

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное автономное образовательное учреждение
высшего образования
"Казанский (Приволжский) федеральный университет"
Отделение педагогики



УТВЕРЖДАЮ

Проректор по образовательной деятельности КФУ

Проф. Таюрский Д.А.



_____ 20__ г.

подписано электронно-цифровой подписью

Программа дисциплины
Тренинг личностного роста Б1.В.ДВ.8

Направление подготовки: 44.03.02 - Психолого-педагогическое образование

Профиль подготовки: Психология образования

Квалификация выпускника: бакалавр

Форма обучения: заочное

Язык обучения: русский

Автор(ы):

Лопухова О.Г.

Рецензент(ы):

Баянова Л.Ф.

СОГЛАСОВАНО:

Заведующий(ая) кафедрой: Баянова Л. Ф.

Протокол заседания кафедры No ____ от " ____ " _____ 201__ г

Учебно-методическая комиссия Института психологии и образования (отделения педагогики):

Протокол заседания УМК No ____ от " ____ " _____ 201__ г

Регистрационный No 8012365518

Казань
2018

Содержание

1. Цели освоения дисциплины
2. Место дисциплины в структуре основной образовательной программы
3. Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения дисциплины /модуля
4. Структура и содержание дисциплины/ модуля
5. Образовательные технологии, включая интерактивные формы обучения
6. Оценочные средства для текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации по итогам освоения дисциплины и учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы студентов
7. Литература
8. Интернет-ресурсы
9. Материально-техническое обеспечение дисциплины/модуля согласно утвержденному учебному плану

Программу дисциплины разработал(а)(и) доцент, к.н. (доцент) Лопухова О.Г. кафедра педагогической психологии Института психологии и образования, Olga.Lopoukhova@kpfu.ru

1. Цели освоения дисциплины

Усвоение студентами основных положений теории и практики проведения социально-психологических тренингов и тренингов личностного роста, освоение принципов подготовки, проведения и оценки эффективности проведения тренингов

2. Место дисциплины в структуре основной образовательной программы высшего профессионального образования

Данная учебная дисциплина включена в раздел " Б1.В.ДВ.8 Дисциплины (модули)" основной образовательной программы 44.03.02 Психолого-педагогическое образование и относится к дисциплинам по выбору. Осваивается на 4 курсе, 7 семестр.

Успешное освоение дисциплины 'Тренинг личностного роста' требует наличие знаний из курса 'Социальная психология' об особенностях межличностного общения, механизмах социальной перцепции, особенностях групповых процессов (динамика, лидерство, групповое давление). Дисциплина предполагает учет закономерностей развития психики и становления личности в различные возрастные периоды, которые углубленно рассматриваются в рамках курса 'Возрастная психология'. Знания о закономерностях и возможностях тренинговой работы, ее преимуществах по отношению к традиционной форме обучения позволяет совершенствовать и углублять теоретические знания, полученные при прохождении курса "Методы активного социально-психологического обучения", 'Психолого-педагогический практикум'.

Курс 'Тренинг личностного роста' направлен на формирование у студентов коммуникативных умений, выявление у них творческих возможностей и развитие личностного потенциала, а так же направлен на формирование представлений в области тренинга личностного развития, навыков составления тренинговых программ.

3. Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения дисциплины /модуля

В результате освоения дисциплины формируются следующие компетенции:

Шифр компетенции	Расшифровка приобретаемой компетенции
ПК-15 (профессиональные компетенции)	готовность к организации мероприятий по развитию и социальной защите обучающегося
ПК-17 (профессиональные компетенции)	способность составлять программы социального сопровождения и поддержки
ПК-21 (профессиональные компетенции)	способность организовывать совместную и индивидуальную деятельность детей в соответствии с возрастными нормами их развития

В результате освоения дисциплины студент:

4. должен демонстрировать способность и готовность:

должен демонстрировать способность и готовность

- понимать специфику тренинга как формы психологической работы: психодинамику участников, общую психодинамику группы.

- организовывать работу с группой в соответствии с закономерностями развития малой группы (динамика, лидерство, групповое давление);

- организовывать работу с группой в соответствии с правилами организации групповой работы;
- владеть основными методами активного социально-психологического обучения (игры, дискуссии, тренинги);
- организовывать работу с группой, следуя принципам оказания психологической помощи;
- составлять программы тренинга личностного роста: умение выделить этапы тренинга, умение подобрать упражнения, соответствующие задачам каждого из этапов;
- проводить групповые дискуссии и тренинги;
- оценивать результаты активного социально-психологического обучения, тренинговой работы.
- владеть теоретическими понятиями в рамках изучаемого предмета;
- владеть навыками организации и проведения групповых дискуссий и тренингов, принципами активного социально-психологического обучения;
- владеть навыками работы с психологическим сопротивлением участников тренинговой группы.

4. Структура и содержание дисциплины/ модуля

Общая трудоемкость дисциплины составляет 3 зачетных(ые) единиц(ы) 108 часа(ов).

Форма промежуточного контроля дисциплины экзамен в 7 семестре.

Суммарно по дисциплине можно получить 100 баллов, из них текущая работа оценивается в 50 баллов, итоговая форма контроля - в 50 баллов. Минимальное количество для допуска к зачету 28 баллов.

86 баллов и более - "отлично" (отл.);

71-85 баллов - "хорошо" (хор.);

55-70 баллов - "удовлетворительно" (удов.);

54 балла и менее - "неудовлетворительно" (неуд.).

4.1 Структура и содержание аудиторной работы по дисциплине/ модулю

Тематический план дисциплины/модуля

N	Раздел Дисциплины/ Модуля	Семестр	Неделя семестра	Виды и часы аудиторной работы, их трудоемкость (в часах)			Текущие формы контроля
				Лекции	Практические занятия	Лабораторные работы	
1.	Тема 1. Общее представление о психологическом тренинге. Профессиональная этика тренера. Профилактика эмоционального сгорания тренера	8	1	2	2	0	Дискуссия
2.	Тема 2. Групповая динамика в тренинговой группе	8	2	0	2	0	Письменная работа

N	Раздел Дисциплины/ Модуля	Семестр	Неделя семестра	Виды и часы аудиторной работы, их трудоемкость (в часах)			Текущие формы контроля
				Лекции	Практические занятия	Лабораторные работы	
3.	Тема 3. Структурные характеристики социально-психологического тренинга	8	3	2	0	0	Презентация
4.	Тема 4. Конструирование и подготовка тренинга	8	4	2	2	0	Творческое задание
5.	Тема 5. Групповые методы и методические средства	8	5	0	2	0	Устный опрос
6.	Тема 6. Организация и проведение тренинга. Основные принципы и правила социально-психологического тренинга, тренинга личностного роста	8	6	0	2	0	Кейс
	Тема . Итоговая форма контроля	7		0	0	0	Экзамен
	Итого			6	10	0	

4.2 Содержание дисциплины

Тема 1. Общее представление о психологическом тренинге. Профессиональная этика тренера. Профилактика эмоционального сгорания тренера

лекционное занятие (2 часа(ов)):

Специфика тренинговой формы работы. История психологического тренинга. Основные направления развития групповых методов психологической работы. Тренинговая группа как психологическое зеркало. Факторы личностного развития в тренинге.

практическое занятие (2 часа(ов)):

Этические принципы в тренинге. Этические требования к поведению тренера. Требование конфиденциальности. Запрет на двойные отношения. Понятие контракта. Участники контракта. Требования профессиональной компетентности.

Тема 2. Групповая динамика в тренинговой группе

практическое занятие (2 часа(ов)):

Фазы развития тренинговой группы. Групповые роли и феномены. Групповая сплоченность и напряженность. Групповое давление и конформность. Нормы и нормобразование. Принятие групповых решений.

Тема 3. Структурные характеристики социально-психологического тренинга

лекционное занятие (2 часа(ов)):

Цели и задачи тренинга. Общие принципы тренинга. Роль и функции ведущего тренинга. Работа ведущего в группе. Личностные особенности тренера. Стили ведения группой. Ко-тренерство.

Тема 4. Конструирование и подготовка тренинга

лекционное занятие (2 часа(ов)):

Этапы построения работы в тренинге: диагностика в тренинге, построение модели тренинга, модификация поведения участников. Подготовка тренинга. Формы организации тренинговых занятий. Планирование программы тренинга. Особенности подбора упражнений

практическое занятие (2 часа(ов)):

Основные принципы и правила разработки социально-психологического тренинга.
Индивидуальные задания по разработке программы адаптационного тренинга для разных категорий лиц (аннотация программы, SWOT-анализ, постановка цели, задач, планирование этапов, обоснование выбора психотехник и оценки ?возврата вложений?) Презентация аннотации и схемы программы тренинга.

Тема 5. Групповые методы и методические средства

практическое занятие (2 часа(ов)):

Диагностически процедуры в тренинге, их цели. Информирование участников.
Психогимнастические упражнения, ролевые игры, психодраматические приемы, групповая дискуссия, мозговой штурм, анализ ситуаций, психогимнастика, проективное рисование.

Тема 6. Организация и проведение тренинга. Основные принципы и правила социально-психологического тренинга, тренинга личностного роста

практическое занятие (2 часа(ов)):

Проведение процедуры знакомств. Работа с ожиданиями. Формирование норм и правил в группе. Инструкции к упражнениям. Завершение процедур. Обсуждение. Организация дискуссии. Работа с принудительно образованными группами. Использование видеосъемки. Технические средства в тренинге.

4.3 Структура и содержание самостоятельной работы дисциплины (модуля)

N	Раздел Дисциплины	Семестр	Неделя семестра	Виды самостоятельной работы студентов	Трудоемкость (в часах)	Формы контроля самостоятельной работы
1.	Тема 1. Общее представление о психологическом тренинге. Профессиональная этика тренера. Профилактика эмоционального сгорания тренера	8	1	подготовка к дискуссии	10	дискуссия
2.	Тема 2. Групповая динамика в тренинговой группе	8	2	подготовка к письменной работе	10	письменная работа
3.	Тема 3. Структурные характеристики социально-психологического тренинга	8	3	подготовка к презентации	13	презентация
4.	Тема 4. Конструирование и подготовка тренинга	8	4	подготовка к творческому заданию	20	творческое задание
5.	Тема 5. Групповые методы и методические средства	8	5	подготовка к устному опросу	10	устный опрос
6.	Тема 6. Организация и проведение тренинга. Основные принципы и правила социально-психологического тренинга, тренинга личностного роста	8	6		20	кейс

N	Раздел Дисциплины	Семестр	Неделя семестра	Виды самостоятельной работы студентов	Трудоемкость (в часах)	Формы контроля самостоятельной работы
	Итого				83	

5. Образовательные технологии, включая интерактивные формы обучения

Применяются проблемные лекции, выполняются разнообразные виды самостоятельной работы (в том числе, проектные задания, кейс-стади, мини-конференции, мультимедийные презентации), охватывающие основные вопросы курса. Творческие отчеты студентов о выполнении своих самостоятельных заданий в виде круглых столов, защиты проектов, конференций, ролевых игр, практикумов по решению профессиональных задач.

Перед посещением лекции требуется ознакомиться с теоретическим материалом по соответствующему разделу и проблемными вопросами. Первая лекция является вступительной, на которой объясняется логика изучения курса, характеризуются основные творческие и самостоятельные работы, которые студенты должны выбрать для самостоятельного выполнения к определенному преподавателем сроку. Задания носят дифференцированный характер. Проблемная лекция предполагает изложение материала преподавателем и в конце лекции в течение 15-20 минут - интерактивное обсуждение ключевых вопросов изучаемого явления. Содержание итоговых лекций также не повторяет содержание учебного материала для самостоятельного изучения, носит обобщающий, проблемный и активизирующий характер.

Семинары и практикумы включают интерактивные формы обучения: творческие задания, кейс-метод, метод проектов, работа в группе, презентация, мини-конференция.

6. Оценочные средства для текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации по итогам освоения дисциплины и учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы студентов

Тема 1. Общее представление о психологическом тренинге. Профессиональная этика тренера. Профилактика эмоционального сгорания тренера

дискуссия, примерные вопросы:

1. Понятие о психологическом тренинге 2. Что такое психическое воздействие? 3. Что относится к психологической помощи? 4. Отличительные особенности психокоррекции от других видов психологической помощи 5. Какие методы групповой работы вы знаете? 6. Как Вы понимаете понятие "личностный потенциал"? 7. Что такое личностный рост? 8. Какие техники, увеличивающие личностный адаптационный потенциал, Вы знаете? 9. Чем тренинги личностного роста отличаются от социально-психологических тренингов? 10. Приведите примеры упражнений, направленных на развитие интеллектуального потенциала 11. Какие методы диагностики творческого потенциала Вы знаете? 12. Какие техники, увеличивающие творческий потенциал личности, Вы знаете? 13. Как самооценка влияет на адаптивные возможности личности? 14. Что такое психологический тренинг? 15. Какие виды групповой работы психологической помощи Вы знаете? 16. Виды психологических тренингов 17. Что такое Т-группы? 18. Профессиональная этика тренера 19. Профилактика эмоционального сгорания тренера.

Тема 2. Групповая динамика в тренинговой группе

письменная работа, примерные вопросы:

Написание эссе на тему групповой динамики в тренинговой группе.

Тема 3. Структурные характеристики социально-психологического тренинга

презентация, примерные вопросы:

1. Принципы социально-психологического тренинга 2. Цели и задачи тренинга личностного роста 3. SWOT-анализ 4. Составляющие программы тренинга 5. Способы оценивания эффективности тренинга 6. Групповая динамика в тренинговой группе 7. Работа по формированию сплоченности группы 8. Конструирование и подготовка тренинга. 9. Организация и проведение тренинга 10. Групповые методы и методические средства 11. Подстройка, виды подстройки 12. Невербальная коммуникация в тренинге 13. Приемы активизации и управления вниманием. 14. Практика использования вопросов. Особенности вербального сообщения как техники психологического воздействия. 15. Психодиагностика в рамках тренинга

Тема 4. Конструирование и подготовка тренинга

творческое задание , примерные вопросы:

Индивидуальные задания по разработке программы психологического тренинга для разных категорий лиц: для младших школьников, для подростков, для учащихся юношеского возраста, для студентов колледжей и вузов. Данный вид задания относится к активному обучению и применяется как для формирования профессиональных навыков практического психолога, специфических коммуникативных умений у представителей профессий, работающих с людьми, так и в целях повышения общей психологической компетентности, упорядочения культуры психической деятельности организации. При выполнении данного задания студенты имеют возможность формировать навыки специалиста в реальности посредством самостоятельных практических действий, а не только на основе анализа теоретического материала или наблюдения за специалистами.

Тема 5. Групповые методы и методические средства

устный опрос , примерные вопросы:

Диагностически процедуры в тренинге, их цели. Информирование участников. Психогимнастические упражнения, ролевые игры, психодраматические приемы, групповая дискуссия, мозговой штурм, анализ ситуаций, психогимнастика, проективное рисование.

Тема 6. Организация и проведение тренинга. Основные принципы и правила социально-психологического тренинга, тренинга личностного роста

кейс , примерные вопросы:

Ознакомление с теоретическим материалом по теме и анализ известных тренинговых программ, прошедших апробацию.

Тема . Итоговая форма контроля

Примерные вопросы к экзамену:

1. Понятие "тренинг". История психологического тренинга.
2. Факторы личностного развития в тренинге.
3. Фазы развития тренинговой группы.
4. Групповые роли и феномены.
5. Групповая сплоченность и напряженность.
6. Нормы и нормобразование в группе.
7. Цели и задачи тренинга.
8. Личностные особенности тренера.
9. Стили ведения группой.
10. Ко-тренерство.
11. Этапы построения работы в тренинге: диагностика в тренинге, построение модели тренинга.
12. Модификация поведения участников. Подготовка тренинга.
13. Формы организации тренинговых занятий.
14. Планирование программы тренинга.
15. Особенности подбора упражнений.
16. Диагностически процедуры в тренинге, их цели.

17. Организация дискуссии в группе. Обратная связь, ее особенности.
18. Работа с принудительно образованными группами.
19. Использование технических средств в тренинге. Видеосъемка.
20. Этические принципы в тренинге. Этические требования к поведению тренера.
21. Конфиденциальность в тренинге. Запрет на двойные отношения.
22. Понятие контракта. Участники контракта.
23. Условия профессиональной компетентности тренера.
24. Техники активного слушания.

7.1. Основная литература:

- Психология личности [Электронный ресурс] : учебно-методический комплекс / Базаркина И.Н., Сенкевич Л.В., Донцов Д.А. - М. : Человек, 2014. -
<http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785906131393.html>
- Психология человеческой жизни [Электронный ресурс]: Учебное пособие для вузов и ссузов. / Абрамова Г.С. - М. : Прометей, 2018. -
<http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785906879691.html>
- Васильева, И. В. Общий психологический практикум. Наблюдение [Электронный ресурс] : учеб. пособие / И. В. Васильева. 2-е изд., стер. М. : ФЛИНТА, 2013. ? 190 с. - ISBN 978-5-9765-1713-4 <http://znanium.com/bookread2.php?book=462910>
- Психология тренинга: исследование субъективных и объективных компонентов эффективности [Электронный ресурс] / Акимова А.Р. - М. : ФЛИНТА, 2014. -
<http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785976520615.html>

7.2. Дополнительная литература:

- Практическая психология [Электронный ресурс]: Учебник для вузов и ссузов. / Абрамова Г.С. - М. : Прометей, 2018. - <http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785906879707.html>
- Практикум по общей и экспериментальной психологии [Электронный ресурс] / Гонина О.О. - М. : ФЛИНТА, 2014. - <http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785976520172.html>
- Психология и психологический практикум [Электронный ресурс] : практикум/ Рамендик Д.М., Одинцова О.В. - М. : КолосС, 2013. - (Учебники и учеб. пособия для студентов высш. учеб. заведений). - <http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN5953202482.html>

7.3. Интернет-ресурсы:

- Библиотека kpfu.ru -
<http://old.kpfu.ru/zgate/cgi/zgate?present+15752+rs2+2+1+F+1.2.840.10003.5.102+rus>
- Библиотека psylib - <http://www.psylib.ukrweb.net/books/brami01/index.htm>
- Библиотека Знаниум - <http://znanium.com/catalog.php?bookinfo=374949>
- Библиотека Знаниум - <http://znanium.com/bookread.php?book=462919>
- ЭБС Библиороссика -
http://www.bibliorossica.com/book.html?currBookId=10905&search_query=психодиагностика

8. Материально-техническое обеспечение дисциплины(модуля)

Освоение дисциплины "Тренинг личностного роста" предполагает использование следующего материально-технического обеспечения:

Мультимедийная аудитория, вместимостью более 60 человек. Мультимедийная аудитория состоит из интегрированных инженерных систем с единой системой управления, оснащенная современными средствами воспроизведения и визуализации любой видео и аудио информации, получения и передачи электронных документов. Типовая комплектация мультимедийной аудитории состоит из: мультимедийного проектора, автоматизированного проекционного экрана, акустической системы, а также интерактивной трибуны преподавателя, включающей тач-скрин монитор с диагональю не менее 22 дюймов, персональный компьютер (с техническими характеристиками не ниже Intel Core i3-2100, DDR3 4096Mb, 500Gb), конференц-микрофон, беспроводной микрофон, блок управления оборудованием, интерфейсы подключения: USB, audio, HDMI. Интерактивная трибуна преподавателя является ключевым элементом управления, объединяющим все устройства в единую систему, и служит полноценным рабочим местом преподавателя. Преподаватель имеет возможность легко управлять всей системой, не отходя от трибуны, что позволяет проводить лекции, практические занятия, презентации, вебинары, конференции и другие виды аудиторной нагрузки обучающихся в удобной и доступной для них форме с применением современных интерактивных средств обучения, в том числе с использованием в процессе обучения всех корпоративных ресурсов. Мультимедийная аудитория также оснащена широкополосным доступом в сеть интернет. Компьютерное оборудование имеет соответствующее лицензионное программное обеспечение.

Учебно-методическая литература для данной дисциплины имеется в наличии в электронно-библиотечной системе "БиблиоРоссика", доступ к которой предоставлен студентам. В ЭБС "БиблиоРоссика" представлены коллекции актуальной научной и учебной литературы по гуманитарным наукам, включающие в себя публикации ведущих российских издательств гуманитарной литературы, издания на английском языке ведущих американских и европейских издательств, а также редкие и малотиражные издания российских региональных вузов. ЭБС "БиблиоРоссика" обеспечивает широкий законный доступ к необходимым для образовательного процесса изданиям с использованием инновационных технологий и соответствует всем требованиям федеральных государственных образовательных стандартов высшего профессионального образования (ФГОС ВПО) нового поколения.

Учебно-методическая литература для данной дисциплины имеется в наличии в электронно-библиотечной системе "ZNANIUM.COM", доступ к которой предоставлен студентам. ЭБС "ZNANIUM.COM" содержит произведения крупнейших российских учёных, руководителей государственных органов, преподавателей ведущих вузов страны, высококвалифицированных специалистов в различных сферах бизнеса. Фонд библиотеки сформирован с учетом всех изменений образовательных стандартов и включает учебники, учебные пособия, УМК, монографии, авторефераты, диссертации, энциклопедии, словари и справочники, законодательно-нормативные документы, специальные периодические издания и издания, выпускаемые издательствами вузов. В настоящее время ЭБС ZNANIUM.COM соответствует всем требованиям федеральных государственных образовательных стандартов высшего профессионального образования (ФГОС ВПО) нового поколения.

Учебно-методическая литература для данной дисциплины имеется в наличии в электронно-библиотечной системе Издательства "Лань", доступ к которой предоставлен студентам. ЭБС Издательства "Лань" включает в себя электронные версии книг издательства "Лань" и других ведущих издательств учебной литературы, а также электронные версии периодических изданий по естественным, техническим и гуманитарным наукам. ЭБС Издательства "Лань" обеспечивает доступ к научной, учебной литературе и научным периодическим изданиям по максимальному количеству профильных направлений с соблюдением всех авторских и смежных прав.

Учебно-методическая литература для данной дисциплины имеется в наличии в электронно-библиотечной системе "Консультант студента", доступ к которой предоставлен студентам. Электронная библиотечная система "Консультант студента" предоставляет полнотекстовый доступ к современной учебной литературе по основным дисциплинам, изучаемым в медицинских вузах (представлены издания как чисто медицинского профиля, так и по естественным, точным и общественным наукам). ЭБС предоставляет вузу наиболее полные комплекты необходимой литературы в соответствии с требованиями государственных образовательных стандартов с соблюдением авторских и смежных прав.

Библиотека К(П)ФУ

Программа составлена в соответствии с требованиями ФГОС ВПО и учебным планом по направлению 44.03.02 "Психолого-педагогическое образование" и профилю подготовки Психология образования .

Автор(ы):

Лопухова О.Г. _____

"__" _____ 201__ г.

Рецензент(ы):

Баянова Л.Ф. _____

"__" _____ 201__ г.