, усвідомлювати цінності громадянського (вільного демократичного) суспільства та необхідність його сталого розвитку, верховенства права, прав і свобод людини і громадянина в Україні.
	ЗК 11	Здатність зберігати та примножувати моральні, культурні, наукові цінності і досягнення суспільства на основі розуміння історії та закономірностей розвитку.
Фахові (спеціальні) компетентності (ФК)	СК 1	Здатність оперувати категоріально-понятійним апаратом психології.
	СК 2	Здатність до ретроспективного аналізу вітчизняного та зарубіжного досвіду розуміння природи виникнення, функціонування та розвитку психічних явищ.
	СК 3	Здатність до розуміння природи поведінки, діяльності та вчинків.
	СК 4	Здатність самостійно збирати та критично опрацьовувати, аналізувати та узагальнювати психологічну інформацію з різних джерел
	СК 5	Здатність використовувати валідний і надійний психодіагностичний інструментарій
	СК 7	Здатність аналізувати та систематизувати одержані результати, формулювати аргументовані висновки та рекомендації
	СК 8	Здатність організовувати та надавати психологічну допомогу (індивідуальну та групову).
	СК 9	Здатність здійснювати просвітницьку та психопрофілактичну відповідно до запиту
	СК 10	Здатність здійснювати заходи організаційно-методичного забезпечення профорієнтації та

		профвідбору
	СК 11	Здатність до особистісного та професійного самовдосконалення, навчання та саморозвитку
	СК 12	Здатність оперувати категоріально-понятійним апаратом психології
	СК 13	Здатність і готовність забезпечувати дотримання прав і свобод дитини під час здійснення професійної діяльності.

## 2. Короткий опис змісту навчальної дисципліни

### Тема № 1. «Загальна характеристика соціально-психологічного тренінгу як виду активного соціально-психологічного навчання»

Тренінг в системі методів практичної психології. Історія розвитку групових методів психотерапії та практичної психології. Класичні різновиди СПТ: Т-групи (К. Левін), групи зустрічей (К. Роджерс), гештальт-групи, психодрама Я. Морено, транзактний аналіз в групі, тренінг умінь (М. Форверг). Концепція СПТ у вітчизняній психології: поняття перцептивно орієнтованого тренінгу (Л. Петровська), учбово-тренувальні групи, активні групові методи (Ю. Емельянов). Загальні уявлення про тренінг. Співвідношення понять: «групова психотерапія», «групова психокорекція», «психологічний тренінг», «навчання». Специфічні риси та парадигми тренінга.

### Тема № 2. «Тренінг як інтерактивна форма соціально-психологічного навчання»

Види тренінгів. Цільова аудиторія цілі та задачі тренінгу. Психологічні механізми впливу тренінгу на учасників: правила тренінгового простору, зворотний зв'язок і його види, рефлексивний аналіз, основні принципи проведення. Девід Колб про особливості навчання дорослих (модель для тренінгу). Методичні проблеми застосування психологічного тренінга. Роль тренінгів в поліції. Проведення аналізу потреб у навчанні: інструменти діагностики, методи збору та обробка інформації

### Тема №3 «Організаційні основи СПТ. Підготовка ведучого СПТ»

Маркетинг тренінгових послуг. Цілі тренінгової групи. Переваги групової форми психологічної роботи. Групові норми. Гомогенність і гетерогенність тренінгових груп. Комплектація груп. Якісний склад та кількісний склад тренінгових груп. Планування психологічного тренінгу. Варіанти тимчасового формату ведення тренінгу. Управління часом тренінгу. Поєднання планування і імпровізації. Баланс праці й відпочинку (кава-паузи, обід, куріння і т.п.). Посттренінгових заходи. Матеріально-технічне забезпечення тренінгу. Умови проведення тренінгу. Приміщення для проведення тренінгу, обладнання. Особливості використання технічного

забезпечення на тренінгу: дощок (фліп-чарт, пробкова, біла), проекторів, застосування відеокамери, диктофона, фотоапарата.

Юридичний та економічний аспекти проведення тренінгу: договір з організацією, оренда приміщення, сертифікація учасників; кошторис тренінгу і питання оплати психологічних тренінгових послуг. Оцінка ефективності соціально-психологічного тренінгу.

Вимоги до особистості ведучого. Особистісні якості. Система підготовки ведучого. Поняття стратегії ведення. Поняття тренерської манери. Вербальні та невербальні навички. Основні функції тренера. Головні ролі ведучого СПТ та їх характеристики. Стилi керування групою. Основні помилки ведення. Особливості ко-тренерства.

#### **Тема №4. «Основні методи соціально-психологічного тренінгу».**

Поняття методу в СПТ. Класифікація методів, що використовуються при проведенні СПТ. Групова дискусія як базова процедура в СПТ. Феномени гри в СПТ. Види, логіка та функції. Правила розробки авторської гри. Психогімнастика, її роль і функції в процесі СПТ. Психорисунок. Арт-методи. Метод кейсів. Ситуаційні завдання. Правила написання ситуативних завдань. Психологічні тренажери та вправи.

Діагностичні процедури СПТ. Анкетування в СПТ. Відеозйомка як діагностична процедура. Самоспостереження, рефлексія, застосування щоденника.

Вплив часу та простору на події та методи тренінгу. Методи роботи із минулими подіями. Тренінгові методи роботи із подіями, що сталися впродовж тренінгу. Тренінгові методи конструювання подій. Методичні матеріали в СПТ.

#### **Тема №5. «Групова динаміка і її роль в процесі тренінгової роботи».**

Феномени групової динаміки та можливості її використання в тренінгу. Етапи розвитку групи в тренінгу. Поняття фаз тренінгу: лабілізацій і навчання. Співвідношення стадій розвитку групи з фазами тренінгу. Динамічні перешкоди і їх нівелювання. Знайомство. Вправи-криголами. Рольові позиції в групі. «Важкі учасники». Емоційна атмосфера групи. Робота з агресією в тренінговій групі. Методи згуртування тренінгової групи. Енергія групи, можливості її підтримки. Етап стійкої працездатності. Ефективність і ефекти СПТ. Групова згуртованість

Особистісна динаміка учасників тренінгу. Зона найближчого розвитку учасників тренінгу. Стратегії поведінки тренера в групі СПТ. Робота із сильними почуттями, психотравмою в СПТ.

#### **Тема №6. «Принципи комплектації програм тренінгу. Різні види програм СПТ».**

Поняття програми СПТ. Типи програм. Етапи підготовки тренінгової програми. Загальний алгоритм тренінгового дня. Вправи на «розігрівання»

на початку тренінгового дня. Вправи-розминки. Основна гра. Констатаючі, навчальні, підсумкові ігри. Завершення тренінгового дня. Ритуали завершення тренінгу та його оформлення. Діагностичні процедури СПТ. Рольове розігрування на різних стадіях СПТ. Індивідуальне консультування за підсумками тренінгу. Програми: «Партнерське спілкування»; «Ефективна взаємодія в групі», «Конфлікт», «Професійна комунікативна компетентність працівників поліції». Поняття про сценарії СПТ. Співвідношення сценарію і програми СПТ

### **Тема №7. «Форми організації групи при виконанні тренінгових вправ».**

Командна і індивідуальна форми роботи з завданнями на тренінгу: «черепашка», «театр», інтерактивні ігри, психологічні «ярмарки» та «акції», інформаційний діалог, робота в мікрогрупах (трійках і парах), карусель. Технології прийняття рішень в групі: мозковий штурм. Божевільні сесії, сеанси позитивної діагностики. Рамка тренінгу: процедури початку та завершення СПТ. Місце діагностичних процедур. Посттренінгові процедури.

### **Тема №8. «Аналіз проектів учасників».**

Презентація тренінгових програм та їх аналіз. Обмін думками. Зворотній зв'язок. Супервезійне супроводження. Особливості застосування різноманітних тренінгових методів та форм проведення та організації групи при виконанні тренінгових вправ. Навички управління групової динамікою. Індивідуальне консультування за підсумками тренінгу. Організація процесу рефлексії індивідуальних досягнень учасників в процесі СПТ.

## **3. Рекомендована література (основна, допоміжна), інформаційні ресурси в інтернеті**

### **Основна:**

1. Афанасьєва Н.Є., Перелигіна Л. А Теоретико-методологічні основи соціально-психологічного тренінгу. 251 с. Навчальний посібник URL: <http://repositsc.nuczu.edu.ua/bitstream/123456789/4053/1/%D0%9C%D0%A1%D0%9F%D0%A2%20%D0%BD%D0%B0%D0%B2%D1%87%D0%B0%D0%B%D1%8C%D0%BD%D0%B8%D0%B9%20%D0%BF%D0%BE%D1%81%D1%96%D0%B1%D0%BD%D0%B8%D0%BA.pdf>
2. Білова М.Е. Навчально-методичний посібник з спецкурсу «Соціально-психологічний тренінг» Одеський національний університет імені І.І. Мечникова 2015 с. 113 URL: [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)
3. Мороз Л.І, Яковенко С.І. Професійно-психологічний тренінг : підручник : рекомендовано МОН України. Київ : Вид. Паливода А.В., 2011. 252 с.
4. Мороз Л.І. Основи професійно-психологічного тренінгу: (У запитаннях та відповідях) : Навч. посібник : Рекомендовано МОН України.



Київ. юрид. ін-т МВС України. К. : Вид. Паливода А.В., 2004. 130 с.

5. Мороз Л.І. Теоретичні засади та організація психологічного тренінгу в органах внутрішніх справ : Монографія; Київ. юрид. ін-т МВС. К. : Паливода А.В., 2005. 228 с.

6. Савченко Г.В. Навчально-методичний посібник з організації та проведення тренінгу: «Професійно-психологічна підготовка суддів» К.: ТОВ «Горизонт», 2016. 104 с. URL: [http://nsj.gov.ua/files/1508752131%D1%82%D1%80%D0%B5%D0%BD%D0%B8%D0%BD%D0%B3\\_01.pdf](http://nsj.gov.ua/files/1508752131%D1%82%D1%80%D0%B5%D0%BD%D0%B8%D0%BD%D0%B3_01.pdf).

#### **Допоміжна:**

1. Гурський, В.Є., Лефтеров В.О. Професійно-психологічний розвиток працівників спецпідрозділів поліції імітаційними засобами : монографія. Одеса : ВД "Гельветика", 2017. 163 с.

2. Запобігання торгівлі дітьми та комерційній сексуальній експлуатації : посібник для проведення тренінгів / уклад.: К.Б. Левченко, Т.О Дорошок, Л.Г. Ковальчук; за заг. ред. К.Б. Левченко; МВС України, Міжнар. жін. правозахис. центр "Ла Страда Україна". К. : Юрисконсульт, 2006. 96 с.

3. Макарова О. П., Мілорадова Н. Е., Ларіонов С. О. Психологічний супровід розвитку професійної ідентичності правоохоронців на етапі фахової підготовки : навч.-метод. посіб. Харків : ФОП Бровин О. В., 2018. 122 с

4. Мілорадова Н. Е., Бречка Д. М., Доценко В. В. Психологічний супровід формування ціннісних регуляторів поведінки майбутніх правоохоронців : навч.-метод. посіб. Харків : ХНУВС, 2017. 116 с.

5. Мілорадова Н. Е., Шеховцова Е. В., Федоренко О. І., Доценко В. В. Тренінг розвитку професійних настановлень майбутніх правоохоронців : навч.-метод. посіб. Харків : Стиль Издат, 2015. 120 с.

#### **Інформаційні ресурси в Інтернеті:**

1. Вправи для тренінгів URL: <https://vseosvita.ua/library/vpravi-dla-treningiv-57871.html>

2. Вправи для тренінгів URL: <http://simshecon.com/wp-content/uploads/2020/07/1e4d82e5c50b5b93206d88954808741c.pdf>

3. Доценко В.В. Навчально-тренінгова програма «ЖИТТЄКОНСТРУЮВАННЯ ОСОБИСТОСТІ В КРИЗОВІ ПЕРІОДИ ЖИТТЯ» URL: <https://core.ac.uk/download/pdf/187222249.pdf>

4. Ігри та вправи для тренінгів (зі скарбнички неформальної освіти) URL: <https://www.gurt.org.ua/articles/43009/>

5. Психологічні вправи для особистісних тренінгів URL: [http://psychologis.com.ua/psihologicheskie\\_uprazhneniya\\_dlya\\_lichnostnyh\\_treningov.htm](http://psychologis.com.ua/psihologicheskie_uprazhneniya_dlya_lichnostnyh_treningov.htm)

#### **4. Засоби оцінювання здобувачів першого (бакалаврського) рівня вищої освіти**

### **Контрольні питання, що виносяться на підсумковий контроль (залік)**

1. Співвідношення понять «групова психотерапія», «групова психокорекція», «психологічний тренінг», навчання.
2. Загальне уявлення про психологічний тренінг. Специфічні риси та парадигми тренінга.
3. Історія розвитку групових методів психотерапії і практичної психології:
4. Теорія «тваринного магнетизму» Ф. А. Месмера.
5. Групова психотерапія і гіпноз.
6. Соціально-психологічні аспекти групових методів.
7. Групові методи в психоаналізі і інших психологічних школах Заходу.
8. Групові методи роботи психологів і психотерапевтів у Росії.
9. Класичні різновиди СПТ: Т-групи (К. Левін), групи зустрічей (К. Роджерс).
10. Класичні різновиди СПТ: гештальт-групи, психодрама Я. Морено.
11. Класичні різновиди СПТ: трансактний аналіз в групі, тренінг умінь (М. Форверг).
12. Основні концепції СПТ у психології.
13. **Мета**, цілі та задачі тренінгу
14. Класифікація психологічних тренінгів
15. Тренінг як інтерактивна форма соціально-психологічного навчання.
16. Особливості навчання дорослих.
17. Модель Д. Колба та її особливості.
18. Умови ефективності навчання дорослих.
19. Психологічні особливості тренінгової групи.
20. Організаційні основи проведення тренінгу.
21. Юридичний та економічний аспекти проведення тренінгу.
22. Головні ролі та стилі тренера-ведучого групи СПТ.
23. Труднощі, що виникають у роботі ведучого групи
24. Вимоги до особистості тренера.
25. Підготовка тренера-ведучого СПТ.
26. Поняття методу в СПТ. Як підібрати метод?
27. Класифікація методів, що використовуються при проведенні СПТ.
28. Групова дискусія як базова процедура в СПТ
29. Феномен гри в СПТ. Види ігор та їх характеристика
30. Психогімнастика та особливості застосування.
31. Арт-методи та особливості застосування.
32. Метод кейсів. Особливості застосування.
33. Психологічні тренажери та вправи.
34. Оцінка ефективності тренінгу. Критерії оцінки ефективності

тренінгу.

35. Феномени групової динаміки та можливості її використання в тренінгу.

36. Етапи розвитку групи в тренінгу.

37. Етапи групової динаміки.

38. Взаємодія зі “складними” учасниками на тренінгу.

39. Поняття програми СПТ. Типи програм.

40. Схема програми тренінгу.

41. Етапи підготовки тренінгової програми.

42. Загальний алгоритм тренінгового дня.

43. Умови ефективності тренінгу.

44. Командна і індивідуальна форми роботи з завданнями на тренінгу.

45. Рамка тренінгу та особливості її дотримання.

46. Посттренінгові процедури та особливості їх проведення.