

Семинар-тренинг для участников инициативной группы ГМО по психологическому консультированию и ведению тренинговых групп  
Ведущие: Сорокина Е.В., Поскина Т.Ю.

### **«Написание программы социально-психологического тренинга»**

**ЦЕЛЬ:** приобретение теоретических знаний и практических навыков написания программы социально-психологического тренинга.

**ЗАДАЧИ:**

1. Определение понятия «Социально-психологический тренинг» и основных характеристик социально-психологического тренинга.
2. Групповое выделение основных этапов и содержательных блоков социально-психологического тренинга.
3. Приобретение навыков написания макродизайна социально-психологического тренинга.

**ВРЕМЯ РАБОТЫ:** 2 часа

**АДРЕСАТ:** участники инициативной группы ГМО педагогов-психологов по психологическому консультированию и ведению тренинговых групп.

**ХОД ЗАНЯТИЯ:**

#### **I. Разогрев:**

***Приветствие, знакомство*** (5 мин.).

Заранее написать на листочках имя, далее поприветствовать друг друга произвольным образом, представиться.

***Правила работы*** (2 мин.):

- ❖ Я-высказывание.
- ❖ Обращение по имени.
- ❖ Отключить звук мобильного телефона.
- ❖ Регламент.
- ❖ Конфиденциальность.

Озвучивание темы тренинга.

***Сбор ожиданий*** (10 мин.):

Ответьте на вопросы:

*Чего я ожидаю от тренинга?*

*Что мне может помочь достичь результата?*

*Что может помешать?*

Обобщение ожиданий, сравнение с целью и задачами тренинга.

#### **II. Основная часть:**

Теоретический блок (10 мин.):

Характерные особенности тренинга как формы обучения (см. раздатку):

Упражнение (20 мин.: 5 мин. – самостоятельно, 5 мин. – в подгруппах, 10 мин. – представление опыта подгрупп, обсуждение, вопросы):

*Индивидуально:* определите основные структурные компоненты, части, этапы социально-психологического тренинга и кратко охарактеризуйте их.

*В подгруппах:* создайте групповое определение основных структурных компонентов СПТ.

*В группу:* спикер представляет наработки группы.

Обобщение, комментарий ведущего, теоретический блок (15 минут):

Содержание и процесс СПТ. Основные структурные компоненты СПТ:

1. **ВВОДНЫЙ** этап, вступление, разминка, разогрев. Его цели – знакомство, создание благоприятной атмосферы, прояснение запроса каждого участника, соотношение запроса и собственных возможностей участника, принятия правил группы, определение условий и методов работы. Характерно использование разогревающих упражнений, неглубокий анализ происходящего.
2. **ОСНОВНОЙ** этап. Создание условий для решения поставленных задач, приобретение и обсуждению опыта и его закрепление, описание и переработка информации. Все упражнения должны быть подчинены цели тренинга, глубокий анализ происходящего. Возможные формы упражнений – ролевая игра, индивидуальная работа, работа в парах, тройках, в малых и больших подгруппах, работа целой группой, дискуссия, аквариум. Здесь важно стимулировать работу каждого участника, а также создать условия для присвоения опыта.
3. **ЗАКЛЮЧИТЕЛЬНЫЙ** этап. Присвоение опыта, заземление эмоций после упражнений и после всего тренинга. Здесь соотносятся цели и задачи тренинга с собственными ожиданиями: что реализовано и как это можно использовать в жизни. Расставание с группой.

Отдать раздатку. Объяснение понятия «Макродизайн».

**Практикум** (20 мин.): создание макродизайна – название, концепция, идея, адресат, цель.

**Работа в подгруппах** (10 мин.): снятие эмоций (что было легко, в чем возникли сложности).

**Защита макродизайна на группу по желанию** – (5 мин. на человека).

**Шерринг:** отзыв на защиту (10 мин.):

Что было наиболее эффективно?

Что можно было бы добавить, сделать по-другому, изменить?

III. Заземление.

В круг(10 мин.) ответить на вопросы:

*Какой опыт я получил на занятии?*

*Как я смогу использовать полученные знания в жизни?*

IV. Составление графика работы на город (7 мин.),

нормативные требования к содержанию дополнительных образовательных программ (5 мин.)

V. Прощание (3 мин.).