

**Тема:**  
**« СОЦИАЛЬНО-  
ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ  
ТРЕНИНГОВЫЙ МЕТОД»**

Термин «тренинг» (от англ. — train, training)

- обучение, воспитание, тренировка, дрессировка. По Ю.Н. Емельянову - тренинг - группа методов развития способностей к обучению и овладению любым сложным видом деятельности.

Впервые тренинговые занятия, направленные на повышение компетентности в общении, были проведены учениками К. Левина в Бетеле (США) и получили название Т-групп.

Т-группа - собрание гетерогенных индивидов, встречающихся с целью исследовать межличностные отношения и групповую динамику, которые они сами порождают своим взаимодействием.

Т-группы возникли в 1954 г. и получили название групп сензитивности. В 1970-е гг. в Лейпцигском и Йенском университетах под руководством М. Форверга был разработан метод, названный социально-психологическим тренингом.

# Признаки социально-психологических тренингов :

- использование потенциала развития человека в групповой динамике;
- стадийность ( три основные стадии: начальная, рабочая и конечная);
- комплексное применение совокупности методов групповой работы (ролевых игр, групповых дискуссий, психотехнических упражнений и др.);

- продолжительное проведение тренинговых занятий (курс составляет не менее 20-60 учебных часов);
- широкая целевая направленность тренингов на развитие, психокоррекцию и психотерапию личности человека, его профессиональных и жизненных умений и качеств;
- в работе тренинговой группы всегда присутствуют две стороны: содержательная и личностная.

# Формы социально-психологических тренингов:

- для повышения коммуникационной компетентности;
- для работы с психически здоровыми людьми в целях оказания им помощи в саморазвитии (тренинг креативности, профессиональных умений);
- для социально-психологической подготовки руководителей промышленного производства;

-в рамках клинической психотерапии при лечении неврозов, алкоголизма и ряда соматических заболеваний.

Социально-психологические тренинги

могут иметь цели:

-формирования и развития определенных профессиональных и жизненных умений и качеств человека;

-психокоррекционные;

-психотерапевтические.

К частным формам социально-психологического тренинга общения относятся:

- тренинг сензитивности;
- тренинг делового общения;
- социально-ролевой тренинг.