

**МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ РЕСПУБЛИКИ БЕЛАРУСЬ**

Учебно-методическое объединение по педагогическому образованию

УТВЕРЖДАЮ

Первый заместитель Министра  
образования Республики Беларусь

\_\_\_\_\_ И.А.Старовойтова

Регистрационный № ТД - \_\_\_\_\_/тип.

**СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ ТРЕНИНГ ОБЩЕНИЯ**

**Типовая учебная программа**  
**по учебной дисциплине для специальности**  
**1-03 04 03 Практическая психология**

**СОГЛАСОВАНО**

Председатель учебно-методического  
объединения по педагогическому  
образованию

\_\_\_\_\_ А.И.Жук

**СОГЛАСОВАНО**

Начальник Главного управления  
воспитательной работы и  
молодежной политики  
Министерства образования  
Республики Беларусь

\_\_\_\_\_ Э.В.Томильчик

**СОГЛАСОВАНО**

Начальник Главного управления  
профессионального образования  
Министерства образования  
Республики Беларусь

\_\_\_\_\_ С.А.Касперович

**СОГЛАСОВАНО**

Проректор по научно-методической  
работе Государственного учреждения  
образования «Республиканский  
институт высшей школы»

\_\_\_\_\_ И.В.Титович

Эксперт-нормоконтролер

**СОСТАВИТЕЛИ:**

Н.Л.Пузыревич, заведующий кафедрой социальной и семейной психологии Института психологии учреждения образования «Белорусский государственный педагогический университет имени Максима Танка», кандидат психологических наук;

И.В.Ворошила, старший преподаватель кафедры социальной и семейной психологии Института психологии учреждения образования «Белорусский государственный педагогический университет имени Максима Танка»;

Н.С.Данилова, старший преподаватель кафедры социальной и семейной психологии Института психологии учреждения образования «Белорусский государственный педагогический университет имени Максима Танка»;

Н.А.Юркевич, старший преподаватель кафедры социальной и семейной психологии Института психологии учреждения образования «Белорусский государственный педагогический университет имени Максима Танка».

**РЕЦЕНЗЕНТЫ:**

Кафедра психологии и коррекционной работы учреждения образования «Могилёвский государственный университет имени А.А.Кулешова» (протокол № 11 от 06.05.2021);

Т.Е.Яценко, декан факультета педагогики и психологии учреждения образования «Барановичский государственный университет», кандидат психологических наук, доцент.

**РЕКОМЕНДОВАНА К УТВЕРЖДЕНИЮ В КАЧЕСТВЕ ТИПОВОЙ:**

Кафедрой социальной и семейной психологии Института психологии учреждения образования «Белорусский государственный педагогический университет имени Максима Танка» (протокол № 11 от 06.05.2021);

Научно-методическим советом учреждения образования «Белорусский государственный педагогический университет имени Максима Танка» (протокол № 6 от 26.05.2021);

Научно-методическим советом по социально-педагогическому, психологическому специальному и инклюзивному образованию учебно-методического объединения по педагогическому образованию (протокол № 4 от 17.06.2021).

Ответственный за редакцию: Н.Л.Пузыревич

Ответственный за выпуск: Н.Л.Пузыревич

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Типовая учебная программа по учебной дисциплине «Социально-психологический тренинг общения» разработана для учреждений высшего образования Республики Беларусь в соответствии с требованиями образовательного стандарта высшего образования первой ступени по специальности 1-03 04 03 Практическая психология.

Введение в систему подготовки профессиональных психологов учебной дисциплины «Социально-психологический тренинг общения» отвечает актуальной потребности интенсификации процесса обучения специалистов социомных профессий. Тренинговая форма занятий, моделирующая ключевые содержательные и функциональные моменты деятельности практического психолога, позволяет использовать активные методы обучения для становления профессионального самосознания, развития профессионально-личностных качеств будущих специалистов. Особенность тренинговой формы работы, насыщенность тренинга личностными событиями, организованное безопасное, поддерживающее взаимодействие с другими обеспечивают наиболее короткий, с точки зрения временных затрат, путь получения личностного опыта переживаний о себе самом и значимых других.

Учебная дисциплина «Социально-психологический тренинг общения» направлена на использование активных методов групповой психологической работы с целью развития компетентности в общении. Понимание коммуникативной компетентности как системы внутренних ресурсов личности, необходимых для построения межличностного взаимодействия, подчеркивает наличие внутренней связи между развитием коммуникативных способностей, личностным и профессиональным ростом.

Основная **цель** учебной дисциплины «Социально-психологический тренинг общения» – формирование у студентов мотивации к обретению субъектности в учебно-профессиональной деятельности, развитие социально-перцептивных и рефлексивных способностей, профессионально значимых компетенций педагога-психолога.

### **Задачи** учебной дисциплины:

1. Овладение психолого-педагогическими знаниями в области межличностного взаимодействия.
2. Осознание собственной причастности к возникающим ситуациям межличностного взаимодействия в тренинговой группе.
3. Рост профессионального самосознания будущих психологов.

Учебная дисциплина «Социально-психологический тренинг общения» основывается на знаниях, полученных при изучении учебных дисциплин

специальности «Введение в общую психологию» и «Психологический тренинг личностного роста». Учебная дисциплина «Социально-психологический тренинг общения» является необходимой базой для изучения такой учебной дисциплины, как «Организация и содержание деятельности педагога-психолога». Тесные междисциплинарные связи «Социально-психологический тренинг общения» имеет с учебной дисциплиной «Теория и методика психологического тренинга».

В результате изучения учебной дисциплины студент должен:

**знать:**

- основные закономерности поведения человека в группе;
- характеристики социального познания;
- прикладные возможности социально-психологических теорий;

**уметь:**

- прогнозировать последствия социального влияния;
- управлять межличностным и межгрупповым взаимодействием;
- бороться с предрассудками и предубеждениями;

**владеть:**

- методами диагностики социально-психологических явлений;
- методами поддержки помогающего поведения и уменьшения агрессии;
- приемами управления групповой работой.

Изучение учебной дисциплины должно обеспечивать формирование у студентов следующих базовых профессиональных компетенций: разрабатывать, проводить и анализировать индивидуальные и групповые коррекционные, в том числе тренинговые, занятия по развитию и исправлению познавательной и эмоциональной сферы личности, формированию психологической культуры личности, обучению эффективным стратегиям межличностных отношений и общения.

В соответствии с образовательным стандартом специальности «Практическая психология» дидактическими единицами учебной дисциплины «Социально-психологический тренинг общения» являются: *Я в общении. Стили общения. Средства общения. Виды слушания. Обратная связь в общении. Эмоции и чувства в общении. Проблемы в общении. Групповая дискуссия. Коммуникативная компетентность в профессиональном взаимодействии. Роль психологического тренинга в личностном и профессиональном становлении психолога.*

На изучение учебной дисциплины отведено всего 108 учебных часов, из них 44 часа – аудиторные занятия. Примерное распределение часов по видам занятий: 44 часа лабораторных занятий.

## ПРИМЕРНЫЙ ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

№	Наименование темы	Количество аудиторных часов
		Лабораторные занятия
1	Я в общении. Стили общения	6
2	Средства общения	6
3	Виды слушания	4
4	Обратная связь в общении	6
5	Эмоции и чувства в общении	6
6	Проблемы в общении	4
7	Групповая дискуссия	4
8	Коммуникативная компетентность в профессиональном взаимодействии	4
9	Роль психологического тренинга в личностном и профессиональном становлении психолога	4
<b>Итого:</b>		<b>44</b>

## **СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

### **ТЕМА 1 Я в общении. Стили общения**

Цели социально-психологического тренинга общения. Основные правила-нормы общения между участниками группы. Самопрезентация стиля общения участников группы. Трудности и ошибки в межличностном взаимодействии. Зона ближайшего саморазвития в общении.

### **ТЕМА 2 Средства общения**

Понятие о средствах общения: невербальные, вербальные и паралингвистические. Невербальные средства: взаимное расположение в пространстве, позы, жесты, мимика, контакт глаз, оформление внешности, прикосновения и запахи. Вербальные средства общения: смысл высказываний, подбор выражений, правильность речи и разные виды её неправильности.

Паралингвистические средства: особенности произнесения речи и неречевых звуков, качество голоса. Вербальные, невербальные и паралингвистические сигналы, располагающие к контакту в общении и препятствующие ему.

### **ТЕМА 3 Виды слушания**

Виды слушания: пассивное, активное и эмпатийное. Анализ содержания сообщения и эмоциональных проявлений собеседника. Условия и правила активного слушания. Основные приемы слушания. Освоение приемов пассивного и активного слушания. Роль эмпатийного слушания в установлении контакта в общении.

### **ТЕМА 4 Обратная связь в общении**

Обратная связь в общении. Цели и правила использования обратной связи. Индивидуальные способы предоставления обратной связи адресату. Антиципация и социальная перцепция.

### **ТЕМА 5 Эмоции и чувства в общении**

Умения и навыки вербализации чувств, восприятия и понимания эмоционального состояния партнера по общению. Влияние эмоций на поведение человека. Сенситивность к невербальному выражению чувств. Регуляция эмоционального напряжения в общении.

## **ТЕМА 6 Проблемы в общении**

Сущность конфликта. Основные понятия: конфликтная ситуация, внутриличностный конфликт, межличностный конфликт. Индивидуальные стратегии поведения в конфликтной ситуации.

## **ТЕМА 7 Групповая дискуссия**

Условия эффективного общения. Стили группового взаимодействия. Способы эффективного решения групповых задач. Понятие о групповой дискуссии, её цели и назначение. Правила ведения групповой дискуссии.

## **ТЕМА 8 Коммуникативная компетентность в профессиональном взаимодействии**

Роль коммуникативной компетентности в профессиональном взаимодействии. Оценка собственных результатов развития социально-психологической компетентности участниками группы.

## **ТЕМА 9 Роль психологического тренинга в личностном и профессиональном становлении психолога**

Влияние индивидуальных особенностей участников на процесс развития их личности и на жизненный путь в целом; формирование позитивного восприятия участников; создание условий для самостоятельной работы по самосовершенствованию. Рефлексия приобретенных знаний о себе и о других.

## ИНФОРМАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ

### ОСНОВНАЯ ЛИТЕРАТУРА

1. Психологический тренинг [Электронный ресурс] : учеб.-метод. комплекс для специальности 1-03 04 03 Практическая психология / сост. : С. В. Петров // Репозиторий БГПУ. – Режим доступа : <http://elib.bspu.by/handle/doc/46940>. – Дата доступа: 19.05.2021.

### ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ЛИТЕРАТУРА

2. Бобченко, Т. Г. Психологические тренинги: основы тренинговой работы : учебное пособие для вузов / Т. Г. Бобченко. – 2-е изд., испр. и доп. – Москва : Юрайт, 2020. – 132 с.

3. Евтихов, О. В. Практика психологического тренинга / О. В. Евтихов. – СПб. : Речь, 2004. – 256 с.

4. Зельдович, Б. З. Активные методы обучения : учебное пособие для вузов / Б. З. Зельдович, Н. М. Сперанская. – 2-е изд., испр. и доп. – Москва : Юрайт, 2021. – 201 с.

5. Леванова, Е. А. Игра в тренинге / Е. А. Леванова, А. Г. Волошина, В. А. Плешаков, А. Н. Собол. – СПб. : Питер, 2011. – 103 с.

6. Марасанов, Г. И. Социально-психологический тренинг / Г. И. Марасанов. – 5-е изд. – М. : Совершенство, 2007. – 251 с.

7. Неумоева-Колчеданцева, Е. В. Психолого-педагогическое взаимодействие участников образовательного процесса : учебное пособие для вузов / Е. В. Неумоева-Колчеданцева. – Москва : Юрайт, 2020. – 159 с.

8. Одинцова, М. А. Сказкотерапевтические технологии в психологическом тренинге : учебник и практикум для вузов / М. А. Одинцова, И. В. Вачков. – Москва : Юрайт, 2021. – 309 с.

9. Пахальян, В. Э. Групповой психологический тренинг / В. Э. Пахальян. – СПб. : Питер, 2006. – 224 с.

10. Рамендик, Д. М. Тренинг личностного роста : учебник и практикум для вузов / Д. М. Рамендик. – 2-е изд., испр. и доп. – Москва : Юрайт, 2021. – 136 с.

11. Садовская, В. С. Основы коммуникативной культуры. Психология общения : учебник и практикум для вузов / В. С. Садовская, В. А. Ремизов. – 2-е изд., испр. и доп. – Москва : Юрайт, 2021. – 169 с.

12. Тренинг профессионально-личностного роста психолога: учеб.-метод. пособие / Под ред. В. И. Слепковой, Н. И. Олифиревич. – Минск : БГПУ, 2001. – 40 с.
13. Фопель, К. Технология ведения тренинга. Теория и практика / К. Фопель. – 2-е изд. – М. : Генезис, 2004. – 161 с.

## **РЕКОМЕНДУЕМЫЕ ФОРМЫ И МЕТОДЫ ОБУЧЕНИЯ**

Целостный педагогический процесс реализуется на основе дидактических принципов научности, сознательности и активности, систематичности и последовательности, доступности в сочетании с высоким уровнем трудности, наглядности, воспитывающего обучения.

Рекомендуется использовать следующие методы и педагогические технологии: построение развивающего образовательного пространства, проектирование, активные методы психологического воздействия (дискуссия, деловая игра, фокус-группы), метод проблемного обучения, метод аналитического отчета.

Методы проблемного обучения (проблемное изложение, частично-поисковый и исследовательский методы), интерактивные методы и метод проектов способствуют поддержанию оптимального уровня активности.

Оперативная обратная связь осуществляется с помощью наблюдения, исходного, промежуточного и итогового контроля, анализа результатов, продуктов деятельности (рефлексивный дневник, эссе, библиография и реферирование литературы, исследовательские и творческие задания, факт-карты).

Для диагностики сформированности компетенций используются разноуровневые задания на лабораторных занятиях.

Рекомендуемая форма текущей аттестации – устный зачёт.

## **ПЕРЕЧЕНЬ РЕКОМЕНДУЕМЫХ СРЕДСТВ ДИАГНОСТИКИ**

- заполнение рефлексивного дневника;
- написание эссе;
- составление библиографии и реферирование литературы по заданной теме;
- выполнение исследовательских и творческих заданий;
- разработка факт-карт;
- устный зачёт.

## МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ОРГАНИЗАЦИИ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ СТУДЕНТОВ

Самостоятельная работа по учебной дисциплине «Социально-психологический тренинг общения» выполняется по заданию и при методическом руководстве преподавателя.

Целью самостоятельной работы является:

- создание условий для реализации творческих способностей студентов;
- развитие академических, профессиональных, социально-личностных компетенций;
- активное включение в учебную, научную, общественную и инновационную деятельность;
- овладение студентами в процессе обучения научными методами познания, умениями и навыками выполнения самостоятельной работы, углубленное и творческое освоение учебного материала;
- формирование у студентов умений и навыков самостоятельного решения актуальных учебных, научных и инновационных задач;
- личностное развитие студентов в качестве субъектов образовательной и профессиональной деятельности.

Самостоятельная работа как важная составная часть образовательного процесса должна опираться на мотивацию студентов, доступность и качество научно-методического и материально-технического обеспечения образовательного процесса, сопровождаться эффективной системой контроля и способствовать усилению практической направленности обучения.

При выполнении самостоятельной работы создаются условия, при которых обеспечивается активная позиция студентов в самостоятельном получении знаний и систематическом применении их на практике.

Формы самостоятельной работы по учебной дисциплине:

- выполнение исследовательских и творческих заданий;
- составление библиографии и реферирование литературы по заданной теме;
- создание факт-карт по изучаемым темам;
- написание эссе на проблемные темы.

Процесс организации самостоятельной работы студентов включает в себя следующие этапы:

1. Подготовительный (определение целей, составление программы, подготовка методического обеспечения, подготовка оборудования);

2. Основной (реализация программы, использование приемов поиска информации, усвоения, переработки, применения, передачи знаний, фиксирование результатов, самоорганизация процесса работы);

3. Заключительный (оценка значимости и анализ результатов, их систематизация, оценка эффективности программы и приемов работы, выводы о направлениях оптимизации труда).

В процессе самостоятельной работы студенты приобретают навыки самоорганизации, самоконтроля, самоуправления, саморефлексии и становятся активным самостоятельным субъектом учебной деятельности.

Выполняя самостоятельную работу под контролем преподавателя студент должен:

- освоить минимум содержания, выносимый на самостоятельную работу студентов и предложенный преподавателем;

- планировать самостоятельную работу в соответствии с графиком самостоятельной работы, предложенным преподавателем;

- самостоятельную работу студент должен осуществлять в организационных формах, предусмотренных учебным планом и рабочей программой преподавателя;

- выполнять самостоятельную работу и отчитываться по ее результатам в соответствии с графиком представления результатов, видами и сроками отчетности по самостоятельной работе студентов.

В качестве контроля самостоятельной работы по учебной дисциплине «Социально-психологический тренинг общения» могут использоваться следующие формы:

- обсуждение результатов выполнения исследовательских и творческих заданий;

- анализ факт-карт по изучаемым темам;

- оценка эссе, библиографии по заданным темам;

- проверка рефлексивного дневника.