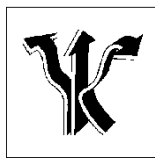


**ПРИВАТНЕ АКЦІОНЕРНЕ ТОВАРИСТВО «ВИЩИЙ НАВЧАЛЬНИЙ
ЗАКЛАД «МІЖРЕГІОНАЛЬНА АКАДЕМІЯ УПРАВЛІННЯ
ПЕРСОНАЛОМ»**



МАУП

НАВЧАЛЬНА ПРОГРАМА

дисципліни

«Методика психологічних тренінгів у системі державного управління»

(для бакалаврів)

Підготовлено доцентом кафедри психології Т.Л. Ткачук

Затверджено на засіданні кафедри психології (протокол № 8 від 20 березня 2018 р.)

Схвалено Вченою радою Навчально – наукового інституту міжнародних відносин та соціальних наук (протокол № 9 від 28 березня 2018 р.)

Ткачук Т.Л. Навчальна програма дисципліни «Методика психологічних тренінгів у системі державного управління» для бакалаврів – К.; МАУП, 2018. - 28с.

Навчальна програма містить пояснювальну записку, навчально-тематичний план, програмний матеріал до вивчення дисципліни “ Методика психологічних тренінгів у системі державного управління ”, теми контрольних робіт, питання для самоконтролю, а також список рекомендованої літератури.

ПОЯСНЮВАЛЬНА ЗАПИСКА

Введення в навчальні плани і програми МАУП дисципліни *“Методика психологічних тренінгів у системі держуправління”* зумовлено значущістю застосування тренінгу у практичній діяльності психолога. Тренінгова діяльність так само, як і психодіагностична, консультаційна і психокорекційна, належить до основних сфер діяльності психолога. Метод тренінгу застосовується в роботі з дітьми і батьками, педагогами і лікарями, агентами у справах продажу і керівниками різних рівнів.

Цілі курсу:

- формування базових основ професійної компетентності в області організації і проведення особливого виду групових форм впливу (соціально-психологічних тренінгів)
- сприяння виробленню практичних навичок з організації та проведення психокорекційних та розвивальних програм, заснованих на застосуванні тренінгових форматів навчання та корекції.

До програми дисципліни входить практикум проведення тренінгу, що передбачає самостійну підготовку слухачем програми тренінгу, підбір вправ та ігор, обговорення і корекцію програми з викладачем, а потім проведення тренінгу з наступним обговоренням і оцінкою членами навчальної групи сильних і слабких сторін тренера-стажиста.

Тематичний план дисципліни “Методика психологічних тренінгів в системі держуправління”

<i>№</i>	<i>Назва змістових модулів і тем</i>	<i>Години</i>
1.	Змістовий модуль 1. Загальні основи теорії соціально-психологічного тренінгу	
	1. Історія становлення поняття про соціально-психологічний тренінг	2
	2. Сутність та місце тренінгу в системі професійного навчання державно-управлінських кадрів	2
	3. Групова динаміка	
	4. Основні фази соціально-психологічного тренінгу	2
	5. Оцінювання ефективності тренінгу	4
2.	Змістовий модуль 2. Методичні основи соціально-психологічного тренінгу	4
	1. Основні методи соціально-психологічного тренінгу	
	2. Гра як провідний метод групової психологічної роботи	2
	3. Ресурси вербальної та невербальної комунікації у тренінгу	2
	4. Феномен ведучого в соціально-психологічному тренінгу	2
3.	Змістовий модуль 3. Практикум проведення соціально-психологічного тренінгу	4
	1. Тренінг ораторської майстерності	2
	2. Тренінг емоційного інтелекту	2
	3. Тренінг урегулювання конфліктних ситуацій в управлінській діяльності	8
		<i>Всього 36 годин</i>

Зміст дисципліни

“Методологія та організація проведення соціально-психологічного тренінгу”

Змістовий модуль 1. Загальні основи теорії соціально-психологічного тренінгу

Тема 1. Історія становлення поняття про соціально-психологічний тренінг

Загальне визначення соціально-психологічного тренінгу. Тренінг як один з методів активного навчання. Основні типи і види СПТ. Тренінг як спосіб перепрограмування моделей поведінки людини. Тренінг як засіб цілеспрямованої зміни групи або організації. Переваги і недоліки групового методу психологічної роботи. Принципи тренінгу: добровільності, активності, конфіденційності, рівноправності.

Література [6; 7; 9; 10; 12; 13; 15; 18; 24; 34; 44]

Тема 2. Сутність та місце тренінгу в системі професійного навчання державно-управлінських кадрів

Тренінг як важливий елемент професійного підвищення кваліфікації державних службовців та посадових осіб місцевого самоврядування. Тренінг як інструмент проведення теорії в практичну діяльність фахівця в системі державного управління. Врахування закономірностей та принципів андрагогіки при проведенні тренінгу з представниками державно-управлінських кадрів. Аналіз конкретних проблемних ситуацій із життя учасників. Виявлення можливостей застосування отриманих знань до різних сфер діяльності дорослих.

Література [2; 10; 12; 13; 15; 17; 37; 44]

Тема 3. Групова динаміка

Поняття групової динаміки. Основні елементи групової динаміки. Феномен малої групи. Групові ролі і норми. Згуртованість і конкуренція у групі. Конфронтація як одна із стадій динаміки групи. Психологічний опір у тренінгу. Лідерство і його типи. Соціально-психологічна структура групи. Соціометрія як метод дослідження групової динаміки.

Література [1; 5; 8- 9; 10; 12; 13; 15; 18; 20; 24; 32]

Тема 4. Основні фази соціально-психологічного тренінгу

Підготовча фаза. Планування та дизайн тренінгу відповідно до потреб учасників. Планування технічного оснащення аудиторії і використання наочних засобів навчання. Підготовка посібника і дидактичного матеріалу для учасників. Фаза знайомства учасників соціально-психологічного тренінгу. Створення доброзичливої атмосфери у групі. Фаза активізації учасників групи як необхідна умова ефективної діяльності та активності у групі.

Робоча фаза: лабіалізація, введення теоретичних основ та оволодіння прийомами нових форм поведінки. Фаза завершення тренінгу, підведення підсумків, зворотній зв'язок.

Література [24-26; 30; 32; 34; 43]

Тема 5. 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 представників замовника.

Література [1-4; 24-26; 30; 32; 34; 43]

Змістовий модуль 2. Методичні основи соціально-психологічного тренінгу

Тема 6. Основні методи соціально-психологічного тренінгу

Презентація (міні-лекція), інструктаж і коментарі тренера. Питання і відповіді. Групова дискусія. Психогімнастика. Психологічні вправи. Демонстрації. Тестування. Брейнстормінг. Робота з методичними матеріалами. Підготовка і захист проєктів.

Література [1; 6; 9; 14; 17-19; 21; 24-26; 30; 32; 34; 43]

Тема 7. Гра як метод групової психологічної роботи

Рольова гра як основний ігровий метод соціально-психологічного тренінгу. Завдання, види рольової гри та принципи проведення. Ділова гра як метод імітації прийняття управлінських рішень. Функції ділової гри. Роль ведучого у організації та проведенні рольових та ділових ігор. Схема обговорення ділових ігор.

Література [6-7; 8-10; 17; 24-26; 30; 32; 34; 40-42]

Тема 8. Ресурси вербальної та невербальної комунікації в тренінгу

Мова як засіб впливу і передачі інформації. Притчі. Казки. Легенди: інтерпретаційний ресурс. Функції "історій". Форми і прийоми трансформації змісту і контексту. Рефремінг. Калібрування вербального повідомлення. Тембр, висота, гучність, інтонація голосу як важливий інструмент мови. Прийоми активізації та управління увагою учасників тренінгу.

Загальне сприйняття тренера. Комунікативна конгруентність. Позичі і положення тіла. Жести: відкриті та закриті. Розуміння невербальних повідомлень. Контроль невербальних повідомлень.

Література [6-7; 8-10; 11; 13; 15; 17; 24-26; 30; 32; 34; 38-39; 41-42]

Тема 9. Феномен ведучого у соціально-психологічному тренінгу

Проблема довіри клієнта до тренера. Керівництво процесом навчання. Вимоги до професійних та особистісних якостей тренера. Ефективні навички спілкування і подання матеріалу. Дотримання професійних етичних норм. Співвідношення автократичності і демократичності у стилі роботи тренера. Виконання тренером функцій експерта, диригента, каталізатора розвитку подій, зразка поведінки. Артистизм тренера. Робота с супервізором з метою підвищення якості роботи тренера.

Література [5-7; 8-10; 17; 24-26; 30; 32; 34; 37-39; 41-42]

Змістовий модуль 3. Практикум проведення соціально-психологічного тренінгу

Тема 10. Тренінг ораторської майстерності

Знайомство. З'ясування очікувань учасників. Розминка. Вправа “Інтерв’ю”. Вправа “Сильні і слабкі сторони у спілкуванні”. Міні-лекція: канали спілкування: вербальний, аудіальний, візуальний. Жести: відкриті та закриті. Конгруентність у спілкуванні. Презентація “Роль невербальної комунікації в діловому спілкуванні”. Обговорення отриманого досвіду. Групова вправа «Ідеальний оратор». Презентації груп.

Компоненти виступу. Прийоми та засоби успішного оратора. Робота з аудиторією: відповіді на запитання, робота із запереченнями, з критикою. Складання власного виступу. Захист проекту. Обговорення результатів тренінгу.

Література [1; 3; 6-7; 13; 17; 20-21; 37-39]

Тема 11. Тренінг емоційного інтелекту

Знайомство друг з другом за допомогою висловлювання власних почуттів «тут і тепер». Обговорення отриманого досвіду. Міні-лекція та презентація: “Емоційний інтелект як здатність розуміти свої почуття та почуття інших людей”. Управління власними емоціями. Трансформація негативних емоцій в позитивні. Вправа “Що я відчуваю”. Поглиблення у власні почуття. Вправа “Зрозуміти без слів”. Обговорення отриманого досвіду. Вправа “Вивільнення гніву”. Медитації в роботі з емоціями. Обговорення та аналіз результатів.

Література [1; 3; 6-7; 13; 17; 20-21; 25-26; 37-39]

Тема 12. Тренінг урегулювання конфліктних ситуацій в управлінській діяльності

Поняття психологічного конфлікту та соціального конфлікту. Особливості виникнення конфліктних ситуацій. Типи конфліктів. Конструктивні та деструктивні

конфлікти. Конструктивний конфлікт як ресурс та можливості розвитку. Методи розв'язання конфліктів, стилі поведінки.

Література [1; 3; 6-7; 13; 17; 20-21; 25-26; 37-39; 44]

Теми контрольних робіт

1. Міні-лекції в роботі тренера.
2. Групова дискусія, вправи, демонстрація як компоненти тренінгу.
3. Тестування в роботі тренера.
4. Ділові та рольові ігри як компоненти тренінгу.
5. Підготовка і захист проектів як компоненти тренінгу.
6. Організація психологічного тренінгу, його складові.
7. Стандарти тренерської роботи при проведенні тренінгу.
8. Індивідуальний стиль у роботі тренера.
9. Оцінювання ефективності тренінгу.
10. Оцінювання ефективності тренінгу за допомогою опитування учасників.
11. Оцінювання ефективності тренінгу на основі спостереження за зміною поведінки учасників.
12. Оцінювання ефективності тренінгу на основі одержаних експертних оцінок від замовників.
13. Види тренінгових груп: основна характеристика.
14. Т-групи: зміст і вимоги.
15. Групи зустрічей: зміст і вимоги.
16. Гештальтгрупи: зміст і вимоги.
17. Групи тілесно-орієнтованої терапії: зміст і вимоги.
18. Групи танцювальної терапії: зміст і вимоги.
19. Психодрама в роботі тренера.
20. Групи, що використовують транзактний аналіз: зміст і вимоги.
21. Групи тренінгу партнерського спілкування: зміст і вимоги.
22. Групи тренінгу інтенсивності: зміст і вимоги.
23. Групи тренінгу фасилітації і медіації: зміст і вимоги.
24. Програма тренінгу навичок переговорів і вирішення конфліктів.
25. Програма тренінгу «Робота зі стресом».
26. Програма тренінгу з командоутворення.
27. Програма тренінгу креативності.

28. Програма тренінгу ефективного спілкування.
29. Програма тренінгу управління емоціями.
30. Програма тренінгу з тілесно-орієнтованої психотерапії.

Питання для самоконтролю

1. Поняття, мета і завдання соціально-психологічного тренінгу.
2. Основні принципи психологічного тренінгу.
3. Принцип добровільної участі: зміст і вимоги.
4. Принцип рівноправності: зміст і вимоги.
5. Принцип активності: зміст і вимоги.
6. Принцип конфіденційності: зміст і вимоги.
7. Принцип дослідницької позиції: зміст і вимоги.
8. Тренінг як спосіб перепрограмування моделей поведінки людини.
9. Тренінг як засіб цілеспрямованої зміни групи чи організації.
10. Історія виникнення тренінгу.
11. Психологічний зміст взаємодії у тренінговій групі.
12. Основні моделі задоволення потреб учасників тренінгу.
13. Підхід у вивченні потреби у тренінгу, орієнтований на розвиток компетентності.
14. Підхід у вивченні потреби у тренінгу, орієнтований на сприяння успішній кар'єрі в організації.
15. Підхід у вивченні потреби у тренінгу, орієнтований на вирішення конкретної проблеми.
16. Підхід у вивченні потреби у тренінгу, орієнтований на встановлення невідповідності актуальних знань, умінь, навичок успішному виконанню визначеної діяльності.
17. Вивчення документів, інтерв'ю і спостереження як основні способи одержання інформації про потреби клієнта у тренінгу.
18. Планування психологічного тренінгу.
19. Основні компоненти тренінгу.
20. Загальна характеристика тренінгу.
21. Міні-лекція, презентація, інструктаж і коментарі тренера як компоненти тренінгу.
22. Групова дискусія, вправи, демонстрація як компоненти тренінгу.
23. Тестування в роботі тренера. Призначення тестування.
24. Гра як компонент тренінгу. Призначення, функції гри.

25. Підготовка і захист проектів як компоненти тренінгу.
26. Організація психологічного тренінгу, його складові.
27. Стандарти тренерської роботи при проведенні тренінгу.
28. Індивідуальний стиль у роботі тренера.
29. Оцінювання ефективності тренінгу.
30. Оцінювання ефективності тренінгу за допомогою опитування учасників.
31. Оцінювання ефективності тренінгу на основі спостереження за зміною поведінки учасників.
32. Оцінювання ефективності тренінгу на основі одержання експертних оцінок від замовників.
33. Види тренінгових груп: основна характеристика.
34. Т-групи: зміст і вимоги.
35. Групи зустрічей: зміст і вимоги.
36. Гештальтгрупи: зміст і вимоги.
37. Групи тілесно-орієнтованої терапії: зміст і вимоги.
38. Групи танцювальної терапії: зміст і вимоги.
39. Групи темоцентрованого аналізу: зміст і вимоги.
40. Групи PRH-аналізу: зміст і вимоги.
41. Групи, що використовують психодраму: зміст і вимоги.
42. Групи, що використовують психосинтез: зміст і вимоги.
43. Групи, що використовують трансактний аналіз: зміст і вимоги.
44. Групи тренінгу партнерського спілкування: зміст і вимоги.
45. Групи тренінгу інтенсивності: зміст і вимоги.
46. Групи тренінгу фасилітації і медіації: зміст і вимоги.
47. Групи тренінгу навичок переговорів і вирішення конфліктів: зміст і вимоги.
48. Групи тренінгу утилізації стресу: зміст і вимоги.
49. Групи тренінгу формування команд: зміст і вимоги.
50. Групи тренінгу креативності: зміст і вимоги.
51. Особливості проведення тренінгу ділового спілкування.
52. Організація відеозйомки і відеоперегляду.
53. Музика у тренінгу.
54. Використання звукових сигналів і сигнальних жестів.
55. Групові правила роботи і групові ритуали.
56. Важкі ситуації в роботі з групою і окремими учасниками.

57. Театралізоване завершення тренінгу та особливості його проведення.
58. Уточнення завдань і складання плану тренінгу.
59. Планування часу (складання розкладу).
60. Резерв часу і резерв вправ.
61. Планування технічного оснащення аудиторії і застосування наочних засобів навчання.
62. Розподіл функцій і планування взаємодії між тренерами.
63. Визначення орієнтирів для спостереження за учасниками у процесі виконання завдань.
64. Планування дій тренерів під час перерв.
65. Підготовка посібника і дидактичного матеріалу для учасників.
66. Фази тренінгу та їх характеристика.
67. Планування процедури початку і завершення тренінгу.
68. Принцип тренерського моделювання.
69. Форми та види психодрами.
70. Тренінг самоствердження та особливості його проведення.
71. Тренінг урегулювання конфліктних ситуацій та особливості його проведення.
72. Групи розвитку сенситивності (особистісного зростання).
73. Групи розвитку комунікативних навичок і вмінь.
74. Транзактний аналіз у груповій роботі.
75. Поняття конфлікту. Типи конфліктів. Конструктивний та деструктивний конфлікти.
76. Тренінг асертивності.
77. Ігротерапія: загальна характеристика методу.
78. Техніки корекції у гештальттерапії.
79. Техніка сімейного моделювання у трансактному аналізі.
80. Історія виникнення та розвиток Т-груп.
81. Основні поняття Т-груп.
82. Основні процедури Т-груп.
83. Історія та розвиток груп зустрічей.
84. Специфічні риси психологічного тренінгу.
85. Основні поняття груп зустрічей.
86. Застосування принципу “Тут і тепер” у тренінгових групах.
87. Основні парадигми психологічного тренінгу.
88. Поняття про групові норми у психологічному тренінгу.
89. Рольові позиції у тренінгових групах.

90. Поняття про групову згуртованість.

Список літератури

Основна

1. Абрамова Г. С. Практическая психология. — М., 1997.
2. Адлер А. Практика и теория индивидуальной психологии. — М.: Прогресс, 1995.
3. Акишина А. А., Кано Х., Акишина Т. Э. Жесты и мимика русского языка. — М.: Рус. яз., 1991.
4. Антонова-Турченко О. Т., Дробот Л. С. Музична психотерапія: Посібник-хрестоматія. — К.: ІЗМН, 1997.
5. Балинтовские группы и супервизия в подготовке специалистов, которые работают с людьми: Учеб. пособие. — СПб.: Санкт-Петербургская академия МВД России, 1998.
6. Большаков В. Ю. Психотренинг. Социодинамика, упражнения, игры. — СПб.: Соц.-психол. центр, 1996.
7. Бондаренко А. Ф. Психологическая помощь: теория и практика. — К.: Укртехпресс, 1997.
8. Бурлачук Л. Ф. Введение в практическую психологию. — К., 1997.
9. Гольдштейн А., Хомик В. Тренінг умінь спілкування: як допомогти проблемним підліткам/Пер. з англ.. В.Хомика. — К.:Либідь, 2003.
10. Горняк А. М. Основы психопедагогіки. — К.: КВГІ, 1996.
11. Григорьева Т. Г., Линская Л. В., Усольцева Т. П. Основы конструктивного общения: Метод. пособие для преподавателя. — Новосибирск: Изд-во Новосиб. ун-та; М.: Совершенство, 1997.
12. Групповая психотерапия / Под ред. Б. Д. Карвасарского, С. Ледера. М.: Медицина, 1990.
13. Джеймс М., Джонгвард Д. Рожденные выигрывать. Трансакционный анализ с гештальтупражнениями. — М.: Прогресс, Прогресс-Универс, 1993.
14. Емельянов Ю. Н., Кузьмин Э. С. Теоретические и методические основы социально-психологического тренинга. — Л.: Изд-во ВРУ, 1983.
15. Жуков Ю. М., Петровская Л. А., Растяников П. В. Диагностика и развитие компетентности в общении. — М., 1990.
16. Зайцева Т.В. Теория психологического тренинга. - СПб.: Речь, М.: Смысл, 2002
17. Игры — обучение, тренинг, досуг... / Под ред. В. В. Петрусинского. М.: Новая шк., 1994.

18. Лезер Ф. Тренировка памяти. — М.: Мир, 1979.
19. Ли Д. Практика группового тренинга. — СПб.: Питер, 2001.
20. Макшанов С. И. Психология тренинга. — СПб., 1997.
21. Макшанов С. И., Хрящева Н. Ю. Психогимнастика в тренинге: Каталог. СПб., 1993. — Ч. 1.
22. Майерс Д. Социальная психология. Интенсивный курс. — СПб., 2000.
23. Марасанов Г. И. Социально-психологический тренинг. — 3-е изд. — М.: Совершенство, 1998.
24. Мельник С.Н. Теоретические и методические основы социально-психологического тренинга. — Владивосток, 2004.
25. Мілютіна К. Л. Теорія і практика психотренінгу. —К.: МАУП, 2005.
26. Пахальян В. Э. Групповой психологический тренинг: Учебное пособие. — СПб.: Питер, 2006.
27. Петровская Л. А. Компетентность в общении. — М., 1989.
28. Петровская Л. А. Теоретические и методические проблемы социально-психологического тренинга. — М.: Изд-во МГУ, 1982.
29. Практическая психодиагностика. Методики и тесты: Учеб. пособие. Самара: Изд. дом “БАХРАХ”, 1998.
30. Психогимнастика в тренинге / Под ред. Н. Ю. Хрящевой. — СПб., 1999.
31. Рейнуотер Дж. Это в ваших силах. Как стать собственным психотерапевтом. М.: Прогресс, 1992.
32. Рудестам К. Групповая психотерапия. Психокоррекционные группы. — М.: Прогресс-Универс, 1993.
33. Сидоренко Э. В. Мотивационный тренинг. — СПб.: Речь, 2001.
34. Сидоренко Э. В. Тренинг влияния и противостояния влиянию. — СПб.: Речь, 2004.
35. Смит Г. К. Тренинг прогнозирования поведения: тренинг сенситивности: Пер. с англ. — СПб.: Речь, 2001.

Додаткова

36. Браткин А., Скоробогатова И. Чемоданчик тренера. 10 продаваемых тренингов. — М.: Генезис, 2006. — 208с.
37. Добрович А. Анатомия диалога // Психология влияния: Хрестоматия. СПб.: Питер, 2001. — С. 138–182.
38. Доценко Э. Л. Психология манипуляции. — М., 1996.
39. Самоукина Н. В. Игры, в которые играют... Психологический практикум. — Ростов н/Д: Феникс, 1996.

40. Сергеева Л. М., Кондратьева В. П., Хромей М. Я. Лідерство: навч. посібн. /за наук. ред. Л. М. Сергеевої. – Івано-Франківськ.«Лілея- НВ». 2015.
41. Сидоренко Э. Н. Психодраматический и недирективный подход в групповой работе с людьми. — СПб., 1992.
42. Панкратов А. Н. Манипуляции в общении и их нейтрализация. — М.: Изд-во Ин-та психотерапии, 2000.
43. Тэрнер В. Символ и ритуал. — М.: Глав. ред. восточной лит. изд-ва “Наука”, 1983.
44. Харин С. С. Искусство психотренинга. — Минск, 1999.
45. Чукут С. А. Науково-методичне забезпечення зв'язків з громадськістю в органах державної виконавчої влади / С. А. Чукут, Т. В. Джига, А. В. Баровська та ін. – К. : НАДУ, 2007.