

МІНІСТЕРСТВО ОХОРОНИ ЗДОРОВ'Я УКРАЇНИ
БУКОВИНСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ МЕДИЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

“ЗАТВЕРДЖУЮ”

Проректор з науково-педагогічної роботи
доцент _____ Ігор ГЕРУШ
“ 06 ” _____ 2021р.

**ДОВІДНИК ДЛЯ СТУДЕНТА
(СИЛАБУС)
з вивчення навчальної дисципліни
«ОСНОВИ ПСИХОТРЕНІНГУ»**

Галузь знань 22 Охорона здоров'я
(код і назва галузі знань)

Спеціальність 225 Медична психологія
(код і назва спеціальності)

Освітній ступінь магістр
(магістр, бакалавр, молодший бакалавр)

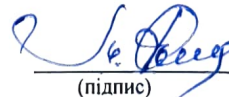
Курс навчання 3

Форма навчання денна
(денна, заочна, дистанційна)

Кафедра психології та філософії
(назва кафедри)

Схвалено на методичній нараді кафедри 25 серпня 2021 року (протокол №1).

В. о. завідувача кафедри, доц.

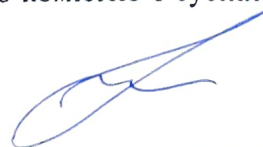


(підпис)

Марина ТИМОФІЄВА

Схвалено предметною методичною комісією з суспільних та гуманітарних дисциплін
31 серпня 2021 року (протокол №1).

Голова предметної методичної
комісії, доц.



(підпис)

Ніна ЗОРІЙ

ЗАГАЛЬНІ ВІДОМОСТІ ПРО НАУКОВО-ПЕДАГОГІЧНИХ ПРАЦІВНИКІВ, ЯКІ ВИКЛАДАЮТЬ НАВЧАЛЬНУ ДИСЦИПЛІНУ

Кафедра	Психології та філософії
Прізвище, ім'я, по батькові науково-педагогічних працівників, посада, науковий ступінь, вчене звання, e-mail	Любіна Любов Анатоліївна – старший викладач, кандидат психологічних наук liubina.liubov@bsmu.edu.ua Осипенко Вікторія Анатоліївна – викладач, кандидат психологічних наук o_oviktoria@ukr.net
Веб-сторінка кафедри на офіційному веб-сайті університету	https://www.bsmu.edu.ua/psihologiyi-ta-filosofiyi/
Веб-сайт кафедри	https://sites.google.com/a/bsmu.edu.ua/pssoc/
E-mail	psychology@bsmu.edu.ua
Адреса	м. Чернівці, вул. Героїв Майдану, 3, поверх 2
Контактний телефон	+38 (0372) 52-63-37

1. ЗАГАЛЬНА ІНФОРМАЦІЯ ПРО НАВЧАЛЬНУ ДИСЦИПЛІНУ

Статус дисципліни	нормативна
Кількість кредитів	3
Загальна кількість годин	90
Лекції	10
Практичні заняття	20
Самостійна робота	60
Вид заключного контролю	підсумковий модульний контроль

2. ОПИС НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ (АНОТАЦІЯ)

Навчальна дисципліна «Основи психотренінгу» має чітку професійну спрямованість при підготовці майбутніх лікарів-психологів, професійна діяльність яких орієнтована на роботу з різними категоріями населення.

Вивчення навчальної дисципліни «Основи психотренінгу» передбачає перше знайомство майбутніх лікарів-психологів із закономірностями та технологією групової роботи, сутністю групових процесів, методами психологічного впливу на групу.

3. ПОЛІТИКА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

3.1. Перелік нормативних документів:

- Положення про організацію освітнього процесу (<https://www.bsmu.edu.ua/wp-content/uploads/2020/03/polozhennya-pro-organizacziyu-osvitnogo-proczesu-u-vdnzu-bukovinskij-derzhavnij-medichnij-universitet.pdf>);
- Інструкція щодо оцінювання навчальної діяльності студентів БДМУ в умовах впровадження Європейської кредитно-трансферної системи організації навчального процесу (<https://www.bsmu.edu.ua/wp-content/uploads/2020/03/bdmu-instrukcziya-shhodo-oczinyuvannya-%D1%94kts-2014-3.pdf>);
- Положення про порядок відпрацювання пропущених та незарахованих занять (<https://www.bsmu.edu.ua/wp-content/uploads/2019/12/reworks.pdf>);
- Положення про апеляцію результатів підсумкового контролю знань здобувачів вищої освіти (<https://www.bsmu.edu.ua/wp-content/uploads/2020/07/polozhennya-pro-apelyacziyu-rezultativ-pidsumkovogo-kontrolyu-znan.pdf>);
- Кодекс академічної доброчесності (https://www.bsmu.edu.ua/wp-content/uploads/2019/12/kodeks_academic_faith.pdf);

- Морально-етичний кодекс студентів (https://www.bsmu.edu.ua/wp-content/uploads/2019/12/ethics_code.docx);
- Положення про запобігання та виявлення академічного плагиату (<https://www.bsmu.edu.ua/wp-content/uploads/2019/12/antiplagiat-1.pdf>);
- Положення про порядок та умови обрання студентами вибіркових дисциплін (https://www.bsmu.edu.ua/wp-content/uploads/2020/04/nakaz_polozhennyz_vybirkovi_dyscypliny_2020.pdf);
- Правила внутрішнього трудового розпорядку Вищого державного навчального закладу України «Буковинський державний медичний університет» (<https://www.bsmu.edu.ua/wp-content/uploads/2020/03/17.1-bdmu-kolektivnij-dogovir-dodatok.doc>).

3.2. Політика щодо дотримання принципів академічної доброчесності здобувачів вищої освіти:

- самостійне виконання навчальних завдань поточного та підсумкового контролів без використання зовнішніх джерел інформації;
- списування під час контролю знань заборонені;
- самостійне виконання індивідуальних завдань та коректне оформлення посилань на джерела інформації у разі запозичення ідей, тверджень, відомостей.

3.3. Політика щодо дотримання принципів та норм етики та деонтології здобувачами вищої освіти:

- дії у професійних і навчальних ситуаціях із позицій академічної доброчесності та професійної етики та деонтології;
- дотримання правил внутрішнього розпорядку університету, бути толерантними, доброзичливими та виваженими у спілкуванні зі студентами та викладачами, медичним персоналом закладів охорони здоров'я;
- усвідомлення значущості прикладів людської поведінки відповідно до норм академічної доброчесності та медичної етики.

3.4. Політика щодо відвідування занять здобувачами вищої освіти:

- присутність на всіх навчальних заняттях (лекціях, практичних (семінарських) заняттях, підсумковому модульному контролі) є обов'язковою з метою поточного та підсумкового оцінювання знань (окрім випадків з поважних причин).

3.5. Політика дедлайну та відпрацювання пропущених або незарахованих занять здобувачами вищої освіти:

- відпрацювання пропущених занять відбувається згідно з графіком відпрацювання пропущених або незарахованих занять та консультацій.

4. ПРЕРЕКВІЗИТИ І ПОСТРЕКВІЗИТИ НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ (МІЖДИСЦИПЛІНАРНІ ЗВ'ЯЗКИ)

Перелік навчальних дисциплін, на яких базується вивчення навчальної дисципліни	Перелік навчальних дисциплін, для яких закладається основа в результаті вивчення навчальної дисципліни
Філософія	Етика
Історія психології та сучасні напрямки психології	Деонтологія
Загальна психологія	Менеджмент та маркетинг
Експериментальна психологія та психодіагностика	Психологія управління
Психологія особистості	Спеціальна психологія та дефектологія
Вікова та педагогічна психологія	Клінічна психологія
Анатомія	Нейропсихологія
Фізіологія	

5. МЕТА ТА ЗАВДАННЯ НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ:

6.1. Метою вивчення навчальної дисципліни «Основи психотренінгу» є забезпечення повноцінної теоретичної та практичної підготовки лікарів-психологів до проведення тренінгів, розробки тренінгових програм з урахуванням специфіки контингенту та поставленої мети.

6.2. Основними завданнями вивчення навчальної дисципліни «Основи психотренінгу» є забезпечення необхідної теоретичної підготовки майбутніх лікарів-психологів, надає можливість студентам оволодіти основними методами дослідження за допомогою психотренінгу, структури групи, закономірностей групової динаміки, вивчення особистості, забезпечує формування на цій основі медико-психологічних вмінь, що є важливим елементом у професійній підготовці та майбутній діяльності лікаря-медичного психолога; розкриває нові можливості професійної діяльності медичного психолога, формує особливе бачення проблем хворої людини, а також дає можливість складати програму і самостійно проводити психотренінг, проводити психодіагностику особистості, взаємовідносин у медичному колективі, малих групах, сім'ї.

7. КОМПЕТЕНТНОСТІ, ФОРМУВАННЮ ЯКИХ СПРИЯЄ НАВЧАЛЬНА ДИСЦИПЛІНА:

7.1. Інтегральна:

здатність розв'язувати складні задачі і проблеми медичної психології, що передбачає проведення досліджень та/або здійснення інновацій і характеризується невизначеністю умов і вимог.

7.2. Загальні компетентності (ЗК):

ЗК 1. Здатність застосовувати набуті знання у практичних ситуаціях.

ЗК 2. Знання та розуміння предметної галузі та розуміння професії.

ЗК 4. Здатність виявляти, ставити та вирішувати проблеми.

ЗК 8. Здатність до міжособистісної взаємодії.

ЗК 11. Визначеність і наполегливість щодо поставлених завдань і взятих обов'язків.

7.3. Фахові компетентності (ФК):

ФК 7. Здатність до визначення обсягу, порядку та характеру заходів надання медико-психологічної допомоги, з урахуванням вікових, гендерних, культуральних, особистісних та інші індивідуальних особливостей пацієнтів.

ФК 8. Здатність до здійснення медико-психологічних інтервенцій.

ФК 12. Здатність до практичного використання психологічного впливу та психотерапії.

ФК 15. Здатність до здійснення психологічної реабілітації населення.

8. РЕЗУЛЬТАТИ НАВЧАННЯ

ПРН 4. Здійснювати ідентифікацію, підготовку і виконання психологічного (медико-психологічного) втручання, яке необхідне для досягнення поставленої мети, використовуючи результати психодіагностики.

ПРН 5. Визначати принципи, тактику, характер лікування, реабілітації, медичної, психологічної, психоконсультаційної (психотерапевтичної), медико-психологічної допомоги.

ПРН 7. Інтерпретувати та прогнозувати вплив лікування на перебіг хвороби / розладу з метою оптимізації програм медичної, психологічної та медико-психологічної допомоги.

ПРН 8. Визначати та вести контингент осіб, яким надається медична, психологічна та медико-психологічна, в т.ч. екстрена, допомога.

ПРН 9. Вести медичну документацію згідно вимог чинного законодавства та стандартів.

В результаті вивчення навчальної дисципліни здобувач повинен:

Знати:

- основні напрямки розвитку психотренінгу;
- історичні етапи розвитку тренінгу як особливого виду психологічної допомоги.
- сфери практичного застосування тренінгових технологій.
- вимоги до побудови тренінгових програм та планування психотренінгу.

- основні принципи та організаційні засади проведення психотренінгу

Уміти:

- визначати компоненти тренінгу.
- здійснювати психологічний вплив в умовах тренінгової роботи з метою запобігання виникненню конфліктів, розвитку особистості, системи її установок, інтересів, цінностей;
- складати програму і самостійно проводити психотренінг;
- використовувати прийоми ефективного слухання, перцепції та психологічного впливу на пацієнтів;
- обирати ефективні психологічні техніки та прийоми з метою створення сприятливого клімату у медичному колективі та в групах пацієнтів та ефективного розв'язання міжособистісних, групових та міжгрупових конфліктів;
- продемонструвати на достатньому рівні навички самостійної підготовки тренінгових програм (виконання індивідуального навчально-дослідного завдання) та в групі (у процесі виконання завдань на практичних заняттях);
- діяти згідно з принципами деонтології, пов'язаними з професійною діяльністю лікаря-психолога;
- усвідомлювати педагогічні, психологічні та соціальні наслідки у сфері професійної діяльності.

Демонструвати:

- здатність планувати психотренінг, визначати його мету та завдання, розробляти тренінгову програму у відповідності до поставленої мети та специфіки цільової групи.
- здатність підбирати, адаптувати, модифікувати та самостійно розробляти тренінгові вправи та ігри.
- здатність проводити попередню бесіду та необхідну діагностику з потенційними учасниками психотренінгу.
- здатність дотримуватись процедури проведення психотренінгу.
- здатність аналізувати психологічний зміст взаємодії у тренінговій групі
- здатність розуміти й застосовувати етичні принципи проведення психологічного тренінгу
- здатність аналізувати психологічний зміст взаємодії у тренінговій групі.
- здатність самостійно застосовувати основні прийоми тренінгової роботи: ігри, вправи, дискусію тощо.
- здатність розкривати причини виникнення та розв'язання конфліктів між людьми.

9. ІНФОРМАЦІЙНИЙ ОБСЯГ НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

На вивчення навчальної дисципліни відводиться 90 годин (3 кредити ЄКТС) – 1 модуль «Основи психотренінгу», який складається з двох змістових модулів.

9.1. Конкретні цілі вивчення змістових модулів.

Змістовий модуль 1. Теоретичні основи організації та проведення психотренінгу

- Знати історичні етапи розвитку тренінгу як особливого виду психологічної допомоги.
- Розуміти й застосовувати етичні принципи проведення психологічного тренінгу.
- Знати сфери практичного застосування тренінгових технологій.
- Обґрунтовувати вимоги до побудови тренінгових програм та планування психотренінгу.
- Знати та застосовувати основні принципи та організаційні засади проведення психотренінгу
- Аналізувати психологічний зміст взаємодії у тренінговій групі.
- Визначати компоненти тренінгу.

Змістовий модуль 2. Практичні засади тренінгової роботи

- Обирати основні методи та прийоми, психотехнічний інструментарій психотренінгу.
- Застосовувати на практиці принципи та методи оцінювання ефективності тренінгу.
- Визначати і обґрунтовувати потребу в проведенні психотренінгу.
- Планувати психотренінг, визначати його мету та завдання, розробляти тренінгову програму у відповідності до поставленої мети та специфіки цільової групи.
- Підбирати, адаптувати, модифікувати та самостійно розробляти тренінгові вправи та ігри.
- Проводити попередню бесіду та необхідну діагностику з потенційними учасниками психотренінгу.
- Дотримуватись процедури проведення психотренінгу.
- Аналізувати психологічний зміст взаємодії у тренінговій групі.
- Самостійно застосовувати основні прийоми тренінгової роботи: ігри, вправи, дискусію тощо.
- Оцінювати ефективність проведення психотренінгу.

9.2. Тематична структура змістових модулів.

Змістовий модуль 1. Теоретичні основи організації та проведення психотренінгу

Тема 1. Поняття про психологічний тренінг. Історія виникнення психологічного тренінгу

Поняття «тренінг». Тренінг і групова психокорекція та групова психотерапія. Тренінг як один з методів активного навчання. Тренінг як засіб особистісного розвитку й зростання. Тренінг як спосіб діагностики, самопізнання та перепрограмування моделей поведінки людини. Тренінг як засіб цілеспрямованої зміни групи або організації. Тренінгова група як модель людської спільноти. Прообрази тренінгових груп у людській культурі. Передісторія виникнення тренінгу: ритуали підвищення і зміни статусу у традиційному суспільстві, релігійні церемонії і месмеризм. Становлення групових форм роботи у психотерапії (навчання, корекція поведінки і надання підтримки) – Я. Морено, Дж. Пратт, К. Левін). Переваги групової форми психологічної роботи.

Тема 2. Основні принципи та організаційні засади проведення психотренінгу

Відбір учасників, підготовчий етап та співбесіди. Поняття про групові норми, процес введення групових норм. Основні принципи: добровільність участі, рівноправність, активність, конфіденційність, дослідницька позиція. Правило «Стоп». Специфічні групові правила. Організаційні засади проведення психотренінгу, матеріально-технічне забезпечення.

Тема 3. Психологічний зміст взаємодії у тренінговій групі

Феномен малої групи. Групові ролі і норми. Згуртованість і конкуренція у групі, фракціонування. Психологічний опір у тренінгу. Лідерство і його типи. Роль тренера, типи тренерської поведінки. Стадії розвитку групи. Соціально-психологічна структура групи. Завдання тренінгу й оптимальна структура групи.

Тема 4. Вивчення потреби у тренінгу

Основні моделі задоволення потреб учасників. Підхід, орієнтований на сприяння успішній кар'єрі в організації. Підхід, орієнтований на розвиток компетентності. Підхід, орієнтований на вирішення конкретної проблеми. Підхід, орієнтований на самодослідження та рефлексію. Підхід, орієнтований на особистісне зростання. Вивчення документів, інтерв'ю і спостереження як основні способи одержання інформації про потреби клієнта у тренінгу. Визначення завдань тренінгу як результат вивчення потреби у тренінгу. Особливості застосування психотренінгу у клінічній практиці.

Змістовий модуль 2. Практичні засади тренінгової роботи

Тема 5. Планування і організація тренінгу

Уточнення завдань і складання тренінгової програми. Планування часу (складання розкладу). Резерв часу і резерв вправ. Планування технічного оснащення аудиторії, використання реквізиту й наочності. Розподіл функцій і планування взаємодії між тренерами. Визначення орієнтирів для спостереження за учасниками у процесі виконання завдань. Підготовка посібника і роздаткового матеріалу для учасників. Складання конспекту (плану, сценарію). Планування процедури початку і завершення тренінгу.

Тема 6. Компоненти тренінгу

Привітання учасників, знайомство, презентація (міні-лекція), інструктаж та введення групових норм (правил). Питання і відповіді. Групова дискусія. Демонстрації. Тестування. Брейнстормінг. Види тренінгових вправ. Рольові ігри. Ділові ігри. Групові акції (колективне малювання, психодраматичні техніки). Психогімнастика, тілесно-орієнтовані вправи.

Тема 7. Організація тренінгу

Забезпечення підготовки місця проведення тренінгу. Початок тренінгу. Роль знайомства та розминки. Керування роботою учасників. Стимулювання активності й апробування нових варіантів поведінки. Методика втручання. Види підведення підсумків. Організація відеозйомки і відеоперегляду. Музика у тренінгу. Використання звукових сигналів і сигнальних жестів. Групові правила роботи і групові ритуали. Важкі ситуації у роботі з групою і окремими учасниками. Різні можливості для завершення тренінгу.

Тема 8. Стандарти тренерської роботи та індивідуальний стиль тренера

Проблема довіри клієнта до тренера. Керівництво тренінговим процесом. Очікування учасників щодо фігури тренера. Ефективні навички спілкування і подання матеріалу. Забезпечення потреб учасників у поясненні і зворотному зв'язку. Оцінювання роботи учасників і стимуляція їхньої активності. Дотримання професійних етичних норм. Контроль супервізора за якістю роботи тренера. Індивідуальний стиль тренера, співвідношення автократичності і демократичності у стилі роботи тренера. Виконання тренером функцій експерта, диригента, каталізатора розвитку подій, зразка поведінки. Артистизм та харизма тренера.

Тема 9. Види тренінгових груп

Психокорекційні групи і групи особистісного зростання: Т-групи; групи зустрічей; гештальтгрупи; групи тілесно-орієнтованої терапії; групи танцювальної терапії; групи теоцентрованого аналізу; групи, що використовують психодраму, психосинтез, трансактний аналіз. Групи тренінгу умінь: групи тренінгу партнерського спілкування, техніки ділового спілкування, сенситивності, навичок вирішення конфліктів, переговорів, фасилітації і медіації, утилізації стресу, формування команд, тренінгу креативності.

Тема 10. Оцінювання ефективності тренінгу

Оцінювання ефективності тренінгу за допомогою опитування учасників. Складання анкети. Проведення опитування й обробка результатів. Оцінювання ефективності тренінгу на основі спостереження за зміною поведінки учасників. Оцінювання ефективності тренінгу на основі одержання експертних оцінок від супервізора. Самоаналіз та самооцінка ефективності діяльності тренера та успішності тренінгу. Підсумковий модульний контроль.

10. СТРУКТУРА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Назви змістових модулів і тем	Кількість годин				
	Усього	у тому числі			
		Аудиторні		Самостійн а робота студента	Індиві- дуальна робота
		Лекції	Практичні заняття		
1	2	3	4	5	6
Модуль 1. Основи психотренінгу					
Змістовий модуль 1. Теоретичні основи організації та проведення психотренінгу					
Тема 1. Поняття про психологічний тренінг. Історія виникнення психологічного тренінгу	10	2	2	6	Підготовка огляду наукової літератури, повідомлення, есе або реферату, виконання творчого завдання
Тема 2. Основні принципи та організаційні засади проведення психотренінгу	10	2	2	6	
Тема 3. Психологічний зміст взаємодії у тренінговій групі	8	-	2	6	
Тема 4. Вивчення потреби у тренінгу	8	-	2	6	
Разом за змістовим модулем 1	36	4	8	24	
Змістовий модуль 2. Практичні засади тренінгової роботи					
Тема 5. Планування і організація тренінгу	8	2	-	6	Підготовка огляду наукової літератури, повідомлення, есе або реферату, виконання творчого завдання
Тема 6. Компоненти тренінгу	8	-	2	6	
Тема 7. Організація тренінгу		-	2	6	
Тема 8. Стандарти тренерської роботи та індивідуальний стиль тренера	8	2	2	6	
Тема 9. Види тренінгових груп	8	-	2	6	
Тема 10. Оцінювання ефективності тренінгу	10	2	2	6	
Разом за змістовим модулем 2	52	6	10	36	
Індивідуальна робота (за наявності)					
Підсумковий модульний контроль	2		2		
УСЬОГО ГОДИН	90	10	20	60	

11. ТЕМАТИЧНИЙ ПЛАН ЛЕКЦІЙ

№ п/п	Назва теми	К-ть годин
1.	Поняття про психологічний тренінг. Історія виникнення психологічного тренінгу	2
2.	Основні принципи та організаційні засади проведення психотренінгу	2
3.	Планування і організація тренінгу	2
4.	Стандарти тренерської роботи та індивідуальний стиль тренера	2
5.	Оцінювання ефективності тренінгу	2
Всього:		10

12. ТЕМИ ПРАКТИЧНИХ ЗАНЯТЬ

№ п/п	Назва теми	К-ть год
1.	Поняття про психологічний тренінг. Історія виникнення психологічного тренінгу	2
2.	Основні принципи та організаційні засади проведення психотренінгу	2
3.	Психологічний зміст взаємодії у тренінговій групі	2
4.	Вивчення потреби у тренінгу	2
5.	Компоненти тренінгу	2
6.	Організація тренінгу	2
7.	Стандарти тренерської роботи та індивідуальний стиль тренера	2
8.	Види тренінгових груп	2
9.	Оцінювання ефективності тренінгу	2
10.	Підсумковий модульний контроль	2
Всього:		20

13. ТЕМАТИЧНИЙ ПЛАН САМОСТІЙНОЇ РОБОТИ

№ п/п	Тема	К-ть годин
1.	Основні принципи та організаційні засади проведення психотренінгу	6
2.	Психологічний зміст взаємодії у тренінговій групі. Види тренінгових груп	6
3.	Планування і організація тренінгу	6
4.	Стандарти тренерської роботи та індивідуальний стиль тренера	6
5.	Оцінювання ефективності тренінгу	6
Всього:		60

14. ПЕРЕЛІК ІНДИВІДУАЛЬНИХ ЗАВДАНЬ

- Виступи на науковому студентському гуртку.
 - Участь у наукових конференціях.
 - Публікація доповідей у вигляді тез та статей у періодичній науковій пресі (журнали, збірники наукових праць).
 - Підготовка відеопрезентацій тем відповідно до змісту навчальної програми.
 - Написання есеїв, рефератів відповідно до запропонованих тем:
1. Тренінг і групова психокорекція та групова психотерапія.
 2. Тренінг як один з методів активного навчання.
 3. Тренінг як засіб особистісного розвитку й зростання.
 4. Тренінг як спосіб діагностики, самопізнання та перепрограмування моделей поведінки людини.
 5. Тренінг як засіб цілеспрямованої зміни групи або організації.
 6. Тренінгова група як модель людської спільноти. Прообрази тренінгових груп у людській культурі.
 7. Становлення групових форм роботи у психотерапії (навчання, корекція поведінки і надання підтримки) – Я. Морено, Дж. Пратт, К. Левін).
 8. Організаційні засади проведення психотренінгу, матеріально-технічне забезпечення.
 9. Феномен малої групи. Групові ролі і норми.
 10. Згуртованість і конкуренція у групі, фракціонування.
 11. Психологічний опір у тренінгу.
 12. Лідерство і його типи.
 13. Роль тренера, типи тренерської поведінки.
 14. Стадії розвитку групи. Соціально-психологічна структура групи.
 15. Групова дискусія у тренінгу.
 16. Брейнстормінг у тренінгу.

17. Види тренінгових вправ (рольові ігри, ділові ігри).
18. Групові акції (колективне малювання, психодраматичні техніки).
19. Психогімнастика, тілесно-орієнтовані вправи.
20. Музика у тренінгу. Використання звукових сигналів і сигнальних жестів.
21. Групові правила роботи і групові ритуали.
22. Проблема довіри клієнта до тренера.
23. Ефективні навички спілкування і подання матеріалу. Забезпечення потреб учасників у поясненні і зворотному зв'язку.
24. Індивідуальний стиль тренера, співвідношення автократичності і демократичності у стилі роботи тренера.
25. Види тренінгових груп: психокорекційні групи і групи особистісного зростання: Т-групи; групи зустрічей; гештальтгрупи; групи тілесно-орієнтованої терапії; групи танцювальної терапії; групи темоцентрованого аналізу; групи, що використовують психодраму, психосинтез, трансактний аналіз.
26. Групи тренінгу умінь: групи тренінгу партнерського спілкування, техніки ділового спілкування, сенситивності, навичок вирішення конфліктів, переговорів, фасилітації і медіації, утилізації стресу, формування команд, тренінгу креативності.

15. ПЕРЕЛІК ТЕОРЕТИЧНИХ ПИТАНЬ ДО ПІДСУМКОВОГО МОДУЛЬНОГО КОНТРОЛЮ

1. Поняття "тренінг". Тренінг і групова психокорекція та групова психотерапія.
2. Тренінг як один з методів активного навчання.
3. Тренінг як засіб особистісного розвитку й зростання.
4. Тренінг як спосіб діагностики, самопізнання та перепрограмування моделей поведінки людини.
5. Тренінг як засіб цілеспрямованої зміни групи або організації.
6. Тренінгова група як модель людської спільноти.
7. Прообрази тренінгових груп у людській культурі. Передісторія виникнення тренінгу: ритуали підвищення і зміни статусу у традиційному суспільстві, релігійні церемонії і месмеризм.
8. Становлення групових форм роботи у психотерапії (навчання, корекція поведінки і надання підтримки) – Я. Морено, Дж. Пратт, К. Левін).
9. Переваги групової форми психологічної роботи.
10. Відбір учасників, підготовчий етап та співбесіди, що передують проведенню тренінгу.
11. Поняття про групові норми, процес введення групових норм.
12. Основні принципи: добровільність участі, рівноправність, активність, конфіденційність, дослідницька позиція. Правило «Стоп».
13. Специфічні групові правила.
14. Організаційні засади проведення психотренінгу, матеріально-технічне забезпечення.
15. Феномен малої групи. Групові ролі і норми.
16. Згуртованість і конкуренція у групі, фракціонування.
17. Психологічний опір у тренінгу.
18. Лідерство і його типи.
19. Роль тренера, типи тренерської поведінки.
20. Стадії розвитку групи. Соціально-психологічна структура групи.
21. Завдання тренінгу й оптимальна структура групи.
22. Основні моделі задоволення потреб учасників. Підхід, орієнтований на сприяння успішній кар'єрі в організації.
23. Підхід, орієнтований на розвиток компетентності.
24. Підхід, орієнтований на вирішення конкретної проблеми.
25. Підхід, орієнтований на самодослідження та рефлексію. Підхід, орієнтований на особистісне зростання.
26. Вивчення документів, інтерв'ю і спостереження як основні способи одержання інформації про потреби клієнта у тренінгу.

27. Визначення завдань тренінгу як результат вивчення потреби у тренінгу.
28. Уточнення завдань і складання тренінгової програми.
29. Планування часу (складання розкладу). Резерв часу і резерв вправ.
30. Планування технічного оснащення аудиторії, використання реквізиту й наочності.
31. Розподіл функцій і планування взаємодії між тренерами.
32. Визначення орієнтирів для спостереження за учасниками у процесі виконання завдань.
33. Підготовка посібника і роздаткового матеріалу для учасників. Складання конспекту (плану, сценарію) проведення тренінгу.
34. Привітання учасників, знайомство, презентація (міні-лекція), інструктаж та введення групових норм (правил). Питання і відповіді.
35. Групова дискусія у тренінгу.
36. Демонстрації у тренінгу.
37. Тестування у тренінгу.
38. Брейнстормінг у тренінгу.
39. Види тренінгових вправ.
40. Рольові ігри.
41. Ділові ігри.
42. Групові акції (колективне малювання, психодраматичні техніки).
43. Психогімнастика, тілесно-орієнтовані вправи.
44. Забезпечення підготовки місця проведення тренінгу.
45. Початок тренінгу. Роль знайомства та розминки.
46. Керування роботою учасників. Стимулювання активності й апробування нових варіантів поведінки.
47. Види підведення підсумків.
48. Організація відеозйомки і відеоперегляду.
49. Музика у тренінгу. Використання звукових сигналів і сигнальних жестів.
50. Групові правила роботи і групові ритуали.
51. Важкі ситуації в роботі з групою і окремими учасниками.
52. Проблема довіри клієнта до тренера.
53. Керівництво тренінговим процесом. Очікування учасників щодо фігури тренера.
54. Ефективні навички спілкування і подання матеріалу. Забезпечення потреб учасників у поясненні і зворотному зв'язку.
55. Оцінювання роботи учасників і стимуляція їхньої активності.
56. Дотримання професійних етичних норм.
57. Контроль супервізора за якістю роботи тренера.
58. Індивідуальний стиль тренера, співвідношення автократичності і демократичності у стилі роботи тренера.
59. Виконання тренером функцій експерта, диригента, каталізатора розвитку подій, зразка поведінки. Артистизм та харизма тренера.
60. Види тренінгових груп: психокорекційні групи і групи особистісного зростання: Т-групи; групи зустрічей; гештальтгрупи; групи тілесно-орієнтованої терапії; групи танцювальної терапії; групи темоцентрованого аналізу; групи, що використовують психодраму, психосинтез, трансактний аналіз.
61. Групи тренінгу умінь: групи тренінгу партнерського спілкування, техніки ділового спілкування, сенситивності, навичок вирішення конфліктів, переговорів, фасилітації і медіації, утилізації стресу, формування команд, тренінгу креативності.
62. Оцінювання ефективності тренінгу за допомогою опитування учасників. Складання анкети. Проведення опитування й обробка результатів.
63. Оцінювання ефективності тренінгу на основі спостереження за зміною поведінки учасників.
64. Оцінювання ефективності тренінгу на основі одержання експертних оцінок від супервізора. Самоаналіз та самооцінка ефективності діяльності тренера та успішності тренінгу.

16. ПЕРЕЛІК ПРАКТИЧНИХ ЗАВДАНЬ ТА РОБІТ ДО МОДУЛЬНОГО КОНТРОЛЮ

- оволодіти основними психологічними інструментами, ефективними прийомами та техніками організації та ведення соціально-психологічного тренінгу.
- здійснювати пошук, опрацювання та аналіз професійно важливих знань із різних джерел із використанням сучасних інформаційно-комунікаційних технологій.
- демонструвати розуміння закономірностей та особливостей розвитку і функціонування психічних явищ в контексті професійних завдань.
- розробляти тренінгові програми психологічних інтервенцій провадити їх в індивідуальній та груповій роботі, оцінювати якість.

В результаті вивчення дисципліни студенти мають сформувати, вдосконалити такі soft skills:

- комунікативні навички;
- емоційний інтелект;
- стресостійкість;
- позитивне мислення;
- вміння керувати емоціями;
- вміння розв'язувати комплексні складні проблеми і задачі;
- володіти емпатією;
- відповідальність.

17. МЕТОДИ ТА ФОРМИ ПРОВЕДЕННЯ КОНТРОЛЮ

Початковий – контроль знань студентів здійснюється переважно в усній формі на початку вивчення курсу або перед вивченням нової теми з метою з'ясування загального рівня знань.

Поточний контроль проводиться з метою з'ясувати рівень знань та умінь студентів з теми практичного заняття. Передбачає усне опитування, виконання тестових завдань і вирішення ситуаційних задач. Поточний контроль на практичних заняттях проводиться з метою виявлення готовності студентів до занять у таких формах:

- опитування (бліцопитування) та перевірка (вибіркова або фронтальна) теоретичних знань та практичних навичок.
- фронтальна перевірка готовності студентів до заняття;
- письмові відповіді на окремі запитання практичного заняття;
- письмова (до 20 хв.) контрольна робота;
- тестовий контроль.

Проміжний – здійснюється на практичних заняттях і має дві цільові функції: перевірку засвоєння студентами основних положень лекцій, які читаються з курсу, а також стимулювання поглибленого вивчення програмного матеріалу. Даний вид контролю здійснюється на основі спеціально підготовлених питань, відповіді на які свідчать не тільки про якість знань певного розділу курсу, а й про те, як студент вміє використовувати теоретичні знання для вирішення практичних завдань, складання тренінгових програм, проблемних таблиць тощо.

Підсумковий – здійснюється у формі модульного контролю після закінчення вивчення всього курсу «Основи психотренінгу». Оцінювання здійснюється відповідно до регламенту проведення контролю та критеріїв оцінювання.

18. ОЦІНЮВАННЯ РІВНЯ ПІДГОТОВКИ СТУДЕНТА З ДИСЦИПЛІНИ

Підсумковий модульний контроль (ПМК) засвоєння навчальної дисципліни «Основи психотренінгу» здійснюється після завершення вивчення усіх тем модулів на останньому контрольному занятті з модуля.

До підсумкового модульного контролю допускаються студенти, які відвідали усі передбачені навчальною програмою з дисципліни аудиторні навчальні заняття та одержали на них позитивні оцінки («5», «4», «3»), а також при вивченні модуля набрали кількість балів, не меншу за мінімальну.

Студенту, який з поважних чи без поважних причин мав пропуски навчальних занять, дозволяється відпрацювати академічну заборгованість до певного визначеного терміну.

Максимальна кількість балів, яку може набрати студент під час складання підсумкового модульного контролю, становить 80.

Підсумковий модульний контроль вважається зарахованим, якщо студент набрав **не менше 50 балів**.

Таким чином, частки результатів оцінювання поточної навчальної діяльності і підсумкового модульного контролю становлять відповідно 60% та 40%.

Максимальна кількість балів, яку може набрати студент при вивченні навчальної дисципліни за поточну навчальну діяльність і виконання індивідуальних завдань – 200 балів.

Оцінювання поточної навчальної діяльності

Під час оцінювання засвоєння кожної теми модуля студенту виставляються оцінки за 4-бальною (традиційною) шкалою та за 200-бальною шкалою з використанням прийнятих та затверджених критеріїв оцінювання для навчальної дисципліни «Соціальна психологія». При цьому враховуються усі види робіт, передбачені методичною розробкою для вивчення теми. Студент повинен отримати **оцінку з кожної теми**. Виставлені за традиційною шкалою оцінки конвертуються у бали залежно від кількості тем у модулі.

Вага кожної теми у межах одного модуля в балах є однаковою.

Форми оцінювання поточної навчальної діяльності є стандартизованими і містять контроль теоретичної та практичної підготовки.

Підсумковий бал за поточну діяльність визнається як арифметична сума балів за кожне заняття та за індивідуальну роботу.

Максимальна кількість балів, яку може набрати студент за поточну діяльність під час вивчення дисципліни, вираховується шляхом множення кількості балів, що відповідають оцінці «5», на кількість тем навчальної дисципліни з додаванням балів за індивідуальне завдання студента, **але не більше 200 балів**.

Мінімальна кількість балів, яку повинен набрати студент при його вивченні для допуску до заліку, вираховується шляхом множення кількості балів, що відповідають оцінці «3», на кількість тем у модулі.

Оцінювання індивідуальних завдань студента

Бали за індивідуальні завдання нараховуються студентові лише за умов успішного їх виконання та захисту.

Кількість балів, яка нараховується за різні види індивідуальних завдань, залежить від їхнього обсягу та значимості, але не більше 6 балів. Вони додаються до суми балів, набраних студентом на заняттях під час поточної навчальної діяльності. *В жодному разі загальна сума балів за поточну навчальну діяльність не може перевищувати 120 балів.*

Оцінювання самостійної роботи студентів

Самостійна робота студентів, яка передбачена темою заняття поряд із аудиторною роботою, оцінюється під час поточного контролю теми на відповідному занятті. Засвоєння тем, які виносяться лише на самостійну роботу, перевіряється під час підсумкового модульного контролю.

Розподіл балів за поточну діяльність

Номер модуля кількість навчальних годин/кількість кредитів ECTS	Кількість змістових модулів, їх номери	Кількість оцінюваних практичних занять	Конвертація у бали традиційних оцінок								Мінімальна кількість балів*
			Традиційні оцінки				Бали за виконання індивідуального завдання				
			5	4	3	2	5	4	3	2	
Модуль 1 90/30	2 (№№ 1-2)	9	12	10	8	0	12	10	8	0	72

Максимальна кількість балів, яку може набрати студент при вивченні модуля, вираховується шляхом укладання кількості балів, що відповідають оцінці «відмінно» на кожному занятті з додаванням балів за індивідуальне завдання: **120=9 x 12+ 12 (ICPC)**.

Мінімальна кількість балів, яку може набрати студент при вивченні модуля, вираховується шляхом укладання кількості балів, що відповідають оцінці «задовільно» на кожному занятті: **72=9 x 8 (без ICPC)**.

Підсумковий модульний контроль здійснюється після завершення вивчення усіх тем модуля на останньому практичному занятті з модуля.

До підсумкового модульного контролю допускаються студенти, які відвідали усі передбачені навчальною програмою з дисципліни аудиторні навчальні заняття та одержали на них позитивні оцінки («5», «4», «3»), а також при вивченні модуля набрали кількість балів, не меншу за мінімальну.

Студенту, який з поважних чи без поважних причин мав пропуски навчальних занять, дозволяється відпрацювати академічну заборгованість до певного визначеного терміну.

Форми проведення підсумкового модульного контролю мають бути стандартизованими і включати контроль теоретичної та практичної підготовки.

Максимальна кількість балів, яку може набрати студент під час складання підсумкового модульного контролю, становить 80.

Підсумковий модульний контроль вважається зарахованим, якщо студент набрав *не менше 50 балів*.

Оцінювання модуля та дисципліни

Оцінка за модуль визначається як сума підсумкового балу за поточну навчальну діяльність та балу за підсумковий модульний контроль і відображається за 200-бальною шкалою. Оцінка з дисципліни виставляється лише студентам, яким зараховані усі модулі з дисципліни.

Конвертація кількості балів з дисципліни в оцінки за шкалою ECTS та за чотирибальною (традиційною) шкалою

Бали шкали ECTS у чотирибальну шкалу НЕ КОНВЕРТУЮТЬСЯ і навпаки.

Бали з дисципліни для студентів, які успішно виконали програму з дисципліни, конвертуються **кафедрою** у традиційну чотирибальну шкалу за абсолютними критеріями як нижче наведено у таблиці.

Оцінка за 200-бальною шкалою	Оцінка за чотирибальною шкалою
Від 180 до 200 балів	«5»
Від 150 до 179 балів	«4»
Від 149 до мінімальної кількості балів, яку повинен набрати студент	«3»
Нижче мінімальної кількості балів, яку повинен набрати студент	«2»

Студенти, які навчаються на одному факультеті, курсі, за однією спеціальністю, на основі кількості балів, набраних з дисципліни, ранжуються за шкалою ECTS таким чином:

Оцінка ECTS	Статистичний показник
«А»	Найкращі 10 % студентів
«В»	Наступні 25 % студентів
«С»	Наступні 30 % студентів
«D»	Наступні 25 % студентів
«Е»	Останні 10 % студентів

Ранжування з присвоєнням оцінок «А», «В», «С», «D», «Е» проводиться деканатами для студентів відповідного курсу та факультету, які навчаються за однією спеціальністю і **успішно** завершили вивчення дисципліни.

Студенти, які одержали оцінки «FX» та «F» («2») не вносяться до списку студентів, що ранжуються, навіть після перескладання модуля. Такі студенти після перескладання автоматично отримують бал «Е».

Оцінки з дисципліни «FX», «F» («2») виставляються студентам, яким не зараховано хоча б один модуль з дисципліни після завершення її вивчення.

Оцінка «FX» виставляється студентам, які набрали мінімальну кількість балів за поточну навчальну діяльність, але яким не зарахований підсумковий модульний контроль. Ця категорія студентів має право на перескладання підсумкового модульного контролю за затвердженим графіком (але не пізніше початку наступного семестру). Повторне складання підсумкового модульного контролю дозволяється не більше двох разів.

Оцінка «F» виставляється студентам, які набрали відвідали усі аудиторні заняття з дисципліни, але не набрали мінімальної кількості балів за поточну навчальну діяльність. Ця категорія студентів має право на повторне вивчення дисципліни.

Студенти, які набрали кількість балів з дисципліни. Що відповідає оцінці «не зараховано» (за рейтингом деканату оцінки «FX», «F»), не вносяться до переліку студентів, що ранжуються в деканатах, навіть після перескладання заліку з дисципліни і отримання оцінки «зараховано». Такі студенти після перескладання заліку з дисципліни автоматично в рейтингах деканатів отримують оцінку «Е».

19. РЕКОМЕНДОВАНА ЛІТЕРАТУРА

19.1. Базова

1. Вітенко І.С., Борисюк А.С., Вітенко Т.І. Соціально-психологічний тренінг: цикл вправ для підготовки лікарів-медичних психологів: навчально-методичний посібник. Чернівці: Книги– XXI, 2005.
2. Корнев М.Н., Коваленко А.Б. Соціальна психологія: підручник. К., 2005. 304с.
3. Матійків І. М. Тренінг емоційної компетентності: навч.-метод. посібник. К.: Педагогічна думка, 2012. 112 с.
4. Мілютіна К. Л. Теорія і практика психологічного психотренінгу. К.: МАУП, 2004. 192 с.
5. Федорчук В. М. Тренінг особистісного зростання: навч. посіб. К. : «Центр учбової літератури», 2014. 250 с.
6. Шевчук О. М. Організація і методика соціально-педагогічного тренінгу : навчальний посібник. Умань : ПП Жовтий, 2011. 133 с.

19.2. Допоміжна:

1. Анн Л.Ф. Психологический тренинг с подростками. СПб.: Питер, 2007. 271с.
2. Борисюк А. С., Двіжона О. В. Профілактика та корекція важковиховуваності: цикл тренінгових вправ. Навчально-методичний посібник. Чернівці: Книги–XXI, 2006.
3. Вітенко І.С. Соціально-психологічний тренінг: цикл вправ для підготовки лікарів-медичних психологів. Чернівці: Книги – XXI, 2008. 122 с.
4. Головей Л.А, Рыбалко Е.Ф. Практикум по возрастной психологии. СПб. : Речь, 2006. 694с.
5. Джонсон Девід В. Соціальна психологія : тренінг міжособистісного спілкування / пер. з англ. В. Хомика. К.: Вид. дім «КМ Академія», 2003. 288 с.

6. Ільченко І.С., Перепелюк Т.Д. Різновиди соціально-психологічних тренінгів. Умань, ПП Жовтий, 2011. 264 с.
7. Карпенко Є.В. Основи психотренінгу: навчальний посібник. Дрогобич: Просвіт, 2015. 78 с.
8. Ли Д. Практика групового тренінга. СПб.: Питер, 2001.
9. Лютова Е., Мона Г. Шпаргалка для взрослых: Психокоррекционная работа с гиперактивными, агрессивными, тревожными и аутичными детьми. СПб.: Речь, 2002. 168с.
10. Майерс Д. Социальная психология. Интенсивный курс. СПб., 2000.
11. Макарычева Г.И. Тренинг для подростков: профилактика асоциального поведения. - СПб.: Речь, 2007. 192с.
12. Орбан-Лембрик Л.Е. Соціальна психологія: Підручник: у 2 кн. Кн. 1: Соціальна психологія особистості і спілкування. К.: Либідь, 2004. 576 с.
13. Орбан-Лембрик Л.Е. Соціальна психологія: Підручник: у 2 кн. Кн.2: Соціальна психологія груп. Прикладна соціальна психологія. К.: Либідь, 2006. 560 с.
14. Орбан-Лембрик Л.Е., Подгурецькі Ю. Психологічні засади спілкування: Монографія. Івано-Франківськ: Нова Зоря, 2008. 416 с.
15. Шевчук О.М. Організація і методика соціально-психологічного тренінг. Умань: ПП Жовтий О.О, 2011. 133с.
16. Панкратов А. Н. Манипуляции в общении и их нейтрализация. М.: Изд-во Ин-та психотерапии, 2000.
17. Психотехнологии группового тренинга: Учебное пособие. СПб.: СПбГИПСР, 2008. 176 с.
18. Сидоренко Э. В. Мотивационный тренинг. СПб.: Речь, 2001.
19. Сидоренко Э. В. Тренинг влияния и противостояния влиянию. СПб.: Речь, 2004.
20. Смит Г. К. Тренинг прогнозирования поведения: тренинг сенситивности: Пер. с англ. СПб.: Речь, 2001.
21. Солдатова Г.У. Тренинг толерантности для подростков. М.: Изд. МГУ, 2006.
22. Турищева Л. В. Корекційна робота соціального педагога. Ігри та вправи. Х.: Вид. група «Основа», 2012. 127с.

20. ІНФОРМАЦІЙНІ РЕСУРСИ

1. Сервер дистанційного навчання ВДНЗ України БДМУ – (moodle.bsmu.edu.ua)
2. Сайт ВДНЗ України БДМУ – (www.bsmu.edu.ua)
3. Сайт кафедри психології та філософії ВДНЗ України БДМУ – (psychology.bsmu.edu.ua)
4. Афанасьєва Н.Є., Перелигіна Л.А Теоретико-методологічні основи соціально-психологічного тренінгу: навчальний посібник – електр. видання. Доступ до джерела: <http://file:///E:/%D0%9B%D1%8E%D0%B1%D0%B0/KAFEDRA/Kafedra2019-2020/%D0%9F%D1%80%D0%BE%D0%B3%D1%80%D0%B0%D0%BC%D0%B82019-2020/%D0%9C%D0%A1%D0%9F%D0%A2%20%D0%BD%D0%B0%D0%B2%D1%87%D0%B0%D0%BB%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>

21. УКЛАДАЧІ ДОВІДНИКА ДЛЯ СТУДЕНТА (СИЛАБУСУ)

Любіна Любов Анатоліївна – старший викладач кафедри психології та філософії, кандидат психологічних наук.

Осипенко Вікторія Анатоліївна –викладач кафедри психології та філософії, кандидат психологічних наук.