Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«Горно-Алтайский государственный университет»

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

дисциплины: **Тренинг позитивного мировосприятия**
Уровень основной образовательной программы: **бакалавриат**
Рекомендуется для направления подготовки 39.03.02 Социальная работа
Профиль «Социальная защита и социальное обслуживание семьи и детей»

Программа составлена в соответствии с требованиями ФГОС ВО по направлению подготовки 39.03.02 «Социальная работа» (утвержден 12 января 2016 г. № 8) и учебного плана по направлению подготовки 39.03.02 «Социальная работа» (профиль Социальная защита и социальное обслуживание семей и детей), утвержденного Ученым советом ГАГУ (от 03.02.2016 г., протокол № 4)

Рабочая программа утверждена на заседании кафедры психологии и социальной работы 18 марта 2016 года, протокол №7

Горно-Алтайск 2016 г.

1 Цели и задачи дисциплины

Цели дисциплины:

- ознакомить студентов с социально-психологическим тренингом как методом практической психологии

Задачи дисциплины:

- развить социально-коммуникативную, профессионально-личностную компетентности, способности к сотруднической деятельности, работе в команде, мобильность, готовность к инновациям, решения проблем обучающихся с особыми образовательными потребностями посредством социально-психологического тренинга.
- сформировать профессиональную позицию по отношению к другим участникам образовательного процесса.

Содержание курса «Социально-психологический тренинг формирования позитивного социального портрета» предусматривает лекции и семинарские занятия.

2 Место дисциплины в структуре ООП

Дисциплина «Тренинг позитивного мировосприятия» относится к вариативной части дисциплин по выбору (Б1.В.ДВ.11.2).

Для освоения дисциплины «Тренинг позитивного мировосприятия» обучающиеся используют знания, умения, навыки, способы деятельности и установки, сформированные в ходе изучения дисциплины «Психология», «Психология социальной работы».

Освоение дисциплины «Тренинг позитивного мировосприятия» является необходимой основой для прохождения производственной практики «Практика по получению профессиональных умений и опыта профессиональной деятельности» и изучения дисциплины «Супервизорство в социальной работе».

Междисциплинарные связи разделов и (или) тем дисциплины с обеспечиваемыми (последующими) дисциплинами

№ п/п	Наименование обеспечиваемых (последующих) дисциплин	Наименование обеспечиваемых (последующих) дисциплин				
		Социально-психологический тренинг как методом практической психологии	Индивидуально-психологические особенности в формировании позитивного социального портрета	Социальная компетентность как условие формирования позитивного социального портрета	Социально-психологическая устойчивость к культурному многообразию	Психологическая устойчивость в профессиональной деятельности
1.	Супервизорство в социальной работе	+	+	+	+	+
2.	Практика по	+	+	+	+	+

	получению профессиональных умений и опыта профессиональной деятельности					

3 Требования к результатам освоения дисциплины

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций:

- способностью к самоорганизации и самообразованию (ОК-7);
- способностью к выбору, разработке и эффективной реализации социальных технологий и технологий социальной работы, направленных на обеспечение прав человека в сфере социальной защиты (ПК-2).

В результате изучения дисциплины студент должен:

знать:

- принципы самоорганизации и самообразования;
- принципы проектирования траектории своего профессионального роста и личностного развития

уметь:

- ставить задачи самоорганизации и самообразования;
- проектировать траектории своего профессионального роста и личностного развития

владеть:

- способами самоорганизации и самообразования;
- методами проектирования траектории своего профессионального роста и личностного развития.

4 Объем дисциплины и виды учебной работы

Общая трудоемкость дисциплины составляет 3 зачетных единиц.

Вид учебной работы	Всего часов / зачетных единиц	Семестр
		7
Аудиторные занятия (всего)	18/0,5	18/0,5
В том числе:		
Лекции	8/0,2	8/0,2
Лабораторные работы (ЛР)		
Семинары (С)	10/0,3	10/0,3
Самостоятельная работа (всего)	54/1,5	54/1,5
В том числе:	-	-
Реферат		
Другие виды самостоятельной работы		
Вид промежуточной аттестации (зачет, экзамен)	зачет	зачет
Общая трудоемкость: часы/	72/2	72/2

зачетные единицы	2	2

Матрица соответствия компетенций и разделов (тем) дисциплины

Наименование раздела (темы) дисциплины	Всего часов	Компетенция		Сумма компетенций
		ОК-7	ПК-2	2
Социально-психологический тренинг как методом практической психологии	13	+	+	2
Индивидуально-психологические особенности в формировании позитивного социального портрета	13	+	+	2
Социальная компетентность как условие формирования позитивного социального портрета	14	+	+	2
Социально-психологическая устойчивость к культурному многообразию	16	+	+	2
Психологическая устойчивость в профессиональной деятельности	16	+	+	2
Зачет		+	+	2
итого	72	+	+	2

1. Содержание разделов дисциплины

Тема 1. Социально-психологический тренинг как метод практической психологии

Социально-психологические аспекты групповых методов. Современные групповые методы. Общее представление о социально-психологическом тренинге. Социально-психологический тренинг как психологическая технология формирования позитивного социального портрета.

Психологические особенности тренинговой группы. Цели и задачи тренинговой группы. Преимущества групповой формы психологической работы. Групповые нормы. Ролевые позиции в группе.

Личность ведущего тренинговой группы. Имидж ведущего, его роли, принципы работы. Стили руководства группой.

Тема 2. Индивидуально-психологические особенности в формировании позитивного социального портрета. Ведущие каналы восприятия мира. Репрезентативная система. Характер. Темперамент. Самоидентификация в формировании позитивного социального портрета.

Тема 3. Социальная компетентность как условие формирования позитивного социального портрета. Общение в жизни современного человека. Стороны общения. Виды общения. Вербальное общение. Невербальное общение. Точность межличностного восприятия. Эмпатия. Конфликт, причины его возникновения. Эффективное разрешение конфликтов. Стратегии поведения в конфликте.

Тема 4. Социально-психологическая устойчивость к культурному многообразию. Толерантность. Роль толерантности в современном обществе.

Толерантная личность. Интолерантная личность. Стереотипы межэтнического восприятия.

Тема 5. Психологическая устойчивость в профессиональной деятельности. Психология стресса. Стресс, его виды, причины. Стрессоустойчивость. Эмоциональное выгорание.

5.2 Разделы и (или) темы дисциплины и виды занятий

5.2 Разделы и (или) темы дисциплины и виды занятий (технологическая карта)

№ п/п	Темы	Всего часов	Аудиторные занятия				Самост. работа
			лекции	семин. занятия	практ. занятия	лабор. работы	
1.	Социально-психологический тренинг как метод практической психологии	13	1	2			10
2	Индивидуально-психологические особенности в формировании позитивного социального портрета	13	1	2			10
3	Социальная компетентность как условие формирования позитивного социального портрета	14	2	2			10
4	Социально-психологическая устойчивость к культурному многообразию	16	2	2			12
5	Психологическая устойчивость в профессиональной деятельности	16	2	2			12
	Форма итогового контроля	зачет					
	Итого	**72**	**8**	**10**			**54**

Практические занятия и семинары

Содержание семинарских занятий

Тема дисциплины	**Содержание тем**	**Трудоемкость в часах**	**Компетенции**
Социально-психологический тренинг как	1. Социально-психологический тренинг как психологическая технология формирования позитивного социального портрета.	2	ОК-7 ПК-2

метод практической психологии	2. Психологические особенности тренинговой группы. Цели и задачи тренинговой группы. Преимущества групповой формы психологической работы. Групповые нормы. Ролевые позиции в группе. 3. Личность ведущего тренинговой группы. Имидж ведущего, его роли, принципы работы. Стили руководства группой. 4. Тренинговое занятие-знакомство.		
Индивидуально-психологические особенности в формировании позитивного социального портрета	1. Ведущие каналы восприятия мира. Репрезентативная система. 2. Характер. 3. Темперамент. 4. Самоидентификация в формировании позитивного социального портрета. 5. Психологическая лаборатория.	2	ОК-7 ПК-2
Социальная компетентность как условие формирования позитивного социального портрета	1. Общение в жизни современного человека. Стороны общения. Виды общения. 2. Вербальное общение. 3. Невербальное общение. 4. Точность межличностного восприятия. 5. Эмпатия. Конфликт, причины его возникновения. Эффективное разрешение конфликтов. Стратегии поведения в конфликте. Принятие коллективных решений. 7. Деловая игра 8. Тренинговое занятие на развитие социальной компетентности	2	ОК-7 ПК-2
Социально-психологическая устойчивость к культурному многообразию	1. Толерантность. Роль толерантности в современном обществе. Толерантная личность. Интолерантная личность. Стереотипы межэтнического восприятия. 2. Социально-психологическая игра. 3. Тренинговое занятие на развитие социально-психологической устойчивости к культурному многообразию	2	ОК-7 ПК-2
Психологическая устойчивость в профессиональной деятельности	1. Психология стресса. Стресс, его виды, причины. Стрессоустойчивость. Эмоциональное выгорание. 2. Сохранение психического здоровья. Приемы и методы. Медитация. Релаксация. Арт-терапия. 3. Тренинговое занятие по формированию стрессоустойчивости. 4. Создание позитивного коллажа мечты.	4	ОК-7 ПК-2

Самостоятельная работа

Наименование темы	**Содержание работы**	**Кол. часов**	**Форма отчетности**	**Срок контроля**
Социально-	Подготовка к зачету	5	Опрос	Зачет

психологический тренинг как метод практической психологии	Подготовка к семинару	5	Обсуждение вопросов	Семинарское занятие
Индивидуально-психологические особенности в формировании позитивного социального портрета	Подготовка к зачету	5	Опрос	Зачет
	Подготовка к семинару	5	Обсуждение вопросов	Семинарское занятие
Социальная компетентность как условие формирования позитивного социального портрета	Подготовка к зачету	5	Опрос	Зачет
	Подготовка к семинару	5	Обсуждение вопросов	Семинарское занятие
Социально-психологическая устойчивость к культурному многообразию	Подготовка к зачету	6	Опрос	Зачет
	Подготовка к семинару	6	Обсуждение вопросов	Семинарское занятие
Психологическая устойчивость в профессиональной деятельности	Подготовка к зачету	6	Опрос	Зачет
	Подготовка к семинару	6	Обсуждение вопросов	Семинарское занятие
ИТОГО:		54		

6 Тематика курсовых работ (рефератов)
(не предусмотрены)

7. Учебно-методическое обеспечение дисциплины

Рекомендуемая литература

Основная литература:

1. Трифонова, Т.А. Основы социально-психологического тренинга [Электронный ресурс]. : учебное пособие / Т.А. Трифонова ; Институт экономики, управления и права (г. Казань). - Казань : Познание, 2008. - 184 с. ; Режим доступа: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=257910 (дата обращения 30.08.2014).

Дополнительная литература:

1. Марасанов, Г.И. Социально-психологический тренинг [Электронный ресурс]. - / Г.И. Марасанов. - 4-е изд., испр. и доп. - М. : Когито-Центр, 2001. - 251 с. URL:http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=86238 (дата обращения 30.08.2014).
2. Педагогический терминологический словарь – Режим доступа: http://pedagogical_dictionary.academic.ru/
3. Психологический словарь. – Режим доступа: http://www.vseslova.ru/index.php?dictionary=psychology
4. Вопросы психологии: научный журнал
5. Психологический журнал.

6. Психология обучения: научный журнал.

8. Образовательные технологии

8.1 Базы данных, информационно-справочные и поисковые системы базы данных, информационно-справочные и поисковые системы:

Базы данных, информационно-справочные и поисковые системы

1. Электронная Библиотека Диссертаций Российской государственной библиотеки ЭБД РГБ. Включает полнотекстовые базы данных диссертаций. http://diss.rsl.ru.
2. http://www.cir.ru Университетская информационная система Россия. УИС РОССИЯ.
3. www.public.ru Интернет-библиотека СМИ Public.ru.

Применение активных методов обучения

Активные методы обучения – это способы активизации учебно-познавательной деятельности студентов, которые побуждают их к активной мыслительной и практической деятельности в процессе овладения материалом, когда активен не только преподаватель, но активны и студенты. Активные методы обучения предполагают использование такой системы методов, которая направлена главным образом, не на изложение преподавателем готовых знаний и их воспроизведение, а на самостоятельное овладение студентами знаний в процессе активной познавательной деятельности. В настоящее время не существует единого взгляда на проблему классификации методов активного обучения, и любая из классификаций имеет как преимущества, так и недостатки, которые необходимо учитывать на стадии выбора и в процессе реализации конкретных методов обучения. Чаще всего их делят на имитационные и неимитационные, игровые и неигровые методы. Среди них: активная (проблемная) лекция, лекция-визуализация, круглый стол, деловая игра, дискуссия, пресс-конференция, мозговая атака, программированное обучение, игровое проектирование, анализ конкретных ситуаций, поисковая лабораторная работа, коллективная мыслительная деятельность, метод проектов и т.д.

Интерактивная лекция – выступление ведущего обучающего перед большой аудиторией с применением следующих активных форм обучения: дискуссия, беседа, демонстрация слайдов или учебных фильмов, мозговой штурм.

Метод работы в малых группах - групповое обсуждение кого-либо вопроса, направленое на достижение лучшего взаимопонимания и нахождения истины. Групповое обсуждение способствует лучшему усвоению изучаемого материала.

Оптимальное количество участников - 5-7 человек. Перед обучающимися ставится проблема, выделяется определенное время, в течение которого они должны подготовить аргументированный обдуманный ответ.

Преподаватель может устанавливать правила проведения группового обсуждения – задавать определенные рамки обсуждения, ввести алгоритм выработки общего мнения, назначить лидера и др.

В результате группового обсуждения вырабатывается групповое решение совместно с преподавателем.

Разновидность группового обсуждения является круглый стол.

Групповая, научная дискуссия, диспут

Дискуссия — это целенаправленное обсуждение конкретного вопроса, сопровождающееся обменом мнениями, идеями между двумя и более лицами. Задача дискуссии - обнаружить различия в понимании вопроса и в споре установить истину. Дискуссии могут быть свободными и управляемыми.

К технике управляемой дискуссии относятся: четкое определение цели, прогнозирование реакции оппонентов, планирование своего поведения, ограничение времени на выступления и их заданная очередность.

Групповая дискуссия (обсуждение вполголоса). Для проведения такой дискуссии все студенты, присутствующие на практическом занятии, разбиваются на небольшие подгруппы, которые обсуждают те или иные вопросы, входящие в тему занятия. Обсуждение может организовываться двояко: либо все подгруппы анализируют один и тот же вопрос, либо какая-то крупная тема разбивается на отдельные задания. Традиционные материальные результаты обсуждения таковы: составление списка интересных мыслей, выступление одного или двух членов подгрупп с докладами, составление методических разработок или инструкций, составление плана действий.

Очень важно в конце дискуссии сделать обобщения, сформулировать выводы, показать, к чему ведут ошибки и заблуждения, отметить все идеи и находки группы.

Разновидностью свободной дискуссии является форум, где каждому желающему дается неограниченное время на выступление, при условии, что его выступление вызывает интерес аудитории.

Каждый конкретный форум имеет свою тематику - достаточно широкую, чтобы в её пределах можно было вести многоплановое обсуждение. Обычно форум имеет возможность поиска по своей базе сообщений. Отклонение от начальной темы обсуждения (т.н. оффтоп) часто запрещено правилами форума.

Тема занятия	Форма проведения	Количество часов	Компетенции
Социально-психологическая устойчивость к культурному многообразию	Социально-психологическая игра Тренинговое занятие многообразию	4	ОК-7, ПК-2
Психологическая устойчивость в профессиональной деятельности	Тренинговое занятие	4	ОК-7, ПК-2

9 Материально-техническое обеспечение учебного процесса

Для проведения занятий используется специализированная аудитория, оснащенная следующим оборудованием: мультимедийный проектор, ноутбук, экран, интерактивная доска.

10 Формы текущего контроля

Тестирование - позволяет оценить знание фактического материала, умение логически мыслить, способность к рефлексии и творчески подходить к решению поставленной задачи.

При проверке знаний, умений, качества овладения компетенциями используются две группы тестов:

а) тесты специальных способностей и достижений (задания с несколькими вариантами выбора).

в) тесты со свободными ответами (предполагают элементы творчества и личностного самовыражения, проявляют сверх нормативные знания и умения учащихся).

Перечень вопросов к зачету

№ п/п	Перечень вопросов к зачету	компетенции	
		ОК-7	ПК-2

1.	Социально-психологический тренинг как психологическая технология формирования позитивного социального портрета	+	+
2.	Психологические особенности тренинговой группы. Цели и задачи тренинговой группы.	+	+
3.	Преимущества групповой формы психологической работы. Групповые нормы. Ролевые позиции в группе.	+	+
4.	Личность ведущего тренинговой группы. Имидж ведущего, его роли, принципы работы.	+	+
5.	Стили руководства группой.	+	+
6.	Ведущие каналы восприятия мира. Репрезентативная система.	+	+
7.	Характер.	+	+
8.	Темперамент.	+	+
9.	Самоидентификация в формировании позитивного социального портрета.	+	+
10.	Общение в жизни современного человека. Стороны общения. Виды общения.	+	+
11.	Вербальное общение.	+	+
12.	Невербальное общение.	+	+
13.	Точность межличностного восприятия.	+	+
14.	Эмпатия.	+	+
15.	Конфликт, причины его возникновения.	+	
16.	Эффективное разрешение конфликтов.	+	+
17.	Стратегии поведения в конфликте. Принятие коллективных решений	+	+
18.	Толерантность. Роль толерантности в современном обществе.	+	+
19.	Толерантная личность. Интолерантная личность.	+	+
20.	Стереотипы межэтнического восприятия.	+	+
21.	Психология стресса. Стресс, его виды, причины.	+	+
22.	Стрессоустойчивость. Эмоциональное выгорание.	+	+
23.	Сохранение психического здоровья. Медитация. Релаксация. Арт-терапия.	+	+

Составители: доцент кафедры психологии и социальной работы Таскина И.А.
доцент кафедры психологии и социальной работы Лизунова Г.Ю.

Обновление рабочей программы утверждены на заседании кафедры Педагогики, психологии и социальной работы от 14.09.2017г протокол № 1 (с 1.09.2017 кафедра социальной педагогики и кафедра психологии и социальной работы объедены в кафедру Педагогики, психологии и социальной работы).

Ио заведующего кафедрой
Педагогики, психологии и
социальной работы

А.А. Костюнина