

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ
УКРАЇНИ
ПРИКАРПАТСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ
УНІВЕРСИТЕТ ІМЕНІ ВАСИЛЯ СТЕФАНІКА



Факультет психології

Кафедра загальної та клінічної психології

СИЛАБУС НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Теорія і практика психологічного тренінгу

Рівень вищої освіти – перший(бакалаврський)

Освітня програма «Реабілітаційна психологія»

Спеціальність 053 Психологія

Галузь знань 05 Соціальні та поведінкові науки

Затверджено на засіданні кафедри
Протокол № 1 від «1» вересня 2023 р.

м. Івано-Франківськ – 2023

ЗМІСТ

1. Загальна інформація
2. Анотація до курсу
3. Мета та цілі курсу
4. Результати навчання (компетентності)
5. Організація навчання курсу
6. Система оцінювання курсу
7. Політика курсу
8. Рекомендована література

1. Загальна інформація	
Назва дисципліни	Теорія і практика психологічного тренінгу
Викладач	Доктор психолог.н., професор Міщиха Лариса Петрівна
Контактний телефон викладача	0999115572
Е-mail викладача	larisa.michucha@pnu.edu.ua
Формат дисципліни	Очне/заочне
Обсяг дисципліни	180 год.; кількість кредитів ECTS – 6
Посилання на сайт дистанційного навчання	https://d-learn.pnu.edu.ua/
Консультації	згідно розкладу
2. Анотація до навчальної дисципліни	
Навчальна дисципліна спрямована на розвиток вмінь майбутніх психологів надавати психологічну допомогу особистості в груповому форматі.	
3. Мета та цілі навчальної дисципліни	
Мета курсу: дати основи знань з теорії та практики психологічного тренінгу; сформувати у студентів досвід практичного застосування знань в організації та проведення тренінгів у майбутній професійній діяльності.	
Цілі курсу:	
<ol style="list-style-type: none"> 1. Здійснити теоретичне обґрунтування феномену «груповий тренінг». 2. Розкрити психологічні особливості тренінгової групи. 3. Накреслити цілі тренінгової групи та її переваги над іншими формами психологічної роботи. 4. Окреслити основні етапи розвитку групи в тренінгу. 5. Розкрити основні ролі та стилі роботи групового тренера. 6. Розкрити основні види тренінгових груп. 7. Навчити студентів організувати і проводити груповий тренінг. 	
4. Загальні та спеціальні (фахові) компетентності	
Загальні компетентності	
Інтегральна компетентність. Здатність розв'язувати складні спеціалізовані задачі та практичні проблеми у сфері психології, клінічної та реабілітаційної психології та професійної підготовки у процесі навчання, що передбачає застосування теорій та методів психологічної науки і характеризується комплексністю та невизначеністю умов і вимог.	
Загальні компетентності (ЗК)	
ЗК1. Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях.	
ЗК2. Знання та розуміння предметної області та розуміння професійної діяльності.	
ЗК8. Навички міжособистісної взаємодії, професійно володіти соціально-психологічними механізмами взаєморозуміння і взаємовпливу.	
ЗК9. Здатність працювати в команді.	

ЗК12. Здатність і готовність розуміти психологічний зміст суспільних процесів і впливати на них з позицій принципу гуманізму; діяти соціально відповідально та свідомо; ставитись з повагою до мультикультурності та різноманітності.

Спеціальні (фахові, предметні) компетентності (СК)

СК3. Здатність до розуміння природи поведінки, діяльності та вчинків.

СК8. Здатність організувати та здійснювати психологічну реабілітацію, надавати психологічну допомогу (індивідуальну та групову).

СК10. Здатність дотримуватися норм професійної етики.

СК11. Здатність до особистісного та професійного самовдосконалення, навчання та саморозвитку, адаптація до нових ситуацій у сфері професійної діяльності.

5. Програмні результати навчання

ПР12. Складати та реалізувати програму реабілітаційно-психологічних, психопрофілактичних та просвітницьких дій, заходів психологічної допомоги у формі лекцій, бесід, круглих столів, ігор, тренінгів, тощо, відповідно до вимог замовника.

ПР13. Взаємодіяти, вступати у комунікацію, бути зрозумілим, толерантно ставитися до осіб, які мають інші культуральні чи гендерно-вікові відмінності.

ПР14. Забезпечувати оптимальні психолого-педагогічні умови розвитку особистості з урахуванням її індивідуально-психологічних особливостей.

ПР16. Знати, розуміти та дотримуватися етичних принципів професійної діяльності психолога.

ПР17. Демонструвати соціально відповідальну та свідому поведінку, слідувати гуманістичним та демократичним цінностям у професійній та громадській діяльності.

6. Організація навчання

Обсяг навчальної дисципліни

Вид заняття	Загальна кількість годин
лекції	24/8
семінарські / практичні / лабораторні заняття	36/12
самостійна робота	120/160

Ознаки навчальної дисципліни

Семестр	Спеціальність	Курс (рік навчання)	Нормативний / вибірковий
3	Психологія	2	Вибірковий

Тематика навчальної дисципліни

Тема	лекції	семінарські заняття	самостійна робота
Тема 1. Історія розвитку групових методів роботи 1. Теорія «тваринного магнетизму» Ф. А. Месмера. 2. Групова психотерапія і гіпноз. 3. Психологічні аспекти групових методів. 4. Групові методи в психоаналізі й інших психологічних школах Заходу. 5. Сучасні групові методи роботи у психології. Українська психологічна школа групових методів роботи.	2	2	8

<p><u>Самостійна робота:</u> Підготувати реферати на тему(на вибір): Теорія «тваринного магнетизму» Ф. Месмера; «Психологічний тренінг в Україні: становлення та розвиток»</p>			
<p>Тема 2. Психологічний тренінг як метод практичної психології</p> <p>1.Співвідношення понять «групова психотерапія», «групова психокорекція», «груповий тренінг».</p> <p>2.Загальне уявлення про психологічний тренінг.</p> <p>3.Специфічні риси і основні парадигми тренінгу.</p> <p><u>Самостійна робота:</u> Описати співвідношення понять: групова психотерапія, групова психокорекція, груповий тренінг</p>	2	2	12
<p>Тема 3. Зміст, завдання тренінгової групи</p> <p>1.Цілі тренінгової групи.</p> <p>2.Переваги групової форми психологічної роботи.</p> <p>3.Принципи роботи в групі.</p> <p>4.Рольові позиції в групі.</p> <p><u>Самостійна робота:</u></p> <p>1.Виписати основні завдання та цілі групового тренінгу</p> <p>2.Творча робота: організація і проведення тренінгу(за вибором теми)</p>	2	4	10
<p>Тема 4. Психологічні особливості тренінгової групи</p> <p>1.Поняття групової динаміки.</p> <p>2.Групова згуртованість.</p> <p>3.Гомогенність і гетерогенність тренінгових груп.</p> <p>4.Якісний склад тренінгових груп. Кількісний склад тренінгових груп.</p> <p><u>Самостійна робота:</u></p> <p>1.Описати особливості прояву емоційного інтелекту на кожному віковому етапі розвитку.</p> <p>2.Виписати основні переваги та недоліки групової форми психологічної роботи.</p>	2	4	10

3.Виписати та проаналізувати основні принципи роботи в тренінгу			
Тема 5. Загальні тренінгові методи 1.Групова дискусія. 2.Ігрові методи. 3.Методи, спрямовані на розвиток соціальної перцепції. 4.Медитативні техніки <u>Самостійна робота:</u> 1.Побудувати модель-схему основних тренінгових методів. 2.Творча робота: організація і проведення тренінгу(за вибором теми)	2	4	10
Тема 6. Класифікація тренінгових груп 1.Основні види тренінгових груп. 2.Критерії класифікації тренінгових груп. 3.Групи інтрапсихічного спрямування. 4.Поведінкові групи. <u>Самостійна робота:</u> 1.Побудувати таблицю розподілу тренінгових груп за параметром інтрапсихічного й поведінкового спрямування. 2.Творча робота: організація і проведення тренінгу (за вибором теми)	2	2	10
Тема 7. Загальні уявлення про стадії розвитку групи в тренінгу. Початкова стадія розвитку групи. 1.Особливості початкової стадії роботи групи і задачі терапевта. 2.Основні цілі терапевта на початковій стадії. 3.Структурування роботи групи. <u>Самостійна робота:</u>	2	2	10

<p>1.Виписати основні завдання тренера на початковій стадії функціонування групи</p> <p>2.Творча робота: організація і проведення тренінгу (за вибором теми)</p>			
<p>Тема 8. Перехідна стадія</p> <p>1.Конфлікти між учасниками групи.</p> <p>2.Конфлікти учасників з терапевтом.</p> <p>3.Підгрупи в групі.</p> <p>4.Основні цілі терапевта на перехідній стадії.</p> <p><u>Самостійна робота:</u></p> <p>1.Виписати основні завдання тренера на перехідній стадії функціонування групи</p> <p>2.Творча робота: організація і проведення тренінгу (за вибором теми)</p>	2	2	10
<p>Тема 9. Продуктивна стадія. Завершальна стадія</p> <p>1.Саморозкриття учасників.</p> <p>2.Оцінка ефективності роботи групи.</p> <p>3.Контрольні зустрічі.</p> <p><u>Самостійна робота:</u></p> <p>1.Виписати основні завдання тренера на продуктивній та завершальній стадіях функціонування групи</p> <p>2.Творча робота: організація і проведення тренінгу (за вибором теми)</p>	2	2	10
<p>Тема 10. Ведучий тренінгової групи</p> <p>1.Основні ролі ведучого групи.</p> <p>2.Стили керівництва групою.</p> <p>3.Характеристика особистості групового тренера.</p> <p>4.Підготовка ведучих тренінгових груп.</p> <p><u>Самостійна робота:</u></p> <p>1.Виписати основні компетенції, якими має володіти тренер групи тренінгу</p> <p>2.Творча робота: організація і проведення тренінгу(за вибором теми)</p>	2	2	10

<p>Тема 11. Розвиток професійної самосвідомості в тренінгу</p> <p>1.Розвиток самосвідомості як мета тренінгу. 2.Організаційні аспекти комплектування груп і проведення занять.</p> <p><u>Самостійна робота:</u></p> <p>Творча робота: організація і проведення тренінгу (за вибором теми)</p>	2	4	10
<p>Тема 12. Організаційні аспекти тренінгу</p> <p>1.Складання структури тренінгу. 2.Прелімінарна зустріч. 3.Тематична спрямованість тренінгової групи. 4.Підбір психотехнологій та методів роботи у тренінговій групі.</p> <p><u>Самостійна робота:</u></p> <p>1.Написати і проаналізувати сценарій тренінгу (вибрати тематику, яка додається) 2.Творча робота: організація і проведення тренінгу (за вибором теми)</p>	2	6	10
ЗАГ:	24	36	120

7. Система оцінювання навчальної дисципліни

<p>Загальна система оцінювання навчальної дисципліни</p>	<p style="text-align: center;">Розподіл балів, що отримують студенти</p> <p>Оцінювання навчальних досягнень студентів за усіма видами навчальних робіт проводиться за <i>поточним</i> та <i>підсумковим</i> контролюями. Поточний контроль знань студентів з навчальної дисципліни проводиться в усній та письмовій формі (тестування, контрольна робота, самостійна робота).</p> <p>Контроль самостійної роботи проводиться шляхом перевірки виконаних завдань. Усі контрольні заходи включено до 100-бальної шкали оцінювання.</p> <p>Оцінювання знань студентів здійснюється за 100-бальною шкалою, де 50 балів відводиться на оцінку усних відповідей студентів, тестування, презентації, виконання самостійної роботи та контрольної роботи і 50 балів – залік.</p>
--	--

Виходячи з цього, оцінка **«відмінно»** ставиться за наявність у студента вичерпних і правильних знань щодо головних проблем курсу, розгляду яких були присвячені лекційні та семінарські заняття. При цьому знання повинні бути осмисленими, що проявляється у повноті та адекватності їх пояснення. Вміння підходити до рішення завдання не тільки у форматі репродукції, але й творчого мислення.

Оцінка **«добре»** ставиться за наявність у студента знань щодо більшості тем з навчальної дисципліни, які передбачені навчальною програмою. При цьому знання характеризуються адекватністю, але є частково усвідомленими (студент по формі відповідає правильно, а пояснити смисл може не завжди).

Оцінка **«задовільно»** ставиться за наявність у студента фрагментарних знань з курсу, які при цьому не завжди точно ним розуміються і недостатньо повно вербалізуються.

Оцінка **«незадовільно»** ставиться за відсутність у студента знань щодо головних проблем курсу, або ж за наявність часткових знань, які він неправильно розуміє і неправильно трактує.

Поточне оцінювання									Сума
Змістовий модуль I				Змістовий модуль II					
T1	T2	T3	T4	T5	T6	T7	T8	T9	100
-опитування на семінарських заняттях (максимум 5 б); -робота в групі (кейси, дискусії, круглі столи тощо)- 10 б - навчально-дослідна робота (письмовий звіт) -10 балів				-опитування на семінарських заняттях (максимум 5 б); -робота в групі (кейси, дискусії, круглі столи тощо)- 10 б -навчально-дослідна робота (письмовий звіт)-10 балів та її презентація (максимум 10 б); Самостійна робота-5 балів					

	та її презентація (максимум 10 б); - Самостійна робота-5 балів Підсумковий контроль – залік - 50 балів Сумарна кількість – 100 балів.	Підсумковий контроль – залік - 50 балів Сумарна кількість – 100 балів.	
Контрольна робота – 10 б.			
<p><u>Самостійна робота</u> студентів оцінюється максимум в 5 балів, залежно від виду роботи.</p> <p><u>Вимоги до оцінювання самостійної роботи студентів:</u> Завдання, які оцінюються у 2 бали: 2 бали виставляється у тих випадках, якщо завдання здані вчасно і в повному обсязі з дотриманням правил академічної доброчесності. 1 бал виставляється, якщо завдання не здано у повному обсязі або невчасно. 0 балів виставляється, якщо завдання не здано.</p> <p>Завдання, які оцінюються у 5 балів: 5 балів виставляється, якщо завдання виконане вчасно і в повному обсязі з дотриманням правил академічної доброчесності, є креативними, відповідає обраній темі і меті. 4 бали виставляється, якщо завдання здано вчасно і у повному обсязі, проте є незначні помилки. 3 бали виставляється, якщо завдання виконане не в повному обсязі, або дещо не відповідає обраній темі чи вимогам, є певні неточності у змісті, не вказано джерела. 2-1 бал виставляється, якщо завдання не здано у повному обсязі або невчасно, зміст поданий невірно. 0 балів виставляється, якщо завдання не виконано.</p> <p>Для оперативного опитування студентів на семінарських заняттях використовують тестовий контроль знань, що містить завдання з вибором однієї правильної відповіді з чотирьох запропонованих. Тестування відбувається на платформі https://d-learn.pnu.edu.ua/.</p>			
Вимоги до письмових робіт	<p><u>Контрольна робота</u> студентів максимально оцінюється у 10 балів. При цьому. 9-10 б. виставляється, коли питання контрольної роботи розкриті повністю, наведені приклади описаних явищ, подано обґрунтування виникнення того чи іншого явища, наведені прізвища вчених, які займалися цією проблематикою. 8-7 б. виставляються у разі недостатнього аналізу явища на основі теорій та моделей, наведено лише один приклад, питання розкрито не в повній мірі, проте студент дав відповіді на всі питання. 6-5 б. за контрольну роботу виставляється, коли студент не відповів на одне питання контрольної роботи, проте дав часткові відповіді на решта і не навів приклади</p>		

	<p>описаних явищ. 4-3 б. виставляється, коли студент не відповів на половину питань, проте дав часткові малозмістовні відповіді на решта. 2-1 б. виставляється студенту, який не відповів на жодне питання, або у відповідях не розкритий зміст питання.</p> <p>Термін написання – після 7 семінарського заняття (для денної форми), за 10 днів до початку сесії (для заочної форми).</p> <p>Форма здачі контрольної роботи – письмова (від руки) або тестування (для заочної форми та для денної форми, якщо навчання дистанційне).</p>														
Семінарські заняття	<p>Опитування оцінюються за 5-ти бальною системою. При цьому, студенти здійснюють огляд літератури за ключовими поняттями теми, анотують та конспектують першоджерела, оформляють відповіді на питання семінару, дискутують з приводу специфіки надання психологічної допомоги постраждалих у різних надзвичайних ситуаціях. Усне опитування студентів може здійснюватися індивідуально або фронтально.</p> <p>Опитування може також здійснюватися здійснюється за допомогою тестування і оцінюється у 10 балів. Загальний бал за семінарські заняття – це сума балів за усне і письмове опитування протягом семестру, враховуючи ваговий коефіцієнт, що фіксується в електронному журналі.</p>														
Умови допуску до підсумкового контролю	<p>Виконання усіх запланованих робочою програмою дисципліни форм навчальної роботи, які підлягають контрольному оцінюванню. Пропущені заняття відпрацьовуються протягом місяця (усно або ж за допомогою тестів) після пропущеного заняття.</p> <p>Самостійна робота (конспект) повинні бути здані до завершення змістового модуля з теми.</p>														
Підсумковий контроль	<p>Форма контролю : залік. Форма здачі : письмова.</p> <p>Залік з курсу «Психологічна допомога у надзвичайних ситуаціях» виставляється за загальною сумою балів з усіх виконаних завдань, що передбачені робочою програмою.</p> <p style="text-align: center;">Шкала оцінювання заліку</p> <table border="1" data-bbox="691 1805 1485 2067"> <thead> <tr> <th>Університетська</th> <th>Національна</th> <th>Шкала ECTS</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>90 – 100</td> <td rowspan="5" style="text-align: center;">Зараховано</td> <td>A</td> </tr> <tr> <td>80 – 89</td> <td>B</td> </tr> <tr> <td>70 – 79</td> <td>C</td> </tr> <tr> <td>60 – 69</td> <td>D</td> </tr> <tr> <td>50 – 59</td> <td>E</td> </tr> </tbody> </table>	Університетська	Національна	Шкала ECTS	90 – 100	Зараховано	A	80 – 89	B	70 – 79	C	60 – 69	D	50 – 59	E
Університетська	Національна	Шкала ECTS													
90 – 100	Зараховано	A													
80 – 89		B													
70 – 79		C													
60 – 69		D													
50 – 59		E													

	26 – 49	Не зараховано	FX
	0-25		F

8. Політика навчальної дисципліни

Політика навчальної дисципліни спрямована на активну взаємодію у групі студентів, атмосферу доброзичливості з дотриманням правил академічної доброчесності. Студенти відвідують лекції та семінарські заняття. Відпрацювати пропущені заняття студенти зможуть письмово (виконати тести та ін.) або усно протягом місяця після пропущеного заняття. Написання контрольної роботи та виконання самостійної роботи є обов'язковим. У випадку невиконання студентами вищезначених вимог, випадків плагіату, виявів академічної недоброчесності (списування) студент буде недопущений до здачі заліку. Студенти, які навчаються за індивідуальним графіком, виконують всі завдання згідно вимог, проходять тестування.

Виконання завдання пізніше встановленого терміну знижується на бал

Невідповідна поведінка під час заняття не допускається, однак зниженням оцінки не карається.

Додаткові бали даються за ініціативність, творчість, неординарність

Неформальна освіта вітається і заохочується додатковими балами. Рекомендовані платформи: Coursera, Prometheus, участь у конференціях та семінарах.

Контактна інформація

Кафедра	Кафедра загальної та клінічної психології, 57, Шевченка, факультет психології, kpr@pnu.edu.ua
Викладач (і)	Міщиha Лариса Петрівна
Контактна інформація викладача	larisa.michucha@pnu.edu.ua

9. Рекомендована література

Основна:

Карпенко Є. Основи психотренінгу : навч. посібник. Дрогобич : Видавничий відділ Дрогобицького державного педагогічного університету імені Івана Франка, 2015. 78 с.

Карпенко Є. Методи сучасної психотерапії : навч. посібник. Дрогобич : Видавничий відділ Дрогобицького державного педагогічного університету імені Івана Франка, 2015. 120 с.

Матійків І. М. Основи тренерської майстерності : [навч.-метод. посіб.] Львів : Компанія «Манускрипт», 2012. 392 с.

Мілютіна К. Л. Теорія та практика психологічного тренінгу : [навч. посіб.]. К. : МАУП, 2004. 192 с.

Організація і методика соціально-педагогічного тренінгу: Навчальний посібник// Уклад. : О. М. Шевчук. Умань : ПП Жовтий, 2011. 133 с.

Пеньковська Н. М. Основи психологічного консультування в методі позитивної психотерапії : навч. посіб. Тернопіль : Крок, 2014. 286 с.

Технологія тренінгу / Упоряд. : О. Главник, Г. Бевз / [За заг. ред. С. Максименко]. К. : Главник, 2005. 112с. (Психолог, інструментарій).

Додаткова:

Дячок О.В. СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНИЙ ТРЕНІНГ ДЛЯ ПІДЛІТКІВ, СПРЯМОВАНИЙ НА ПРОФІЛАКТИКУ ТА ПОДОЛАННЯ НЕГАТИВНИХ ПРОЯВІВ ПЕРЕЖИВАННЯ САМОТНОСТІ/International Journal of Innovative Technologies in Social Science6 (27), September 2020

<file:///C:/Users/larys/Downloads/sotsialno-psihologichniy-trening-dlya-pidlitkiv-spryamovaniy-na-profilaktiku-ta-podolannya-negativnih-proyaviv-perezhivannya-samotnosti.pdf>

Психологічна енциклопедія / [Автор-упорядник О. М. Степанов]. К. : Академвидав, 2006. 424 с

8. Шапар Б. В. Сучасний тлумачний психологічний словник. Х. : Прапор, 2007. 640 с.

Викладач: Міщина Лариса Петрівн

