

МИНИСТЕРСТВО И НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РФ
Федеральное государственное образовательное учреждение высшего
профессионального образования
«ДАГЕСТАНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

факультет психологии и философии

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

«Тренинг личностного роста»

Кафедра психологии развития и профессиональной деятельности

Образовательная программа

37.03.01 Психология

Профиль подготовки

психология

Уровень высшего образования

бакалавриат

Форма обучения

Очная, очно-заочная, заочная

Статус дисциплины: вариативная по выбору

Махачкала- 2018

Аннотация рабочей программы дисциплины

Дисциплина «Тренинг личностного роста» входит в *вариативную* часть образовательной программы бакалавриата по направлению **37.03.01 Психология**.

Дисциплина реализуется на факультете **Психологии и философии, кафедрой «Психологии развития и профессиональной деятельности»**. Содержание дисциплины «Тренинг личностного роста» охватывает круг вопросов, связанных с формированием у студентов профессионального видения мира, умений, связанных с организацией и проведением тренинговой работы, разработкой тренинговых программ.

Дисциплина нацелена на формирование следующих компетенций выпускника: ПК- 2, 5

Преподавание дисциплины предусматривает проведение следующих видов учебных занятий: **8 лекции, 18 практические занятия, 46 самостоятельная работа..**

Рабочая программа дисциплины предусматривает проведение следующих видов контроля успеваемости в форме **зачет**

Объем дисциплины **72** зачетных единиц, в том числе в академических часах по видам учебных занятий

Семес тр	Учебные занятия						СРС, в том числе экзамен	Форма промежуточной аттестации (зачет, дифференцированный зачет, экзамен)
	в том числе							
	Контактная работа обучающихся с преподавателем							
	Всего	из них						
Лекции		Лабораторные занятия	Практические занятия	КСР	консультации			
5	72	8		18			46	зачет

Заочная форма обучения Преподавание дисциплины предусматривает проведение следующих видов учебных занятий: **2 лекции, 8 лабораторные занятия, 58 самостоятельная работа..**

Семес тр	Учебные занятия						СРС, в том числе экзамен	Форма промежуточной аттестации (зачет, дифференцированный зачет, экзамен)
	в том числе							
	Контактная работа обучающихся с преподавателем							
	Всего	из них						
Лекции		Лабораторные занятия	Практические занятия	КСР	консультации			
7	72	2	8				58	зачет

1. Цели освоения дисциплины

Целями освоения дисциплины **Тренинг личностного роста** - повышение уровня личностной зрелости студентов, а так же их профессиональной компетентности в области применения групповых методов психологического воздействия с целью личностного роста потребителей образовательных и социальных услуг в будущей практической деятельности.

«Тренинг личностного роста» (ТЛР) имеет двоякую направленность: с одной стороны он направлен на повышение уровня личностной зрелости, на формирование и совершенствование социально-психологической культуры студентов посредством групповых методов психологического воздействия, а с другой стороны – на повышение уровня их профессиональной компетентности, на формирование профессионально-необходимых знаний, навыков и умений, связанных с самостоятельным применением этих методов с целью личностного роста потребителей психологических и образовательных услуг

2. Место дисциплины в структуре ОПОП бакалавриата

«Тренинг личностного роста» является дисциплиной по выбору образовательной программы бакалавриата, по направлению **37.03.01 Психология**.

Содержание дисциплины является логическим продолжением и углублением знаний, полученных в результате овладения дисциплинами «Введение в профессию», «Возрастная психология и психология развития», «Психодиагностика», «Основы психологического консультирования». Знания о закономерностях функционирования и развития психики и сознания в объеме дисциплины «Общая психология». Знания о закономерностях поведения и деятельности людей, обусловленных их включением в социальные группы и закономерностях развития и функционирования социальных групп в объеме дисциплины «Социальная психология». Знания о формах и методах обучения, а также принципах построения учебных процедур в объеме курса «Педагогическая психология».

3. Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения дисциплины (перечень планируемых результатов обучения).

Тренинг личностного роста (ТЛР) в системе методов групповой психологической работы – методологические аспекты. Методические аспекты тренинга. Групповая динамика как механизм тренингового воздействия ведущей группы: личность и деятельность. В результате освоения ОПОП бакалавриата обучающийся должен овладеть следующими результатами обучения по дисциплине (модулю):

<i>КОД Компетенции из ФГОС ВО</i>	<i>Формулировка компетенции из ФГОС ВО</i>	<i>Планируемые результаты обучения (показатели достижения заданного уровня освоения компетенций)</i>
ПК- 2.	способностью приобретать новые научные и профессиональные знания, используя современные образовательные и информационные технологии (ПК-2);	Знает: способы воздействия и психологического вмешательства с целью оказания помощи человеку Умеет : ассистировать в профессиональной деятельности

		специалиста-психолога Владеет : способами воздействия и психологического вмешательства с целью оказания помощи человеку
ПК- 5	способностью критически переосмысливать накопленный опыт, изменять при необходимости вид и характер своей профессиональной деятельности (ПК-5);	Знает: как воздействовать и адаптировать программу психологического вмешательства Умеет : использовать накопленный опыт и ассистировать в профессиональной деятельности специалиста-психолога Владеет : методами воздействия и психологического вмешательства с целью оказания помощи человеку

4. Объем, структура и содержание дисциплины.

4.1. Объем дисциплины составляет 2 зачетных единиц, 72 академических часов.

4.2. Структура дисциплины.

№ п/п	Разделы и темы дисциплины	Семестр	Неделя семестра	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)				Самостоятельная работа	Формы текущего контроля успеваемости (по неделям семестра) Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
				Лекции	Практические занятия	Лабораторные занятия	Контроль самост. раб.		
Модуль 1. (название модуля) Социально- психологический тренинг									
1	Психологический тренинг как метод практической психологии.			2	10			22	Письменный вопрос, контрольные задания, реферат, выступление на семинарах. Дискуссии, контрольные работы, тесты, устный опрос
2	Понятие о личности и личностном росте» или «Социально-психологический тренинг самопознания, самоотношения и саморегуляции личности			2					Письменный вопрос, контрольные задания, реферат. Дискуссии
<i>Итого по модулю 1:</i>				4	10			22	
Модуль 2. (название модуля) «Личностный рост и общение»									
1	Личностный рост и творчество»			2	8			24	Дискуссии Письменный вопрос,

	или «Социально – психологический тренинг креативности»								контрольные задания, реферат
	Личностный рост и профессия» или «Социально – психологический тренинг достижений»			2					Письменный вопрос, контрольные задания, реферат
2	<i>Итого по модулю 2:</i>			4	8			24	
	72			8	18			46	зачет

4.3. Содержание дисциплины, структурированное по темам (разделам).

Модуль 1. Название раздела Социально – психологический тренинг
Тема 1. «Социально – психологический тренинг
как метод практической психологии»

Содержание темы. 1.1. Психологический тренинг как метод практической психологии.

Соотношение понятий «групповая психотерапия», «групповая психокоррекция» и «групповой тренинг».

Общее представление о психологическом тренинге.

Специфические черты и основные парадигмы тренинга.

1.2. Особенности тренинговых групп

Цели тренинговой группы: (помощь в исследовании и решении психологических проблем, улучшение психологического здоровья участников тренинга, изучение психологических основ общения, развитие самосознания с целью самоизменения и коррекции поведения, содействие личностному росту и саморазвитию) .

Преимущества групповой формы психологической работы. Групповые нормы (искренность и открытость, «здесь и теперь», активность, конфиденциальность и т.д.). Ролевые позиции в группе. Понятие о групповой сплоченности, факторы ее определяющие. Причины ухудшения групповой сплоченности. Гомогенность и гетерогенность тренинговых групп. Качественный состав тренинговых групп. Количественный состав тренинговых групп.

1.3. Виды тренинговых групп Критерии классификации тренинговых групп. Классификация тренинговых групп по К.Рудестаму, по Ж.Годфруа: Гештальт-подход. Групп-аналитический подход. Трансактный анализ в группе. Психодраматический подход. Телесно-ориентированный подход. Методы групповой работы в НЛП.

Развитие тренинговых групп Стадии развития группы в тренинге. Кризис в развитии тренинговой группы. Стадии развития группы со спонтанной динамикой. Стадии развития группы с управляемой динамикой.

Руководство тренинговой группой Основные роли ведущего тренинга. Стили руководства группой. Характеристика личности группового тренера. Подготовка ведущих тренинговых групп. Страхи тренера.

1.4. Методы психологического воздействия в тренинге

Классификация методов психологического воздействия. Групповая дискуссия (по уровню организации: структурированные и неструктурированные; по содержанию: тематические, биографические, интеракционные). Игровые методы (ситуационно-ролевые игры, дидактические игры, творческие игры, организационно-деятельностные игры, деловые игры, имитационные игры). Методы, направленные на развитие социальной перцепции (вербальные и невербальные техники). Методы телесно-ориентированной психотерапии. Медитативные техники.

Механизмы психологического воздействия: внушение, принуждение, убеждение.

Внушение. Виды внушения: открытое и закрытое (прямое – косвенное); контактное – дистантное; кратковременное – длительное; непосредственное – отсроченное; специфическое – неспецифическое. Факторы эффективности внушения: целенаправленность и плановость воздействия; не критическое восприятие информации объектом воздействия; определенность иницируемого поведения. Принципы применения внушения: использование таких способов и приемов внушения, которые а) возбуждают специфический интерес конкретного объекта воздействия; б) аннулируют нежелательные мотивации и состояния объекта; в) не вызывают опровержения до достижения цели воздействия. Способы и приемы внушающего воздействия. Приемы специфического внушения: «приклеивание ярлыков», «сияющее обобщение», «перенос» (трансфер), «свидетельство», «игра в простонародность», «перетасовка фактов», «общая платформа». Способы неспецифического внушения: устрашение, эмоциональное подавление, иницирование агрессивных эмоциональных состояний.

Принуждение. Условия и факторы эффективного принуждения: аргументированное разъяснение требований, строгий контроль за их выполнением, принятие мер к уклоняющимся от выполнения (безнаказанность и неисполнительность – источники безответственности). Приоритет средств личного воздействия над репрессивными мерами: усиление контроля, установление сроков исполнения конкретных заданий, беседа в присутствии других членов группы, организация общего осуждения, создание перспектив исправления, своевременное отмечание успехов, старания, стремления к самореабилитации.

Убеждение. Структура убеждающего воздействия: субъект убеждения, ситуация убеждения. Влияние особенностей структурных компонентов убеждающего воздействия на его эффективность. Организация и осуществление убеждающего воздействия. Использование приемов привлечения внимания объекта. Снятие психологических барьеров (стереотипов, предрассудков, негативных установок) путем создания обстановки доверия, доброжелательности. Обращение к чувствам, потребностям, интересам объекта. Создание условий с преобладанием отношений равенства, взаимного уважения, доступности к другим источникам

информации, возможности самовыражения объекта. Требования к убеждающему воздействию: целенаправленность и плановость воздействия; направленность на конкретный объект; ориентированность на интеллектуально-познавательную сферу объекта; нацеленность на инициирование определенного поведения. Принципы организации и осуществления убеждающего воздействия: повторения, достижения первичности, обеспечения доверия к источнику информации, активизации динамики психических процессов.

Способы психологического воздействия. Поощрение и наказание, информирование, пример как способы психологического воздействия: их особенности, преимущества и недостатки, приемы применения.

1.5. Дискуссионные методы СПТ.

Понятие о групповой дискуссии. Курт Левин и школа «групповой динамики». Классификации видов групповой дискуссии: групповое интервью, брейнсторминг, групповое принятие решений, групповое обсуждение отдельного случая, выступление-дискуссия; структурированные и неструктурированные дискуссии; тематическая, биографическая, интеракционная дискуссии. Методы организации групповой дискуссии: «мозговой штурм», «синектика», метод «инцидента», метод «контрольных ситуаций» и др.

Особенности применения групповой дискуссии в управленческой, обучающей, творческой, психотерапевтической, диагностической и других видах деятельности.

Эффекты групповой дискуссии:

- 1) иррациональные («сдвиг к риску», групповая поляризация, снятие «индекса торможения», доминирование высокостатусных индивидов, групповое давление, временные потери, «огруппление мышления» и др.);
- 2) рациональные (повышение количества и качества идей, оценка новизны и оригинальности, повышение мотивации, личной ответственности, приемлемости групповых решений и др.);
- 3) диагностические и коррекционные эффекты;

Факторы эффективности групповой дискуссии: характер взаимоотношений внутри и вне группы; авторитетность и стиль руководства, социально-психологический климат; уровень сплоченности (совместимость и сработанность) и др.

Диагностика видов взаимодействия в процессе групповой дискуссии (Р. Бейлс): интеракции в зоне выполнения задачи и в положительной и отрицательной аффективных зонах.

Особенности технологий группового интервью, брейнсторминга, группового принятия решений, анализа отдельного случая, выступления-дискуссии: цели, фазы, организация, проведение, приемы, критерии эффективности.

1.6. Игровые методы СПТ

Классификация и общая характеристика игровых методов активного обучения: ситуационно-ролевые, дидактические, творческие, организационно-деятельностные, имитационные, деловые игры. Игра как психотерапевтический метод (гештальт-терапия, психодрама); игра как деструктивный элемент в общении

(трансактный анализ); игра как обучающий метод (семейное и организационное консультирование, тренинги партнерского и делового общения и т.д.).

Игра как способ преодоления скованности и напряженности участников тренинга на первой стадии групповой работы, как условие безболезненного снятия «психологической защиты». Игра как инструмент диагностики и самодиагностики. Игра как средство интенсификации процесса обучения, закрепления новых навыков, тренировки вербальных и невербальных коммуникативных умений. Игра как условие для самораскрытия творческих потенциалов.

Основные элементы игровых методов: инструкция ведущего, правила игры, соревновательный характер, непредсказуемости итогов, приоритет процесса над результатом и т.д. Глубинный смысл игровых методов – творческое проживание, порождающее новый опыт.

Классификация деловых игр: производственные, организационно-деятельностные, проблемные, учебные, комплексные. Структура, механизмы и процедурные компоненты ролевой игры. Особенности организации оргдеятельностных игр.

Методические основы организации и проведения деловых, ролевых, оргдеятельностных игр. Оценка эффективности игровых методов.

Тема 2. «Понятие о личности и личностном росте» или «Социально-психологический тренинг самопознания, самоотношения и саморегуляции личности»

Содержание темы. **2.1. Понятие о личности и личностном росте.** Проблема личностного роста в тренингах различной психологической ориентации. Понятие личностного роста. Механизмы и психологические структуры личностного роста: самопознание, самопобуждение, программирование профессионального и личностного роста, самореализация.

Подходы к определению целей тренинга личностного роста в группах различной психологической ориентации (динамическая, гуманистическая, когнитивная). Психологический портрет психически здоровой и социально зрелой (самоактуализирующейся) личности. Психодиагностика уровня развития личности. Основы самоанализа и самодиагностики.

2.2. Психологический анализ жизненного пути и выработка личных планов. Определение потребностей, жизненных целей, жизненных позиций. Развитие целеполагания и уверенности в себе: постановка целей саморазвития, планирование ее достижения, реализация планов.

Барьеры личностного роста и пути их преодоления. Виды барьеров: внешние субъективные и объективные; внутренние субъективные и объективные. Потенциалы развития: эмоциональный, волевой, интеллектуальный, физический, социальный, креативный, духовный. Приемы преодоления внутренних конфликтов.

Методические основы тренинга личностного роста. Определение барьеров личностного роста, путей и способов их преодоления. Определение принципов

отбора участников, особенностей позиции ведущего. Особенности ТЛР с подростками и педагогами. Действия тренера в нестандартных ситуациях. Алгоритм структуры занятий. Критерии оценки успешности ТЛР.

Модуль 2. Название раздела «Личностный рост и общение»

Тема 3 . «Личностный рост и общение»

или «Социально-психологический тренинг межличностных отношений»

Содержание темы: **СПТ межличностных отношений**: преимущества групповой работы по сравнению с индивидуальной. Особенности групповой работы. Формы и методы работы в группах межличностного общения.

Принципы СПТ межличностных отношений: принцип активности, принцип физической и психологической безопасности, принцип обратной связи, принцип круга как символ равенства партнеров, принцип конфиденциальности, принцип «здесь и сейчас», принцип исследовательской позиции (творчества), принцип искренности и др.

Нормы получения и подачи обратной связи. Метод кругового опроса. Метод групповой дискуссии. Игровые методы (ролевые, деловые, проблемные, имитационные, психотехнические игры). Метод психогимнастических упражнений. Медитационные методы.

История развития Т-групп. Основные понятия: самораскрытие, осознание самого себя, ответственность, внимание к чувствам, «здесь и теперь». Основные процедуры: установление контакта, построение доверительных отношений, изучение конфликтов, изучение сопротивления, сочувствие и поддержка.

Основные задачи СПТ межличностного общения: формирование коммуникативных навыков активного и эмпатического слушания, формирование эффективных способов влияния и установления (поддержания) контакта с учетом интересов, намерений и состояний партнера, формирование навыков убеждающего воздействия (аргументации, конструктивной критики и др.).

Цели СПТ межличностного общения – формирование социально-психологической культуры диалогического общения.

Методические основы СПТ межличностных отношений. Отбор участников группы. Позиция ведущего (тренера). Особенности инструктирования. Поведение ведущего в «трудных» ситуациях. Особенности организации тренинга в разных возрастных и социальных группах. Оценка эффективности СПТ межличностного общения.

Понятие о сензитивности: способы понимания других; измерение сензитивности; компоненты сензитивности. Методы обучения сензитивности: участие в Т-группах, изучение психологии, клиническая практика. Необходимость обратной связи. Принципы создания программ.

Наблюдательская сензитивность. Механизмы и эффекты социальной перцепции: формирование впечатления; позитивное впечатление; эмпатия к людям; позитивное восприятие и эмпатия; эмпатия и наблюдение.

Теоретическая сензитивность. Мифологическое и научное мышление. Клинические и статистические прогнозы поведения. Мифологическая и научная

ориентация. Мифологические и научные понятия. Мифологические и научные отношения. Мифологические и научные теории. Выбор теории личности.

Номотетическая сензитивность. Восприятие групп: формирование впечатления о группе. Позитивная направленность восприятия группы. Эмпатия к группам.

Идеографическая сензитивность. Развитие понимания: рационалистическое понимание; идеографическая сензитивность как тренинговая проблема, теоретическое решение; измерение деликатности и ответственности; эффективность и сензитивность деликатного и ответственного. Оценка сензитивности: тесты на сензитивность, личностные тесты; отбор обучаемых. Принципы тренинга сензитивности: Т-группа, обучение психологии. Психолог как учитель.

Тема 4. «Личностный рост и творчество»

или «Социально – психологический тренинг креативности»

Содержание темы. **Общая характеристика** методов, стимулирующих творчество. Классификация методов: 1. Методы, позволяющие избежать инерционности в направленности поиска (мозговой штурм А. Осборна, синектика У. Гордона, метод фокальных объектов Э Кунца и Ч. Вайтинга, метод абсурда, метод рекодификации, ПРИЗ и др.); 2. Методы, позволяющие систематизировать перебор вариантов решения творческой задачи (морфологический анализ Ф. Цвики, метод контрольных вопросов, метод Дельфи, метод дневников и др.).

Понятие креативности. Психологический портрет творческой личности.

Диагностика креативности. Основные подходы к диагностике креативности (опросник Джонсона, тест П. Торренса и др.). Постановка задач для саморазвития.

Возможности эвристического обучения. Классификация методов эвристического обучения (метод эмпатии; смыслового, образного и символического видения; эвристических вопросов, гиперболизации, инверсии и др.). использование методов эвристического обучения при решении конкретных творческих задач.

Этапы творческого процесса (подготовка, фрустрация, инкубация, инсайт, разработка). Барьеры креативности.

Воздействие искусством. Особенности психодинамического и гуманистического воздействия искусством.

Тренинг креативности как форма обучения, направленная на расширение сознания и расшатывания стереотипности мышления. Проблемная ситуация как предметная основа тренинга креативности (мышления).

Тренинг принятия группового решения творческих задач. «Алгоритмы» творчества. Расширение внутренней свободы самовыражения путем осознания барьеров мышления.

Оценка эффективности креативного тренинга.

Тема 5. «Личностный рост и профессия»

или «Социально – психологический тренинг достижений»

содержание темы: Понятие о психолого-педагогическом тренинге. Цели ППТ – повышение эффективности взаимодействия учителя в сферах: «учитель-школа», «учитель-класс», «учитель-ученик», «я-учитель», «учитель-семья».

Задачи: овладение психотехниками организации деловых отношений с администрацией и коллегами, поддержания дисциплины в классе, формирования своего авторитета, эмоциональной саморегуляции, разрешения педагогических конфликтов и т.п.

Виды ППД: индивидуальный – групповой, коммуникативный, сензитивный, креативный, регулятивный, тренинги разрешения «педагогических конфликтов» и «личностного и профессионального роста» и др.

Тренинг разрешения педагогических конфликтов. Напряженность педагогической деятельности. Конфликтные педагогические ситуации. Алгоритм решения конфликтных педагогических ситуаций.

Тренинг профессионального и личностного роста. Развитие профессионального самосознания. Развитие адекватного, позитивного самовосприятия. Развитие эмоциональной культуры педагога: эмпатия, экспрессивное самовыражение.

Коммуникативный тренинг. Развитие культуры педагогического общения: активное слушание; ведение споров, диалогов, дискуссий, техника «я-высказывание». Барьеры педагогического общения.

Сензитивный тренинг. Развитие чувствительности к невербальным средствам коммуникации: жестикуляция, поза, осанка, походка, интонация, дистанция, визуальный контакт и др.

Регулятивный тренинг. Развитие способности к саморегуляции эмоциональных состояний: дыхание, внешнее проявление эмоций, мышечное расслабление, концентрация внимания, визуализация, сюжетное воображение. Ситуативная саморегуляция и профилактика неблагоприятных эмоциональных состояний. Формулы самовнушения. Активная и пассивная релаксация.

4. 4. Содержание семинарских занятий:

Психологический тренинг как метод практической психологии. (4 часа)

Психологический тренинг как метод практической психологии

План семинара.

1. *Соотношение понятий "групповая психотерапия",*
2. *"групповая психокоррекция" и "групповой тренинг"*
3. *Общее представление о психологическом тренинге*
4. *Специфические черты и основные парадигмы тренинга*

Соотношение понятий "групповая психотерапия", "групповая психокоррекция" и "групповой тренинг"

". Осознавая относительность этого термина (впрочем, как и часто встречающегося термина "групповое обучение"), в дальнейшем мы будем пользоваться им, подразумевая под тренинговыми группами не только известные Т-группы, но и вообще все специально созданные малые группы, участники которых (психически здоровые люди) при содействии ведущего-психолога включаются в своеобразный опыт интенсивного общения, ориентированный на оказание помощи каждому в решении разнообразных психологических проблем и в самосовершенствовании (в частности, в развитии самосознания).

Тема 2. Понятие о личности и личностном росте или «Социально-психологический тренинг самопознания, самоотношения и саморегуляции личности (2 часа)

План семинара.

- 1. Понятие «личностный рост» в психологии. Критерии и методы коррективки.*
- 2. Понятие «личностный рост» в психологии*
- 3. Изменение личности, их теории.*
- 4. Эмпирические исследования изменений личности*

Итак, что же мы понимаем под выражением «личностный рост человека»? По мнению психологии, **личностный рост - это постоянное, неуклонное развитие личностного потенциала.** В свою очередь, *личностный потенциал — это совокупность индивидуально-психологических качеств личности, которая лежит в основе способности каждой личности исходить из устойчивых внутренних критериев и ориентиров в своей жизнедеятельности, а также сохранять стабильную деятельность и смысловые ориентации при различной степени внешнего давления и в изменяющихся условиях [Теории личности и изменения личности.* Представление о том, что авторы теорий личности автоматически отстаивают постоянство свойств личности, неверно; скорее, многие из них придерживались противоположной концепции и описывали процесс изменения личности. Таким образом, теории личности обеспечивают

подступы к пониманию изменения личности. Вероятно, наиболее ярким примером тому служат работы Джорджа Келли. Келли высказал предположение, что личность состоит из «личных конструктов», биполярных перцептивных ориентиров, используемых для истолкования («конструирования») окружающего мира и предвидения последствий совершаемых действий.

Роджерс описывает 3 условия, способствующие такому положительному росту в процессе терапевтических отношений: **а) искренность, или конгруэнтность терапевта; б) заинтересованное внимание, или «безусловно положительное отношение» к клиенту; и в) эмпатическое понимание клиента терапевтом.**

Тема 3 .Классификации и основные виды тренинговых групп

(6 часов)

План семинара.

1. *Критерии классификации тренинговых групп*
2. *Гештальт-подход*
3. *Групп-аналитический подход*
4. *Транзакционный анализ в группе*
5. *Психодраматический подход*
6. *Телесно-ориентированный подход*
7. *Методы групповой работы НЛП*

* В основу главы положен материал статьи: *Вачков Н. В. Основные виды тренинговых групп в западной практической психологии. – Деп. в ИТОП РАО. № 20-96. – М., 1996.*

Критерии классификации тренинговых групп

В настоящее время существует большое количество классификации психокоррекционных и психотерапевтических групп, рассмотреть которые полностью не представляется возможным. Впервые на русском языке достаточно широкий спектр методов группового психологического воздействия систематически изложен и проанализирован в работе К. Рудестама (1990). В своей классификации видов групп Рудестам опирается на два наиболее существенных параметра степень осуществления руководителем ведущей роли в структурировании и

функционировании группы и степень эмоциональной стимуляции в противоположность рациональному мышлению. Восемь видов групп, представленных в книге, выделены на основе этих параметров в таблице!

Тема 4 . Основные этапы развития группы в тренинге (2 часа)

План семинара.

1. *Общее представление о стадиях развития группы в тренинге*
2. *Стадии развития групп со спонтанной динамикой*
3. *Стадии развития групп с управляемой динамикой*

Общее представление о стадиях развития группы в тренинге

Опыт работы с разными по составу, возрасту, полу, профессиональной направленности и служебному статусу группами показал наличие определенных закономерностей групповой динамики. Почти все группы, с которыми пришлось работать, проходили в своем развитии стадии, указанные еще Б. Тукманом (B. Tuckman, 1965): **зависимое и исследующее поведение – разрешение внутригрупповых конфликтов сплоченность и эффективное решение проблем.**

Вместе с тем достаточно ярко обнаружилась и стадийность группового процесса, определенная по критерию динамики самосознания участников, которую предложил О. В. Немиринский (1993). Его подход является вполне приложимым к описанию стадий тренинга развития самосознания вследствие введения для анализа групповой динамики такого понятия, как **ведущий контекст самосознания.**

Тема 5 . Ведущий тренинговой группы(4 часа)

План семинара.

1. *Основные роли ведущего группы*
2. *Стили руководства группой*
3. *Характеристика личности группового тренера*
4. *Подготовка ведущих тренинговых групп*

Основные роли ведущего группы

Хотя и существуют психотерапевтические группы, не имеющие назначенного руководителя и выдвигающие лидера из своей среды, все же в большинстве тренинговых групп никак не обойтись без специально подготовленного ведущего. Именно он отвечает за результаты процессов, происходящих в тренинге, и именно он (обычно) получает деньги за выполнение профессиональных обязанностей психолога или психотерапевта. Совершенно очевидно, что роль поведения и личности ведущего тренинга, применяемых им методов, предлагаемых группе упражнений и психотехник очень велика.

Основная литература:

1. Макарова, К.В. Психология человека. : Учебное пособие / К. В. Макарова ; К. В. Макарова, О. А. Таллина ; М-во образования и науки Российской Федерации, Федеральное гос. бюджетное образовательное учреждение высш. проф. образования "Московский пед. гос. ун-т". - М. : "Прометей", 2011. - 160. - ISBN 978-5-4263-0029-3. Российская государственная библиотека (РГБ) URL: http://нэб.рф/catalog/000199_000009_005104977/
2. Болотова, А. К. Психология развития и возрастная психология / А. К. Болотова, О. Н. Молчанова ; А. К. Болотова, О. Н. Молчанова. - Москва : ВШЭ, 2012. - 526 с. - ISBN 978-5-7598-0731-5. Российская государственная библиотека (РГБ) URL: http://нэб.рф/catalog/000199_000009_02000010577/
3. Ермолаева, Марина Валерьевна. Субъективный подход к психологии развития взрослого человека (вопросы и ответы) : учеб. пособие / Ермолаева, Марина Валерьевна ; Рос. акад. образования; Моск. психолого-соц. ин-т. - М.; Воронеж : МПСИ; МОДЭК, 2006. - 199 с. - (Серия "Библиотека психолога"). - ISBN 5-89502-791-1 (МПСИ) : 66-00. Научная библиотека ДГУ URL:
4. Бакирова, Г.Х. Психология развития и мотивации персонала : учебное пособие / Г. Х. Бакирова ; Бакирова Г. Х. - М. : Юнити-Дана, 2012. - 440 с. - ISBN 978-5-238-01605-4. Российская государственная библиотека (РГБ) URL: http://нэб.рф/catalog/000199_000009_008637018/
5. Гамезо, М.В. Возрастная и педагогическая психология : учебное пособие для студентов педагогических вузов / М. В. Гамезо ; М. В. Гамезо, Е. А. Петрова, Л. М. Орлова ; под общ. ред. М. В. Гамезо. - М. : Педагогическое общество России, 2009. - 512 с. - ISBN 978-5-93134-391-4. Российская государственная библиотека (РГБ) URL: http://нэб.рф/catalog/000199_000009_004240877/
6. Рубинштейн, С.Л. Основы общей психологии / С. Л. Рубинштейн ; Рубинштейн С. Л. - М. : Директ-Медиа, 2009. - 705, 7 с. - ISBN 978-5-459-01141-8. Российская государственная библиотека (РГБ) URL:

http://нэб.рф/catalog/000199_000009_007496670/

Основные методы сбора данных в психологии / А. В. Гарусев [и др.] ; В. Гарусев А., М. Дубовская Е., Е. Дубровский В. и др. - Москва : Аспект Пресс, 2012. - 158 с. - ISBN 978-5-7567-0653-6. Российская государственная библиотека (РГБ) URL: http://нэб.рф/catalog/000199_000009_005429456/

7. Шапарь, Виктор Борисович. Практическая психология. Психодиагностика групп и коллективов : [учеб. пособие] / Шапарь, Виктор Борисович. - Ростов н/Д : Феникс, 2006. - 445 с. : ил. - (Психологический факультет). - ISBN 5-222-09215-1 : 157-00. Научная библиотека ДГУ URL:
8. Джабраилов А.Н. - Тренинг шаг за шагом -2011 СПб: / Изд-во Реноме. - 202(Университетская библиотека-online) firms/elib.dgu.ru.htm

Дополнительная литература:

1. Жуков Ю.М., Петровская Л.А., Растянников П.В. Диагностика и развитие Осипова А.А. Общая психокоррекция: Учебное пособие для студентов вузов. – М.: ТЦ Сфера, 2004. –512с.\
2. Осипова А. А. Введение в практическую психокоррекцию: групповые методы работы. - М. - Воронеж, 2000. <http://do.gendocs.ru/>
3. Петровская Л.А. Компетентность в общении (социально-психологический тренинг). - М., 1986. <http://nashaucheba.ru/>
4. Петровская Л.А. Теоретические и методические проблемы социально-психологического тренинга. - М.: МГУ, 1982. <http://www.smartcat.ru/>

5. Образовательные технологии

Преподавание учебной дисциплины «Тренинг личностного роста» строится на практических занятиях и различных формах самостоятельной работы студентов.

В процессе изучения дисциплины используются не только традиционные технологии, формы и методы обучения, но и инновационные технологии, активные и интерактивные формы проведения занятий: консультации, тестирование, решение ситуационных задач, дискуссии, ролевые игры, интерактивные методы обучения: мозговой штурм, круглый стол, тестирование, типирование и т.д. При проведении лекционных занятий используются активные и интерактивные методы обучения, формирующие установки на большую активность и мотивацию обучающегося в учебном процессе. Широко применяются дискуссионные, проблемные методы обучения, которые выступают в качестве средства не только обучения, но и воспитания. На занятиях применяются различные видеоматериалы, компьютерные технологии позволяющие в полной мере реализовать принцип наглядности интенсифицировать и повысить эффективность учебной деятельности, использовать

не только слуховые, но и зрительные каналы в практике обучения, позволяющие в полной мере овладеть знаниями. При проведении практических и семинарских занятий используются дискуссионные, проблемные, эвристические исследовательские методы формирующие творческую активность учебного самостоятельного выступления с устными докладами, обоснования и защиты собственной точки зрения. Для обеспечения самостоятельной работы студента создана материально-техническая база (обеспечение литературой, компьютерами с доступом в Интернет). Самостоятельная работа студентов включает знакомство с литературными источниками, их анализ, подготовка выступлений и обсуждение на семинарских занятиях (подборка материалов по теме.)

6. Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы студентов.

«Понятие о личности и личностном росте» или «СПТ самопознания, самоотношения и саморегуляции»

«Барьеры сензитивности»

1. _ Проанализировать рекомендуемую литературу и составить краткий конспект по вопросам для обсуждения.
2. Выполнить самостоятельно 5-6 упражнений (на выбор) на развитие наблюдательской сензитивности (Психогимнастика в тренинге./ Под ред. Хрящёвой Н.Ю. – Спб., 1999. с. 93-113).

Основная литература:

1. Макарова, К.В. Психология человека. : Учебное пособие / К. В. Макарова ; К. В. Макарова, О. А. Таллина ; М-во образования и науки Российской Федерации, Федеральное гос. бюджетное образовательное учреждение высш. проф. образования "Московский пед. гос. ун-т". - М. : "Прометей", 2011. - 160. - ISBN 978-5-4263-0029-3. Российская государственная библиотека (РГБ) URL: http://нэб.рф/catalog/000199_000009_005104977/
2. Болотова, А. К. Психология развития и возрастная психология / А. К. Болотова, О. Н. Молчанова ; А. К. Болотова, О. Н. Молчанова. - Москва : ВШЭ, 2012. - 526 с. - ISBN 978-5-7598-0731-5. Российская государственная библиотека (РГБ) URL: http://нэб.рф/catalog/000199_000009_02000010577/
3. Ермолаева, Марина Валерьевна. Субъективный подход к психологии развития взрослого человека (вопросы и ответы) : учеб. пособие / Ермолаева, Марина Валерьевна ; Рос. акад. образования; Моск. психолого-соц. ин-т. - М.; Воронеж : МПСИ; МОДЭК, 2006. - 199 с. - (Серия "Библиотека психолога"). - ISBN 5-89502-791-1 (МПСИ) : 66-00. Научная библиотека ДГУ URL:
4. Бакирова, Г.Х. Психология развития и мотивации персонала : учебное пособие / Г. Х. Бакирова ; Бакирова Г. Х. - М. : Юнити-Дана, 2012. - 440 с. -

ISBN 978-5-238-01605-4. Российская государственная библиотека (РГБ) URL: http://нэб.рф/catalog/000199_000009_008637018/

5. Гамезо, М.В. Возрастная и педагогическая психология : учебное пособие для студентов педагогических вузов / М. В. Гамезо ; М. В. Гамезо, Е. А. Петрова, Л. М. Орлова ; под общ. ред. М. В. Гамезо. - М. : Педагогическое общество России, 2009. - 512 с. - ISBN 978-5-93134-391-4. Российская государственная библиотека (РГБ) URL: http://нэб.рф/catalog/000199_000009_004240877/
6. Рубинштейн, С.Л. Основы общей психологии / С. Л. Рубинштейн ; Рубинштейн С. Л. - М. : Директ-Медиа, 2009. - 705, 7 с. - ISBN 978-5-459-01141-8. Российская государственная библиотека (РГБ) URL: http://нэб.рф/catalog/000199_000009_007496670/
Основные методы сбора данных в психологии / А. В. Гарусев [и др.] ; В. Гарусев А., М. Дубовская Е., Е. Дубровский В. и др. - Москва : Аспект Пресс, 2012. - 158 с. - ISBN 978-5-7567-0653-6. Российская государственная библиотека (РГБ) URL: http://нэб.рф/catalog/000199_000009_005429456/
7. Шапарь, Виктор Борисович. Практическая психология. Психодиагностика групп и коллективов : [учеб. пособие] / Шапарь, Виктор Борисович. - Ростов н/Д : Феникс, 2006. - 445 с. : ил. - (Психологический факультет). - ISBN 5-222-09215-1 : 157-00. Научная библиотека ДГУ URL:
8. Джабраилов А.Н. - Тренинг шаг за шагом -2011 СПб: / Изд-во Реноме. - 202(Университетская библиотека-online) firms/elib.dgu.ru.htm

Дополнительная литература:

1. Осипова А.А. Общая психокоррекция: Учебное пособие для студентов вузов. – М.: ТЦ Сфера, 2004. –512с.\
2. Осипова А. А. Введение в практическую психокоррекцию: групповые методы работы. - М. - Воронеж, 2000. <http://do.gendocs.ru/>
3. Петровская Л.А. Компетентность в общении (социально-психологический тренинг). - М., 1986. <http://nashaucheba.ru/>
4. Петровская Л.А. Теоретические и методические проблемы социально-психологического тренинга. - М.: МГУ, 1982. <http://www.smartcat.ru/>

« Наблюдательская сензитивность»

1. Проанализировать рекомендуемую литературу и составить краткий конспект по вопросам для обсуждения.
2. Выполнить самостоятельно 5-6 упражнений (на выбор) на развитие межличностной чувствительности (Психогимнастика в тренинге./ Под ред. Хрящёвой Н.Ю. – Спб., 1999. с. 113-172).

Основная литература:

9. Макарова, К.В. Психология человека. : Учебное пособие / К. В. Макарова ; К. В. Макарова, О. А. Таллина ; М-во образования и науки Российской Федерации, Федеральное гос. бюджетное образовательное учреждение высш. проф. образования "Московский пед. гос. ун-т". - М. : "Прометей", 2011. - 160. - ISBN 978-5-4263-0029-3. Российская государственная библиотека (РГБ) URL: http://нэб.рф/catalog/000199_000009_005104977/
10. Болотова, А. К. Психология развития и возрастная психология / А. К. Болотова, О. Н. Молчанова ; А. К. Болотова, О. Н. Молчанова. - Москва : ВШЭ, 2012. - 526 с. - ISBN 978-5-7598-0731-5. Российская государственная библиотека (РГБ) URL: http://нэб.рф/catalog/000199_000009_02000010577/
11. Ермолаева, Марина Валерьевна. Субъективный подход к психологии развития взрослого человека (вопросы и ответы) : учеб. пособие / Ермолаева, Марина Валерьевна ; Рос. акад. образования; Моск. психолого-соц. ин-т. - М.; Воронеж : МПСИ; МОДЭК, 2006. - 199 с. - (Серия "Библиотека психолога"). - ISBN 5-89502-791-1 (МПСИ) : 66-00. Научная библиотека ДГУ URL:
12. Бакирова, Г.Х. Психология развития и мотивации персонала : учебное пособие / Г. Х. Бакирова ; Бакирова Г. Х. - М. : Юнити-Дана, 2012. - 440 с. - ISBN 978-5-238-01605-4. Российская государственная библиотека (РГБ) URL: http://нэб.рф/catalog/000199_000009_008637018/
13. Гамезо, М.В. Возрастная и педагогическая психология : учебное пособие для студентов педагогических вузов / М. В. Гамезо ; М. В. Гамезо, Е. А. Петрова, Л. М. Орлова ; под общ. ред. М. В. Гамезо. - М. : Педагогическое общество России, 2009. - 512 с. - ISBN 978-5-93134-391-4. Российская государственная библиотека (РГБ) URL: http://нэб.рф/catalog/000199_000009_004240877/
14. Рубинштейн, С.Л. Основы общей психологии / С. Л. Рубинштейн ; Рубинштейн С. Л. - М. : Директ-Медиа, 2009. - 705, 7 с. - ISBN 978-5-459-01141-8. Российская государственная библиотека (РГБ) URL: http://нэб.рф/catalog/000199_000009_007496670/
Основные методы сбора данных в психологии / А. В. Гарусев [и др.] ; В. Гарусев А., М. Дубовская Е., Е. Дубровский В. и др. - Москва : Аспект Пресс, 2012. - 158 с. - ISBN 978-5-7567-0653-6. Российская государственная библиотека (РГБ) URL: http://нэб.рф/catalog/000199_000009_005429456/
15. Шапарь, Виктор Борисович. Практическая психология. Психодиагностика групп и коллективов : [учеб. пособие] / Шапарь, Виктор Борисович. - Ростов н/Д : Феникс, 2006. - 445 с. : ил. - (Психологический факультет). - ISBN 5-222-09215-1 : 157-00. Научная библиотека ДГУ URL:

16. Джабраилов А.Н. - Тренинг шаг за шагом -2011 СПб: / Изд-во Реноме. - 202(Университетская библиотека-online) firms/elib.dgu.ru.htm

Дополнительная литература:

5. Жуков Ю.М., Петровская Л.А., Растянников П.В. Диагностика и развитие Осипова А.А. Общая психокоррекция: Учебное пособие для студентов вузов. – М.: ТЦ Сфера, 2004. –512с.\
6. Осипова А. А. Введение в практическую психокоррекцию: групповые методы работы. - М. - Воронеж, 2000. <http://do.gendocs.ru/>
7. Петровская Л.А. Компетентность в общении (социально-психологический тренинг). - М., 1986. <http://nashaucheba.ru/>
8. Петровская Л.А. Теоретические и методические проблемы социально-психологического тренинга. - М.: МГУ, 1982. <http://www.smartcat.ru/>

1. «Идеографическая сензитивность»

1. Проанализировать рекомендуемую литературу и составить краткий конспект по вопросам для обсуждения.
2. Выполнить самостоятельно 5-6 упражнений (на выбор) на развитие чувствительности к групподинамическим процессам. (Психогимнастика в тренинге./ Под ред. Хрящёвой Н.Ю. – Спб., 1999. с. 113-172).

Основная литература:

1. Макарова, К.В. Психология человека. : Учебное пособие / К. В. Макарова ; К. В. Макарова, О. А. Таллина ; М-во образования и науки Российской Федерации, Федеральное гос. бюджетное образовательное учреждение высш. проф. образования "Московский пед. гос. ун-т". - М. : "Прометей", 2011. - 160. - ISBN 978-5-4263-0029-3. Российская государственная библиотека (РГБ) URL: http://нэб.рф/catalog/000199_000009_005104977/
2. Болотова, А. К. Психология развития и возрастная психология / А. К. Болотова, О. Н. Молчанова ; А. К. Болотова, О. Н. Молчанова. - Москва : ВШЭ, 2012. - 526 с. - ISBN 978-5-7598-0731-5. Российская государственная библиотека (РГБ) URL: http://нэб.рф/catalog/000199_000009_02000010577/
3. Ермолаева, Марина Валерьевна. Субъективный подход к психологии развития взрослого человека (вопросы и ответы) : учеб. пособие / Ермолаева, Марина Валерьевна ; Рос. акад. образования; Моск. психолого-соц. ин-т. - М.; Воронеж : МПСИ; МОДЭК, 2006. - 199 с. - (Серия "Библиотека психолога"). - ISBN 5-89502-791-1 (МПСИ) : 66-00. Научная библиотека ДГУ URL:
4. Бакирова, Г.Х. Психология развития и мотивации персонала : учебное пособие / Г. Х. Бакирова ; Бакирова Г. Х. - М. : Юнити-Дана, 2012. - 440 с. - ISBN 978-5-238-01605-4. Российская государственная библиотека (РГБ) URL: http://нэб.рф/catalog/000199_000009_008637018/

5. Гамезо, М.В. Возрастная и педагогическая психология : учебное пособие для студентов педагогических вузов / М. В. Гамезо ; М. В. Гамезо, Е. А. Петрова, Л. М. Орлова ; под общ. ред. М. В. Гамезо. - М. : Педагогическое общество России, 2009. - 512 с. - ISBN 978-5-93134-391-4. Российская государственная библиотека (РГБ) URL: http://нэб.рф/catalog/000199_000009_004240877/
6. Рубинштейн, С.Л. Основы общей психологии / С. Л. Рубинштейн ; Рубинштейн С. Л. - М. : Директ-Медиа, 2009. - 705, 7 с. - ISBN 978-5-459-01141-8. Российская государственная библиотека (РГБ) URL: http://нэб.рф/catalog/000199_000009_007496670/
Основные методы сбора данных в психологии / А. В. Гарусев [и др.] ; В. Гарусев А., М. Дубовская Е., Е. Дубровский В. и др. - Москва : Аспект Пресс, 2012. - 158 с. - ISBN 978-5-7567-0653-6. Российская государственная библиотека (РГБ) URL: http://нэб.рф/catalog/000199_000009_005429456/
7. Шапарь, Виктор Борисович. Практическая психология. Психодиагностика групп и коллективов : [учеб. пособие] / Шапарь, Виктор Борисович. - Ростов н/Д : Феникс, 2006. - 445 с. : ил. - (Психологический факультет). - ISBN 5-222-09215-1 : 157-00. Научная библиотека ДГУ URL:
8. Джабраилов А.Н. - Тренинг шаг за шагом -2011 СПб: / Изд-во Реноме. - 202(Университетская библиотека-online) firms/elib.dgu.ru.htm

Дополнительная литература:

1. Осипова А.А. Общая психокоррекция: Учебное пособие для студентов вузов. – М.: ТЦ Сфера, 2004. –512с.\
2. Осипова А. А. Введение в практическую психокоррекцию: групповые методы работы. - М. - Воронеж, 2000. <http://do.gendocs.ru/>
3. Петровская Л.А. Компетентность в общении (социально-психологический тренинг). - М., 1986. <http://nashaucheba.ru/>
4. Петровская Л.А. Теоретические и методические проблемы социально-психологического тренинга. - М.: МГУ, 1982. <http://www.smartcat.ru/>

«Коммуникативные барьеры»

- 1) Проанализировать рекомендуемую литературу и составить краткий конспект по вопросам для обсуждения.
- 2) Выполнить вводное задание (12 проб) и задания № 1-10 по теме «Самопознание и саморазвитие в общении» (1 с. 9-27).
- 3) Полученные результаты выполнения заданий занести в «дневник самонаблюдения, самоанализа и самосовершенствования».

Основная литература:

1. Макарова, К.В. Психология человека. : Учебное пособие / К. В. Макарова ; К. В. Макарова, О. А. Таллина ; М-во образования и науки Российской Федерации, Федеральное гос. бюджетное образовательное учреждение высш. проф. образования "Московский пед. гос. ун-т". - М. : "Прометей", 2011. - 160.

- ISBN 978-5-4263-0029-3. Российская государственная библиотека (РГБ) URL: http://нэб.рф/catalog/000199_000009_005104977/
2. Болотова, А. К. Психология развития и возрастная психология / А. К. Болотова, О. Н. Молчанова ; А. К. Болотова, О. Н. Молчанова. - Москва : ВШЭ, 2012. - 526 с. - ISBN 978-5-7598-0731-5. Российская государственная библиотека (РГБ) URL: http://нэб.рф/catalog/000199_000009_02000010577/
 3. Ермолаева, Марина Валерьевна. Субъективный подход к психологии развития взрослого человека (вопросы и ответы) : учеб. пособие / Ермолаева, Марина Валерьевна ; Рос. акад. образования; Моск. психолого-соц. ин-т. - М.; Воронеж : МПСИ; МОДЭК, 2006. - 199 с. - (Серия "Библиотека психолога"). - ISBN 5-89502-791-1 (МПСИ) : 66-00. Научная библиотека ДГУ URL:
 4. Бакирова, Г.Х. Психология развития и мотивации персонала : учебное пособие / Г. Х. Бакирова ; Бакирова Г. Х. - М. : Юнити-Дана, 2012. - 440 с. - ISBN 978-5-238-01605-4. Российская государственная библиотека (РГБ) URL: http://нэб.рф/catalog/000199_000009_008637018/
 5. Гамезо, М.В. Возрастная и педагогическая психология : учебное пособие для студентов педагогических вузов / М. В. Гамезо ; М. В. Гамезо, Е. А. Петрова, Л. М. Орлова ; под общ. ред. М. В. Гамезо. - М. : Педагогическое общество России, 2009. - 512 с. - ISBN 978-5-93134-391-4. Российская государственная библиотека (РГБ) URL: http://нэб.рф/catalog/000199_000009_004240877/
 6. Рубинштейн, С.Л. Основы общей психологии / С. Л. Рубинштейн ; Рубинштейн С. Л. - М. : Директ-Медиа, 2009. - 705, 7 с. - ISBN 978-5-459-01141-8. Российская государственная библиотека (РГБ) URL: http://нэб.рф/catalog/000199_000009_007496670/
Основные методы сбора данных в психологии / А. В. Гарусев [и др.] ; В. Гарусев А., М. Дубовская Е., Е. Дубровский В. и др. - Москва : Аспект Пресс, 2012. - 158 с. - ISBN 978-5-7567-0653-6. Российская государственная библиотека (РГБ) URL: http://нэб.рф/catalog/000199_000009_005429456/
 7. Шапарь, Виктор Борисович. Практическая психология. Психодиагностика групп и коллективов : [учеб. пособие] / Шапарь, Виктор Борисович. - Ростов н/Д : Феникс, 2006. - 445 с. : ил. - (Психологический факультет). - ISBN 5-222-09215-1 : 157-00. Научная библиотека ДГУ URL:
 8. Джабраилов А.Н. - Тренинг шаг за шагом -2011 СПб: / Изд-во Реноме. - 202(Университетская библиотека-online) firms/elib.dgu.ru.htm

Дополнительная литература:

1. Осипова А.А. Общая психокоррекция: Учебное пособие для студентов вузов. – М.: ТЦ Сфера, 2004. –512с.\
2. Осипова А. А. Введение в практическую психокоррекцию: групповые методы работы. - М. - Воронеж, 2000. <http://do.gendocs.ru/>
3. Петровская Л.А. Компетентность в общении (социально-психологический тренинг). - М., 1986. <http://nashaucheba.ru/>
4. Петровская Л.А. Теоретические и методические проблемы социально-психологического тренинга. - М.: МГУ, 1982. <http://www.smartcat.ru/>

.Перечень ресурсов информационно-коммуникационной сети «Интернет», необходимой для освоения дисциплины LIBRARY.RU [Электронный ресурс]: научная электронная библиотека. – Режим доступа: <http://elibrary.ru/>
 Национальный психологический журнал [Электронный ресурс]: научно аналитическое издание. – Режим доступа <http://www.psy.msu.ru/science/npj/index.html>
 Koob.ru [Электронный ресурс]: электронная библиотека. – Режим доступа: www.koob.ru
 PsyJournals.ru [Электронный ресурс]: портал психологических изданий. – Режим доступа: <http://psyjournals.ru>
 Институт психологии Российской академии наук [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.ipras.ru/>
 Psyche.ru [Электронный ресурс]: история отечественной психологии. – Режим доступа: <http://psyche.ru/>
<http://ru.wikipedia.org/wiki> <http://ru.www.all-yoga.ru>
<http://www.koob.ru/>
http://www.gumer.info/bibliotek_Buks/Psihol/_Index.php
http://www.al24.ru/pdf_kniga_15474.html
<http://e-library.su/books-on-psychology/>
<http://book-online.com.ua/>
<http://www.voppsy.ru/index.htm>
<http://www.ipras.ru/>
<http://psyjournals.ru/>
<http://npsyj.ru/>
<http://psyjournals.ru/>
<http://do.gendocs.ru/>
<http://www.smartcat.ru/>
<http://nashaucheba.ru/student.psi>

7. Фонд оценочных средств для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации по итогам освоения дисциплины.

Задания для оценки качества освоения дисциплины

Возможные темы для самостоятельной разработки и проведения тренинговых программ:

1. Коммуникативная компетентность в деловом взаимодействии.
2. Компетентность в интимно-личностном общении.

3. Деловое совещание.
4. Деловые переговоры.
5. Телефонные переговоры.
6. Публичное выступление.
7. Уверенное поведение.
8. Командообразование.
9. Самопрезентация.
10. Разрешение конфликтов.

7.1 Перечень компетенций с указанием этапов их формирования приведен в описании образовательной программы.

. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования приведен в описании образовательной программы.

КОД Наименование компетенции из ФГОС ВО	Код наименования индикатора достижения компетенции (в соответствии с ПОП(О)при наличии)	Планируемые результаты обучения	Процедура освоения
(ПК-2) способностью к использованию дидактических приемов при реализации стандартных коррекционных, реабилитационных и обучающих программ по оптимизации психической деятельности человека		<p><i>Знает..</i> как применять стандартные программы, направленные на предупреждение отклонений в социальном и личностном статусе и развития, а также профессиональных рисков в различных видах деятельности</p> <p><i>Умеет:</i> дифференцировать различные подходы в консультировании, использовать традиционные методы и технологии в оказании психологической помощи; применять стандартные программы, направленные на предупреждение отклонений в социальном и личностном статусе</p> <p><i>Владеет:</i> способами воздействия и психологического вмешательства с целью оказания помощи человеку; основными приемами диагностики, профилактики, экспертизы, коррекции, консультировании</p>	Устный опрос, письменный опрос понятий и защита первоисточников, тестирование
(ПК-5) способность к осуществлению стандартных базовых процедур оказания индивиду, группе, организации психологической помощи с использованием традиционных методов и технологий		<p><i>Знает:</i> основные теоретические направления консультирования, виды, техники воздействия и психологического вмешательства с целью оказания помощи человеку, признаки психической нормы, методы диагностики различных сфер психики, дидактические приемы при реализации стандартных коррекционных, реабилитационных и обучающих программ по оптимизации психической деятельности человека</p> <p><i>Умеет</i> ...планировать и проведение прикладного исследования в определенной области применения</p> <p><i>Способен</i> строить и использовать модели ведения</p>	Устный опрос, письменный опрос понятий и защита первоисточников, тестирование

		<p>тренинга для описания и прогнозирования различных явлений и ситуаций при проведения тренинга, осуществлять их качественный и количественный анализ</p> <p><i>Владеет:</i> способами воздействия и психологического вмешательства с целью оказания помощи человеку; основными приемами диагностики, профилактики, экспертизы, коррекции, консультировании психологических свойств и состояний, характеристик психических процессов, различных видов деятельности индивидов и групп, методами научных исследований и навыками практической деятельности, комплексом знаний и умения для просветительской деятельности с целью повышения психологической культуры населения.</p>	
--	--	--	--

. Типовые контрольные задания

Примерная тематика рефератов.

О возможностях и особенностях применения групповой дискуссии в СПТ личностного роста.

1. Определение темы и целей дискуссии.
2. Ролевая структура дискуссионной группы.
3. Основные этапы групповой дискуссии и задачи руководителя на каждом из них.
4. Роль групповой дискуссии в повышении коммуникативной компетентности личности.

Основная литература:

1. Макарова, К.В. Психология человека. : Учебное пособие / К. В. Макарова ; К. В. Макарова, О. А. Таллина ; М-во образования и науки Российской Федерации, Федеральное гос. бюджетное образовательное учреждение высш. проф. образования "Московский пед. гос. ун-т". - М. : "Прометей", 2011. - 160. - ISBN 978-5-4263-0029-3. Российская государственная библиотека (РГБ) URL: http://нэб.рф/catalog/000199_000009_005104977/
2. Болотова, А. К. Психология развития и возрастная психология / А. К. Болотова, О. Н. Молчанова ; А. К. Болотова, О. Н. Молчанова. - Москва : ВШЭ, 2012. - 526 с. - ISBN 978-5-7598-0731-5. Российская государственная библиотека (РГБ) URL: http://нэб.рф/catalog/000199_000009_02000010577/
3. Ермолаева, Марина Валерьевна. Субъективный подход к психологии развития взрослого человека (вопросы и ответы) : учеб. пособие / Ермолаева, Марина Валерьевна ; Рос. акад. образования; Моск. психолого-соц. ин-т. - М.; Воронеж : МПСИ; МОДЭК, 2006. - 199 с. - (Серия "Библиотека психолога"). - ISBN 5-89502-791-1 (МПСИ) : 66-00. Научная библиотека ДГУ URL:

4. Бакирова, Г.Х. Психология развития и мотивации персонала : учебное пособие / Г. Х. Бакирова ; Бакирова Г. Х. - М. : Юнити-Дана, 2012. - 440 с. - ISBN 978-5-238-01605-4. Российская государственная библиотека (РГБ) URL: http://нэб.рф/catalog/000199_000009_008637018/
5. Гамезо, М.В. Возрастная и педагогическая психология : учебное пособие для студентов педагогических вузов / М. В. Гамезо ; М. В. Гамезо, Е. А. Петрова, Л. М. Орлова ; под общ. ред. М. В. Гамезо. - М. : Педагогическое общество России, 2009. - 512 с. - ISBN 978-5-93134-391-4. Российская государственная библиотека (РГБ) URL: http://нэб.рф/catalog/000199_000009_004240877/
6. Рубинштейн, С.Л. Основы общей психологии / С. Л. Рубинштейн ; Рубинштейн С. Л. - М. : Директ-Медиа, 2009. - 705, 7 с. - ISBN 978-5-459-01141-8. Российская государственная библиотека (РГБ) URL: http://нэб.рф/catalog/000199_000009_007496670/
Основные методы сбора данных в психологии / А. В. Гарусев [и др.] ; В. Гарусев А., М. Дубовская Е., Е. Дубровский В. и др. - Москва : Аспект Пресс, 2012. - 158 с. - ISBN 978-5-7567-0653-6. Российская государственная библиотека (РГБ) URL: http://нэб.рф/catalog/000199_000009_005429456/
7. Шапарь, Виктор Борисович. Практическая психология. Психодиагностика групп и коллективов : [учеб. пособие] / Шапарь, Виктор Борисович. - Ростов н/Д : Феникс, 2006. - 445 с. : ил. - (Психологический факультет). - ISBN 5-222-09215-1 : 157-00. Научная библиотека ДГУ URL:
8. Джабраилов А.Н. - Тренинг шаг за шагом -2011 СПб: / Изд-во Ренеме. - 202(Университетская библиотека-online) firms/elib.dgu.ru.htm

Дополнительная литература:

1. Осипова А.А. Общая психокоррекция: Учебное пособие для студентов вузов. – М.: ТЦ Сфера, 2004. –512с.\
2. Осипова А. А. Введение в практическую психокоррекцию: групповые методы работы. - М. - Воронеж, 2000. <http://do.gendocs.ru/>
3. Петровская Л.А. Компетентность в общении (социально-психологический тренинг). - М., 1986. <http://nashaucheba.ru/>
4. Петровская Л.А. Теоретические и методические проблемы социально-психологического тренинга. - М.: МГУ, 1982. <http://www.smartcat.ru/>

О возможностях и особенностях применения мозгового штурма в СПТ личностного роста.

1. Организационные вопросы подготовки учебного занятия.
2. Работа ведущего по процессу и по содержанию.
3. Возможности мозгового штурма в повышении коммуникативной компетентности.

О возможностях и особенностях решения учебных и профессиональных задач в СПТ личностного роста.

1. Определение целей учебного занятия.
2. Подбор (конструирование) учебных задач.
3. Разработка плана учебного занятия.

О возможностях и особенностях применения анализа конкретной ситуации в СПТ личностного роста.

1. Определение целей учебного занятия.
2. Формирование банка ситуаций для повышения коммуникативной компетентности.
3. Отбор ситуации для учебного занятия.
4. Разработка плана учебного занятия.

О возможностях и особенностях применения деловой игры в СПТ личностного роста

1. Определение учебных целей и задач деловой игры.
2. Разработка игровой модели профессиональной деятельности.
3. Перевод модели в игровой сценарий.
4. Разработка системы обратной связи (оценки).

О возможностях и особенностях применения ролевой игры в СПТ личностного роста

1. Определение учебных целей и задач ролевой игры.
2. Разработка игровой модели профессиональной деятельности.
3. Перевод модели в игровой сценарий.
4. Формирование ролевых целей.
5. Составление ролевых инструкций.

Основная литература:

1. Макарова, К.В. Психология человека. : Учебное пособие / К. В. Макарова ; К. В. Макарова, О. А. Таллина ; М-во образования и науки Российской Федерации, Федеральное гос. бюджетное образовательное учреждение высш. проф. образования "Московский пед. гос. ун-т". - М. : "Прометей", 2011. - 160. - ISBN 978-5-4263-0029-3. Российская государственная библиотека (РГБ) URL: http://нэб.рф/catalog/000199_000009_005104977/
2. Болотова, А. К. Психология развития и возрастная психология / А. К. Болотова, О. Н. Молчанова ; А. К. Болотова, О. Н. Молчанова. - Москва : ВШЭ, 2012. - 526 с. - ISBN 978-5-7598-0731-5. Российская государственная библиотека (РГБ) URL: http://нэб.рф/catalog/000199_000009_02000010577/
3. Ермолаева, Марина Валерьевна. Субъективный подход к психологии развития взрослого человека (вопросы и ответы) : учеб. пособие / Ермолаева, Марина Валерьевна ; Рос. акад. образования; Моск. психолого-соц. ин-т. - М.;

Воронеж : МПСИ; МОДЭК, 2006. - 199 с. - (Серия "Библиотека психолога"). - ISBN 5-89502-791-1 (МПСИ) : 66-00. Научная библиотека ДГУ URL:

4. Бакирова, Г.Х. Психология развития и мотивации персонала : учебное пособие / Г. Х. Бакирова ; Бакирова Г. Х. - М. : Юнити-Дана, 2012. - 440 с. - ISBN 978-5-238-01605-4. Российская государственная библиотека (РГБ) URL: http://нэб.рф/catalog/000199_000009_008637018/
5. Гамезо, М.В. Возрастная и педагогическая психология : учебное пособие для студентов педагогических вузов / М. В. Гамезо ; М. В. Гамезо, Е. А. Петрова, Л. М. Орлова ; под общ. ред. М. В. Гамезо. - М. : Педагогическое общество России, 2009. - 512 с. - ISBN 978-5-93134-391-4. Российская государственная библиотека (РГБ) URL: http://нэб.рф/catalog/000199_000009_004240877/
6. Рубинштейн, С.Л. Основы общей психологии / С. Л. Рубинштейн ; Рубинштейн С. Л. - М. : Директ-Медиа, 2009. - 705, 7 с. - ISBN 978-5-459-01141-8. Российская государственная библиотека (РГБ) URL: http://нэб.рф/catalog/000199_000009_007496670/
Основные методы сбора данных в психологии / А. В. Гарусев [и др.] ; В. Гарусев А., М. Дубовская Е., Е. Дубровский В. и др. - Москва : Аспект Пресс, 2012. - 158 с. - ISBN 978-5-7567-0653-6. Российская государственная библиотека (РГБ) URL: http://нэб.рф/catalog/000199_000009_005429456/
7. Шапарь, Виктор Борисович. Практическая психология. Психодиагностика групп и коллективов : [учеб. пособие] / Шапарь, Виктор Борисович. - Ростов н/Д : Феникс, 2006. - 445 с. : ил. - (Психологический факультет). - ISBN 5-222-09215-1 : 157-00. Научная библиотека ДГУ URL:
8. Джабраилов А.Н. - Тренинг шаг за шагом -2011 СПб: / Изд-во Реноме. - 202(Университетская библиотека-online) firms/elib.dgu.ru.htm
9. Вачков И.В. Основы технологии группового тренинга. Психотехники: учеб. пособ.- 2-е изд., перераб. и доп.- М.: Изд-во Ось-89, 2003.- 224с. <http://e-library.su/books-on-psychology/>

Дополнительная литература:

1. Осипова А.А. Общая психокоррекция: Учебное пособие для студентов вузов. – М.: ТЦ Сфера, 2004. –512с.\
2. Осипова А. А. Введение в практическую психокоррекцию: групповые методы работы. - М. - Воронеж, 2000. <http://do.gendocs.ru/>
3. Петровская Л.А. Компетентность в общении (социально-психологический тренинг). - М., 1986. <http://nashaucheba.ru/>

Примерная тематика курсовых работ —

1. Освоение навыков диагностики и самодиагностики индивидуальных стратегий взаимопонимания («рационалистическое» и «эмпирическое» взаимопонимание).
2. Освоение навыков выбора стратегии взаимопонимания в соответствии с требованиями межличностной и групповой ситуации.
3. Оценка эффективности проделанной работы.

Основная литература:

1. Макарова, К.В. Психология человека. : Учебное пособие / К. В. Макарова ; К. В. Макарова, О. А. Таллина ; М-во образования и науки Российской Федерации, Федеральное гос. бюджетное образовательное учреждение высш. проф. образования "Московский пед. гос. ун-т". - М. : "Прометей", 2011. - 160. - ISBN 978-5-4263-0029-3. Российская государственная библиотека (РГБ) URL: http://нэб.рф/catalog/000199_000009_005104977/
2. Болотова, А. К. Психология развития и возрастная психология / А. К. Болотова, О. Н. Молчанова ; А. К. Болотова, О. Н. Молчанова. - Москва : ВШЭ, 2012. - 526 с. - ISBN 978-5-7598-0731-5. Российская государственная библиотека (РГБ) URL: http://нэб.рф/catalog/000199_000009_02000010577/
3. Ермолаева, Марина Валерьевна. Субъективный подход к психологии развития взрослого человека (вопросы и ответы) : учеб. пособие / Ермолаева, Марина Валерьевна ; Рос. акад. образования; Моск. психолого-соц. ин-т. - М.; Воронеж : МПСИ; МОДЭК, 2006. - 199 с. - (Серия "Библиотека психолога"). - ISBN 5-89502-791-1 (МПСИ) : 66-00. Научная библиотека ДГУ URL:
4. Бакирова, Г.Х. Психология развития и мотивации персонала : учебное пособие / Г. Х. Бакирова ; Бакирова Г. Х. - М. : Юнити-Дана, 2012. - 440 с. - ISBN 978-5-238-01605-4. Российская государственная библиотека (РГБ) URL: http://нэб.рф/catalog/000199_000009_008637018/
5. Гамезо, М.В. Возрастная и педагогическая психология : учебное пособие для студентов педагогических вузов / М. В. Гамезо ; М. В. Гамезо, Е. А. Петрова, Л. М. Орлова ; под общ. ред. М. В. Гамезо. - М. : Педагогическое общество России, 2009. - 512 с. - ISBN 978-5-93134-391-4. Российская государственная библиотека (РГБ) URL: http://нэб.рф/catalog/000199_000009_004240877/
6. Рубинштейн, С.Л. Основы общей психологии / С. Л. Рубинштейн ; Рубинштейн С. Л. - М. : Директ-Медиа, 2009. - 705, 7 с. - ISBN 978-5-459-01141-8. Российская государственная библиотека (РГБ) URL:

http://нэб.рф/catalog/000199_000009_007496670/

Основные методы сбора данных в психологии / А. В. Гарусев [и др.] ; В. Гарусев А., М. Дубовская Е., Е. Дубровский В. и др. - Москва : Аспект Пресс, 2012. - 158 с. - ISBN 978-5-7567-0653-6. Российская государственная библиотека (РГБ) URL: http://нэб.рф/catalog/000199_000009_005429456/

7. Шапарь, Виктор Борисович. Практическая психология. Психодиагностика групп и коллективов : [учеб. пособие] / Шапарь, Виктор Борисович. - Ростов н/Д : Феникс, 2006. - 445 с. : ил. - (Психологический факультет). - ISBN 5-222-09215-1 : 157-00. Научная библиотека ДГУ URL:

8. Джабраилов А.Н. - Тренинг шаг за шагом -2011 СПб: / Изд-во Реноме. - 202(Университетская библиотека-online) firms/elib.dgu.ru.htm

Дополнительная литература:

1. Осипова А.А. Общая психокоррекция: Учебное пособие для студентов вузов. – М.: ТЦ Сфера, 2004. –512с.\
2. Осипова А. А. Введение в практическую психокоррекцию: групповые методы работы. - М. - Воронеж, 2000. <http://do.gendocs.ru/>
3. Петровская Л.А. Компетентность в общении (социально-психологический тренинг). - М., 1986. <http://nashaucheba.ru/>

Примерная тематика квалификационных (дипломных) работ —
не предусмотрено

7.3. Методические материалы, определяющие процедуру оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций.

Общий результат выводится как интегральная оценка, складывающаяся из текущего контроля - 100 % и промежуточного контроля - 100 %.

Текущий контроль по дисциплине включает:

- посещение занятий - 20 баллов,
- участие на практических занятиях - 40 баллов,
- выполнение лабораторных заданий - 30 баллов,
- выполнение домашних (аудиторных) контрольных работ - 10 баллов.

Промежуточный контроль по дисциплине включает:

- устный опрос - 30 баллов,
- письменная контрольная работа - 40 баллов,
- тестирование - 40 баллов.

8. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины.

Основная литература:

1. Макарова, К.В. Психология человека. : Учебное пособие / К. В. Макарова ; К. В. Макарова, О. А. Таллина ; М-во образования и науки Российской

Федерации, Федеральное гос. бюджетное образовательное учреждение высш. проф. образования "Московский пед. гос. ун-т". - М. : "Прометей", 2011. - 160. - ISBN 978-5-4263-0029-3. Российская государственная библиотека (РГБ) URL: http://нэб.рф/catalog/000199_000009_005104977/

2. Болотова, А. К. Психология развития и возрастная психология / А. К. Болотова, О. Н. Молчанова ; А. К. Болотова, О. Н. Молчанова. - Москва : ВШЭ, 2012. - 526 с. - ISBN 978-5-7598-0731-5. Российская государственная библиотека (РГБ) URL: http://нэб.рф/catalog/000199_000009_02000010577/
3. Ермолаева, Марина Валерьевна. Субъективный подход к психологии развития взрослого человека (вопросы и ответы) : учеб. пособие / Ермолаева, Марина Валерьевна ; Рос. акад. образования; Моск. психолого-соц. ин-т. - М.; Воронеж : МПСИ; МОДЭК, 2006. - 199 с. - (Серия "Библиотека психолога"). - ISBN 5-89502-791-1 (МПСИ) : 66-00. Научная библиотека ДГУ URL:
4. Бакирова, Г.Х. Психология развития и мотивации персонала : учебное пособие / Г. Х. Бакирова ; Бакирова Г. Х. - М. : Юнити-Дана, 2012. - 440 с. - ISBN 978-5-238-01605-4. Российская государственная библиотека (РГБ) URL: http://нэб.рф/catalog/000199_000009_008637018/
5. Гамезо, М.В. Возрастная и педагогическая психология : учебное пособие для студентов педагогических вузов / М. В. Гамезо ; М. В. Гамезо, Е. А. Петрова, Л. М. Орлова ; под общ. ред. М. В. Гамезо. - М. : Педагогическое общество России, 2009. - 512 с. - ISBN 978-5-93134-391-4. Российская государственная библиотека (РГБ) URL: http://нэб.рф/catalog/000199_000009_004240877/
6. Рубинштейн, С.Л. Основы общей психологии / С. Л. Рубинштейн ; Рубинштейн С. Л. - М. : Директ-Медиа, 2009. - 705, 7 с. - ISBN 978-5-459-01141-8. Российская государственная библиотека (РГБ) URL: http://нэб.рф/catalog/000199_000009_007496670/
Основные методы сбора данных в психологии / А. В. Гарусев [и др.] ; В. Гарусев А., М. Дубовская Е., Е. Дубровский В. и др. - Москва : Аспект Пресс, 2012. - 158 с. - ISBN 978-5-7567-0653-6. Российская государственная библиотека (РГБ) URL: http://нэб.рф/catalog/000199_000009_005429456/
7. Шапарь, Виктор Борисович. Практическая психология. Психодиагностика групп и коллективов : [учеб. пособие] / Шапарь, Виктор Борисович. - Ростов н/Д : Феникс, 2006. - 445 с. : ил. - (Психологический факультет). - ISBN 5-222-09215-1 : 157-00. Научная библиотека ДГУ URL:
8. Джабраилов А.Н. - Тренинг шаг за шагом -2011 СПб: / Изд-во Реноме. - 202(Университетская библиотека-online) firms/elib.dgu.ru.htm

Дополнительная литература:

1. Осипова А.А. Общая психокоррекция: Учебное пособие для студентов вузов. – М.: ТЦ Сфера, 2004. –512с.\
2. Осипова А. А. Введение в практическую психокоррекцию: групповые методы работы. - М. - Воронеж, 2000. <http://do.gendocs.ru/>
3. Петровская Л.А. Компетентность в общении (социально-психологический тренинг). - М., 1986. <http://nashaucheba.ru/>

9. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины. -----

1. Джабраилов А.Н. - Тренинг шаг за шагом -2011 СПб: / Изд-во Реноме. - 202(Университетская библиотека-online) firms/elib.dgu.ru.htm,
2. Анн Л.Ф. Психологический тренинг с подростками www.koob.ru
3. Вачков И.В. Я и мой внутренний мир. Психология для старшеклассников www.koob.ru
4. Лупьян Я.А. Барьеры общения, конфликты, <http://psyjournals.ru/>

10.Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины.

Вы приступаете к изучению дисциплины «Технологии ведения групп тренинга личностного роста». Она посвящена знакомству с системой представлений об основных понятиях и функциях тренинга личностного роста, о круге решаемых средствами данного тренинга проблем, о возможностях и ограничениях данного тренинга в развитии личности.

Данная дисциплина является важным компонентом подготовки бакалавров психологии как практикующих психологов, способных к самостоятельному и квалифицированному оказанию психологической помощи с помощью такого вида групповой работы психолога как психологический тренинг.

Тренинг личностного роста относится преимущественно к групповым формам работы и в практике работы психолога используется для достижения различных целей. Среди прочих чаще звучат:

Повышение самопонимания и понимания других.

Работа с самоидентичностью.

Развитие отдельных личностных свойств и характерологических черт.

Формирование эффективных стратегий совладания с трудными жизненными ситуациями.

Осознание и коррекция самооотношения личности.

Овладение средствами саморегуляции и саморазвития.

В рамках изучения дисциплины вам предоставляется возможность познакомиться с готовыми программами тренингов личностного роста, а также критически отнестись к ним на основе получаемых знаний и получить опыт создания своих программ тренингового дня, а также проекта-презентации тренинга личностного роста в виде рекламного проспекта для потенциального потребителя.

Основные понятия дисциплины: психологический тренинг, виды психологических тренингов, тренинг личностного роста, групповая динамика в психологическом тренинге, личностный рост, развитие, личность.

Основными принципами изучения данной дисциплины являются:

- принцип развивающего и воспитывающего обучения;
- принципы культуру- и природосообразности;
- принцип научности и связи теории с практикой;
- принцип систематичности;
- принцип наглядности;
- принцип доступности;
- принцип положительной мотивации и благоприятного климата обучения.

Методическое обеспечение дисциплины осуществляется за счёт использования современных учебников (учебных комплексов, справочной литературы, словарей, интернет-сайтов специальных зданий и организаций) и учебных пособий, касающихся проблематики изучаемой дисциплины.

Основной принцип использования диагностических процедур, конечно же, их целесообразность, соответствие тематике тренинга.

В структуре тренинговой программы можно выделить несколько существенных элементов: это тематика, цель и задачи тренинга, методологическая и теоретическая основа тренинга, контингент участников, особенности временной организации занятий, средства, используемые в работе, способы промежуточного и итогового контроля и, наконец, проекты каждого занятия. Отдельно оговаривается использование видеосъемки в процессе работы.

Особое внимание при разработке программы нужно обращать на формулировку цели и задач тренинга, т.к. четкая формулировка задач дает возможность правильно подготовить проект программы и каждого ее участка, подбирать упражнения и задания, намечать темы дискуссий и готовить материал.

Особым пунктом программы является временная организация работы – продолжительность тренинга, количество занятий и их продолжительность, временной интервал между ними. Этот вопрос является значимым, хотя учитывают его только опытные ведущие группы. Общее количество часов и их распределение по занятиям влияет на объем программы, количество и глубину проработки задач тренинга, длительность упражнений. Одной из проблем, которые приходится решать каждому ведущему группы является проблема оценки эффективности тренинга. Данная тема заслуживает отдельного обсуждения, отметим только, что мониторингу способствуют различные опросники, анкеты, экспертные оценки, любые формы обратной связи.

При этом оценку можно проводить в конце каждого занятия, например, при

помощи анкет.

11. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине, включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем.

Для преподавания дисциплины необходим доступ к электронному каталогу библиотеки института, а так же оборудование для мультимедийных презентаций.

Освоение дисциплины предполагает использование академической аудитории для проведения лекционных и семинарских занятий с необходимыми техническими средствами (оборудование для мультимедийных презентаций).

12. Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине.

Для обеспечения традиционных и активных форм проведения занятий по дисциплине требуются мультимедийные аудитории и тренинговая аудитория и следующее техническое обеспечение:

- видеопроектор + ПК,
- маркерная доска,
- фломастеры и маркеры;
- листы формата А3 и А4,
- скотч, ножницы
- краски и кисти,
- мяч