

**Приватна установа  
Заклад вищої освіти  
«Міжнародний гуманітарно-педагогічний інститут «Бейт-Хана»**

ЗАТВЕРДЖУЮ:

Проректор з навчально-методичної  
роботи  М. В. Мухіна

«\_\_\_» грудня 2021 року

**ЗАЛІКОВІ МАТЕРІАЛИ  
з дисципліни  
ТРЕНІНГ СПІЛКУВАННЯ  
(шифр і назва навчальної дисципліни)**

Спеціальність: 053 Психологія  
Освітній рівень: бакалавр  
Курс III

Розглянуто та схвалено  
на засіданні кафедри  
педагогіки та психології  
Протокол від 10.12.2021 року № 04  
Зав. кафедрою д. пед. н., проф. Сапожников С.В.

## ПОЯСНЮВАЛЬНА ЗАПИСКА

Підсумкова атестація з навчальної дисципліни «Тренінг спілкування» для студентів 3 курсу спеціальності 053 Психологія освітнього рівня «бакалавр» проводиться по завершенню вивчення курсу даної дисципліни. Метою заліку є встановлення рівня засвоєння здобутих здобувачами вищої освіти знань, умінь та програмних результатів навчання теоретичного і практичного характеру, що розглядалися під час аудиторних занять та у ході самостійного вивчення; вміння аргументувати власну думку. Залікові питання komponуються таким чином, щоб надати змогу здобувачеві вищої освіти продемонструвати теоретичний рівень засвоєних знань та сформовані практичні вміння у ході вирішення ситуативного або практичного завдання, спираючись на знання теорії.

Зміст питань, винесених на залік охоплює весь курс даної дисципліни і передбачає демонстрацію студентами

### **програмних результатів навчання:**

**ПР5.** Обирати та застосовувати валідний і надійний психодіагностичний інструментарій (тести, опитувальники, проєктивні методики тощо) психологічного дослідження та технології психологічної допомоги.

**ПР9.** Пропонувати власні способи вирішення психологічних задач і проблем у процесі професійної діяльності, приймати та аргументувати власні рішення щодо їх розв'язання.

**ПР10.** Формулювати думку логічно, доступно, дискутувати, обстоювати власну позицію, модифікувати висловлювання відповідно до культуральних особливостей співрозмовника.

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

**ПР14.** Ефективно виконувати різні ролі у команді у процесі вирішення фахових завдань, у тому числі демонструвати лідерські якості.

### **знань:**

- психологію спілкування;
- зміст, структуру, специфіку тренінгової роботи;
- класифікацію групових методів психологічного впливу на групу та особистість, їх місце та можливості практичного застосування;
- основні моделі соціально-психологічних тренінгів;
- прийоми конструювання, ведення та процес-аналізу психологічного тренінгу;
- загальні характеристики тренінгової групи;
- динаміку тренінгової групи;
- критерії оцінки ефективності психологічного тренінгу;

### **умінь та навичок:**

- виявляти та ідентифікувати соціальні проблеми та на цій підставі організовувати та проводити соціально-психологічні тренінги;
- оцінювати ефективність проведеного соціально-психологічного тренінгу

### **володіти:**

- методами та прийомами тренінгової роботи на практиці;
- технологіями проведення тренінгу.

## **Орієнтовний перелік питань, з яких формуються питання теоретичного або практичного характеру**

1. Соціально-психологічний тренінг як метод групової роботи в практичній психології.
2. Поняття про соціально-психологічний тренінг.
3. Історія становлення тренінгового методу в психології.
4. Співвідношення понять «навчання», «групова психокорекція», «групова психотерапія» та «груповий тренінг».
5. Переваги групової форми психологічної роботи.
6. Цілі та завдання тренінгової роботи.
8. Класифікація соціально-психологічних тренінгів.
9. Основні тренінгові методи.
10. Специфічні риси і основні парадигми тренінгу.
11. Загальна характеристика тренінгової групи.
12. Цілі тренінгової групи. Поняття про групову згуртованість.
13. Основні принципи та правила роботи в групі.
14. Поняття про групову динаміку та її складові. Використання групової динаміки в тренінгу.
15. Стадії розвитку групи. Кількісні характеристики групи.
16. Гомогенність та гетерогенність тренінгових груп.
17. Нормативні вимоги до якісного складу групи.
18. Типологія «складних» учасників та особливості роботи з ними.
19. Тренер як центральна фігура психологічного тренінгу.
20. Ролі тренера у взаємодії з групою.
21. Вимоги до особистості тренера. Модель ефективного тренера. Характеристика професійної компетентності тренера.
22. Типові помилки тренера у роботі з групою.
23. Основні прийоми конструювання, ведення та процес-аналізу психологічного тренінгу.
24. Загальна композиція та логічна послідовність психотренінгу.
25. Психотехнічні (психогімнастичні) вправи та ігри, групові дискусії як методи проведення тренінгу спілкування.
26. Моделі тренінгу спілкування. Модель Д. Колба та її значення для побудови й аналізу психологічного тренінгу.
27. Форми організації роботи учасників тренінгу.
28. Допоміжні засоби необхідні для проведення тренінгу.
29. Критерії оцінки ефективності психологічного тренінгу.
30. Супервізія як інструмент процес-аналізу та підвищення професійної компетентності тренера.
31. Цільове використання видів тренінгу.
32. Характеристика тренінгових методів навчання.
33. Цільове використання методів психологічного впливу.
34. Характеристика тренінгових методів навчання.
35. Сутність та завдання методу «аналізу конкретних ситуацій».
36. Методика проведення занять з використанням методу «аналізу конкретних ситуацій».
37. Методика «мозкової атаки» як метод і форма активного впливу. Особливості проведення «Мозгової атаки».
38. Характеристика методу ділової гри. Класифікація ділових ігор. Діагностичні ігри. 39. Виробнича ділова гра: мета, особливості використання та ознаки.
39. Навчальна ділова гра: мета, особливості використання та ознаки.
40. Психологічний аналіз спілкування. Спілкування та його функції.
41. Комунікація спілкування. Ітерація спілкування. Перцепція спілкування.
42. Типи спілкування. Комунікативні компетентності та бар'єри спілкування.
43. Діагностика бар'єрів спілкування.
44. Розвиток компетентності у спілкуванні засобами соціально-психологічного тренінгу. 45. Протиріччя міжособистісного спілкування та їх розв'язання.
45. Рольове спілкування.

46. Управлінське спілкування.
47. Рівні спілкування та рівні міжособистісних стосунків.
48. Психологічний вплив у процесі спілкування.
49. Протистояння психологічному впливу в процесі спілкування.
50. Конструктивна та деструктивна роль критики в процесі спілкування.
51. Конфліктні ситуації у спілкуванні та шляхи їх розв'язання.
52. Асертивна поведінка в процесі спілкування.
53. Модельовання імітаційної поведінки в рольовій грі тренінгу партнерського спілкування.
54. Структура рольових ігор.
55. Планування рольової гри.
56. Проведення рольових ігор на різних етапах тренінгу спілкування.

### **КРИТЕРІЇ ОЦІНКИ ЗНАТЬ І ВМІНЬ СТУДЕНТА ПІД ЧАС ЕКЗАМЕНАЦІЙНОГО ВИПРОБУВАННЯ:**

Підсумкова оцінка за вивчення навчальної дисципліни «Тренінг спілкування» виставляється за результатами підсумовування отриманих балів протягом семестру (максим. кількість – 60 б.) та балів, отриманих під час складання екзамену (максим. кількість – 40 б.).

За національною шкалою	За 100-бальною шкалою	За шкалою ECTS
<b>Відмінно</b>	90–100	A

ставиться, якщо студент:

- ґрунтовно і повно відтворює вивчений матеріал;
- виявляє повне розуміння матеріалу, обґрунтовує свої думки, застосовує знання на практиці, наводить необхідні приклади не тільки за підручником, а й самостійно складені;
- викладає матеріал послідовно і правильно з точки зору норм літературної мови.
- вміє застосовувати його для вирішення конкретних професійних завдань.

**Оцінка «відмінно»** виставляється студентам, які засвоїли взаємозв'язок основних понять дисципліни і професії, яку вони здобувають, виявили творчі здібності і використовують їх при вивченні навчально-програмного матеріалу. Відмінному рівню відповідає правильна й вичерпна відповідь на поставлені питання, в якій студент показав усебічне системне знання програмного матеріалу; опрацювання основної та додаткової літератури; чітке володіння понятійним апаратом, методами, методиками та інструментами, вивчення яких передбачено програмою дисципліни; уміння аргументувати своє ставлення до відповідних категорій, залежностей та явищ.

За національною шкалою	За 100-бальною шкалою	За шкалою ECTS
<b>Добре</b>	82–89	B
	75–81	C

ставиться, якщо студент дає відповідь, що задовольняє тим же вимогам, що й оцінка “5”, але допускає деякі помилки, які сам виправляє після зауваження викладача, та поодинокі недоліки в послідовності викладу матеріалу і мовленнєвому оформленні.

**Оцінка «дуже добре» (83–89 балів, B)** – вище середнього рівня з кількома помилками – виставляється студентам, які повністю опанували навчально-програмний матеріал, успішно виконали завдання, передбачені програмою, опрацювали основну літературу, яка рекомендована програмою. Оцінка «добре» виставляється студентам, які показують систематичний характер знань з дисципліни і вміють самостійно поповнювати свої знання протягом всього навчання;

**Оцінка «добре» (75–82 бали, C)** – виставляється студентам, які опанували навчально-програмний матеріал, успішно виконали завдання, передбачені програмою, опрацювали

основну літературу, яка рекомендована програмою; таким чином, робота студентами виконана, але з певною кількістю помилок.

За національною шкалою	За 100-бальною шкалою	За шкалою ECTS
<b>Задовільно</b>	68–74	D
	60–67	E

ставиться, якщо студент виявляє знання і розуміння основних положень даної теми, але:

- відтворює матеріал не досить повно і допускає помилки у формулюванні визначень, теоретичних понять;
- не вміє глибоко і переконливо обґрунтовувати свої думки і відчуває труднощі під час добору прикладів;
- відтворює матеріал непослідовно і допускає помилки в мовленнєвому оформленні.

**Оцінка «задовільно» (68–74 бали, D)** – виставляється студентам, які знають основний навчально-програмний матеріал в обсязі, необхідному для подальшого навчання і використання його у майбутній професії, виконують завдання непогано, але зі значною кількістю помилок, ознайомлені з основною літературою, яка рекомендована програмою. Задовільному рівню відповідає у цілому правильна відповідь на поставлене запитання (завдання), якщо студент показав достатній рівень знань з основного програмного матеріалу, але не спромігся переконливо аргументувати свою відповідь, помилився у використанні понятійного апарата, показав недостатні знання літературних джерел. Оцінка «задовільно» виставляється студентам, які допустили на заліковій помилки при виконанні завдань, але під керівництвом викладача вони знаходять шляхи їх подолання.

**Оцінка «достатньо» (60–67 балів, E)** – виставляється студентам, які знають основний навчально-програмний матеріал в обсязі, необхідному для подальшого навчання і використання його у майбутній професії, а виконання завдань задовольняє мінімальні критерії.

За національною шкалою	За 100-бальною шкалою	За шкалою ECTS
<b>Незадовільно з можливістю повторного складання</b>	35–59	FX
<b>Незадовільно з обов'язковим повторним вивченням</b>	0–34	F

ставиться, якщо студент виявляє незнання більшої частини вивченого матеріалу відповідно розділу, допускає у формулюванні правил помилки, що спотворюють їх зміст, непослідовно і невпевнено викладає матеріал.

### Рекомендована література

#### Основна

1. Афанасьєва Н. Є., Перелигіна Л. А. Теоретико-методологічні основи соціально-психологічного тренінгу. Харків: НУЦЗУ, 2015. – 251 с.
2. Карпенко Є. В. Основи психотренінгу : навч. посібник. / Є. В. Карпенко – Дрогобич : Львівській державний університет внутрішніх справ, 2015. – 78 с.
3. Яценко Т. С. Психологічні основи групової психокорекції: навч. посіб. / Т. С. Яценко – К. : Либідь, 2005. – С. 107–257.
4. Яценко Т.С. Теорія і практика групової психокорекції : Активне соціально-психологічне навчання : Навч. посіб. / Т.С. Яценко. – К. : Вища шк., 2014. – 679 с.

#### Допоміжна

1. Акімова М. К. Психодіагностика // електронний ресурс доступу : <https://stud.com.ua/37582/psihologiya/psihodiagnostika> (2014)
2. Абрамова Г.С. Практическая психология : Учебник для вузов. / Г.С. Абрамова – М. : Академический проект, 2000. – 512 с.
3. Анн Л. Психологический тренинг с подростками / Л. Анн. – СПб. : Питер, 2003. – 271 с.
4. Бурнард Ф. Тренинг межличностного взаимодействия / Ф. Бурнард. – СПб. : Питер, 2001. – 200 с.
5. Вачков И.В. Основы технологии группового тренинга : учеб. Пособие / И.В. Вачков. – М. : Издательство «Ось-89», 1999. – 176 с.
6. Григорьева, Т.Г. Основы конструктивного общения : методическое пособие для преподавателей / Т.Г. Григорьева, Л.В. Линская, Т.П. Усольцева. – Новосибирск : Издательство Новосибирского университета ; М. : - Совершенство, 2007. – 171 с. // электронный ресурс доступу : <https://www.klex.ru/>
7. Гингер С. Гештальт: искусство контакта / С. Гингер. – М. : ПЕР СЭ, 2002. – 320 с.
8. Емельянов Ю.Н. Активное социально-психологическое обучение / Ю.Н. Емельянов. – Л. : Изд. ЛГУ, 1985. – 166 с.
9. Козлов Н.И. Лучшие психологические игры и упражнения / Н.И. Козлов. – Екатеринбург : Изд. АРД ЛТД, 1997. – 144 с.
10. Марасанов Г.И. Социально-психологический тренинг / Г.И. Марасанов. – М. : Совершенство, 1998. – 208 с.
11. Матяш Н. В. Методы активного социально-психологического обучения: учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений / Н. В. Матяш, Т. А. Павлова. — 2-е изд., стер. — М. : Издательский центр «Академия», 2010. – 96 с.
12. Методы активного социально-психологического обучения: Учебно-методическое пособие для студентов 4 курса д/о и 5 курса в/о факультета философии и психологии (отделения психологии) / сост. В.А. Штроо. – Воронеж, 2013. – 55 с.
13. Міщенко Т.А. Соціально-психологічний тренінг з формування вмінь саморегуляції емоцій у старшокласників / Т.А. Міщенко // Практична психологія та соціальна робота. – 2000. – № 7 (24). – С. 10.
14. Техники групповой психотерапии / [Кори Дж., Кори М., Колланэн П., Рассел Дж.М.]. – СПб, Питер, 2001. – 326 с.
15. Петровская Л.Л. Компетентность в общении. Социально-психологический тренинг / Л.Л. Петровская – М. : Изд. МГУ, 2009. – 216 с.
16. Польштер Я. Интегрированная гештальт-терапия : контуры теории и практики / Я. Польштер, М. Польштер. – М. : Класс, 2009. – 242 с.
17. Прутченков А.С. Трудное восхождение к себе. Методические разработки и сценарии занятий социально-психологических тренингов / А.С. Прутченков. – М. : Российское педагогическое агентство, 2005. – 140 с.
18. Рудестам К. Групповая психотерапия / К. Рудестам. – СПб. : Питер, 2008. – 256 с.
19. Сидоренко Е.В. Психодраматический и недирективный подход в групповой работе с людьми. Методические описания и комментарии / Е.В. Сидоренко. – СПб., 2002. – 239 с.
20. Тренинг. Настольная книга тренера. Торн К., Маккей Д. / Кей Торн, Дэвид Маккей – СПб. : Питер, 2011. – 208 с.
21. Фопель К. Психологические группы : рабочие материалы для ведущего / К. Фопель. – М. : Генезис, 2011 – 256 с.
22. Фопель К. Сплоченность и толерантность в группе / К. Фопель. – М. : Генезис, 2011. – 336 с.
23. Хухлаева О.В. Основы психологического консультирования и психологической коррекции / О.В. Хухлаева. – М. : Академия, 2011. – 208 с.
24. Ялом И. Теория и практика групповой психотерапии / И. Ялом. – СПб. «Питер», 2013. – 327 с.

## 12. Інформаційні ресурси

### Інтернет - ресурси

1. Сайт: ПУ ЗВО МГПІ "Бейт-Хана" :
2. Електронна підтримка навчання в ПУ ЗВО МГПІ "Бейт-Хана":
3. Бібліотека ПУ ЗВО МГПІ "Бейт-Хана" :
4. <https://stud.com.ua>
5. <http://ihtik.lib.ru>
6. <http://psychology.ru>
7. <http://psychiatry.narod.ru>
8. <http://psylib.org.ua>
9. [www.cultinfo.ru](http://www.cultinfo.ru)
10. [www.hrono.ru](http://www.hrono.ru)
11. [www.peoples.ru](http://www.peoples.ru)
12. [www.psy.msu.ru](http://www.psy.msu.ru)
13. <https://www.klex.ru/>