

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



подписано электронно-цифровой подписью

**Программа дисциплины**  
**Тренинг самоопределения БЗ.ДВ.7**

Направление подготовки: 050400.62 - Психолого-педагогическое образование

Профиль подготовки: Психология и социальная педагогика

Квалификация выпускника: бакалавр

Форма обучения: очное

Язык обучения: русский

**Автор(ы):**

Каримова Л.Ш.

**Рецензент(ы):**

Рыбакова Л.А.

**СОГЛАСОВАНО:**

Заведующий(ая) кафедрой: Валеева Р. А.

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 801230014

Казань  
2014

## 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) старший преподаватель, к.н. Каримова Л.Ш. Кафедра общей и социальной педагогики отделение педагогики , 3Liliya.Karimova@kpfu.ru

### 1. Цели освоения дисциплины

Цель тренинга - помочь подростку отнестись к выбору профессии как к началу нового интересного жизненного этапа, а не как к пугающей необходимости.

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

Данная учебная дисциплина включена в раздел " Б3.ДВ.7 Профессиональный" основной образовательной программы 050400.62 Психолого-педагогическое образование и относится к дисциплинам по выбору. Осваивается на 4 курсе, 8 семестр.

Дисциплина "Тренинг самоопределения" относится к про-фессиональному циклу дисциплин по выбору. Освоение дисциплины должно опираться на знания, умения и компетенции, приобретенные в процессе изучения курсов "Общая и экспериментальная психология", "Социальная психология", "Психология развития".

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

В результате освоения дисциплины формируются следующие компетенции:

Шифр компетенции	Расшифровка приобретаемой компетенции
ок-5	способен последовательно и грамотно формулировать и высказывать свои мысли, владеет русским литературным языком, навыками устной и письменной речи, способен выступать публично и работать с научными текстами
опк-1	способен организовать совместную деятельность и межличностное взаимодействие субъектов образовательной среды
пкпп-11	способен проводить консультации, профессиональные собеседования, тренинги для активизации профессионального самоопределения обучающихся

В результате освоения дисциплины студент:

4. должен демонстрировать способность и готовность:

Уметь выявлять и характеризовать поведенческие и личностные проблемы обучающихся, связанные с особенностями их развития, применяя методы диагностики и оценки показателей уровня и динамики развития ребенка

Уметь взаимодействовать с другими специалистами в рамках психолого-педагогическое сопровождение основных общеобразовательных программ и психолого-медико-педагогического консилиума в целях разработки и реализации программ индивидуального развития ребенка,

### 4. Структура и содержание дисциплины/ модуля

Общая трудоемкость дисциплины составляет 2 зачетных(ые) единиц(ы) 72 часа(ов).

Форма промежуточного контроля дисциплины зачет в 8 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. Рефлексивные умения в структуре деятельности. Структура рефлексии	8		2	0	0	домашнее задание
2.	Тема 2. Я-концепция в структуре личности	8		2	0	0	реферат
3.	Тема 3. Эмпатия и децентрация как основное средство эффективного профессионального общения	8		2	0	0	творческое задание
4.	Тема 4. Обратная связь в общении	8		2	0	0	устный опрос
5.	Тема 5. Упражнения на развитие уверенности в себе	8		0	4	0	дискуссия
6.	Тема 6. Упражнения на типы защитного поведения в трудной ситуации	8		0	4	0	деловая игра
7.	Тема 7. Упражнения на развитие творческого потенциала личности	8		0	4	0	творческое задание
8.	Тема 8. Упражнения на личностный рост и профессия? или ?СПТ достижений?	8		0	4	0	эссе
9.	Тема 9. упражнения на эмпатию и толеранность	8		0	4	0	дискуссия
	Тема . Итоговая форма контроля	8		0	0	0	зачет
	Итого			8	20	0	

#### 4.2 Содержание дисциплины

##### Тема 1. Рефлексивные умения в структуре деятельности. Структура рефлексии

**лекционное занятие (2 часа(ов)):**

Исследовать уровень собственной рефлексивности. Выполнить упражнение, направленное на выработку внутренних средств рефлексии. Проведение упражнений, направленных на осознание собственных чувств, потребностей, смыслов.

**Тема 2. Я-концепция в структуре личности**

**лекционное занятие (2 часа(ов)):**

Исследовать собственные субличности с помощью процедуры диалога субличностей.

**Тема 3. Эмпатия и децентрация как основное средство эффективного профессионального общения**

**лекционное занятие (2 часа(ов)):**

Самодиагностика уровня эмпатии и толерантности. Изучить материал по теме ?Эмпатия и децентрация как средство эффективного профессионального общения?.

**Тема 4. Обратная связь в общении**

**лекционное занятие (2 часа(ов)):**

Изучить материалы по теме ?Обратная связь в общении?.

**Тема 5. Упражнения на развитие уверенности в себе**

**практическое занятие (4 часа(ов)):**

1. Выполнение упражнений, направленных на активное создание собственного пространства, увеличения поведенческого репертуара. 2. Проведение упражнений, направленных на развитие умения амортизировать собственную и чужую агрессию. 3. Выполнение упражнений, направленных на осознание неотъемлемых прав личности. 4. Ознакомление с техникой формирования положительной самооценки и готовности нести ответственность за свои поступки.

**Тема 6. Упражнения на типы защитного поведения в трудной ситуации**

**практическое занятие (4 часа(ов)):**

1. Мини-лекция ?Типы защитного поведения в трудных ситуациях в представлениях В.Сатир?. 2. Выполнение упражнений, направленных на осознание своей готовности к компромиссу. 3. Проведение упражнений, помогающих исследовать собственные стратегии взаимодействия в трудной ситуации.

**Тема 7. Упражнения на развитие творческого потенциала личности**

**практическое занятие (4 часа(ов)):**

1. Выполнение упражнений, направленных на развитие креативности. 2. Проведение упражнений, предполагающих творческое самовыражение.

**Тема 8. Упражнения на личностный рост и профессия? или ?СПТ достижений?**

**практическое занятие (4 часа(ов)):**

Упражнения "Я в мире профессии" Подготовка коллажей

**Тема 9. упражнения на эмпатию и толерантность**

**практическое занятие (4 часа(ов)):**

Упражнения "Протяни руку" Упражнения " Пианино" Упражнение "Я в конфликте"

**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. Рефлексивные умения в структуре деятельности. Структура рефлексии	8		подготовка к эссе	6	эссе

N	Раздел Дисциплины	Семестр	Неделя семестра	Виды самостоятельной работы студентов	Трудоемкость (в часах)	Формы контроля самостоятельной работы
2.	Тема 2. Я-концепция в структуре личности	8		подготовка к реферату	4	реферат
3.	Тема 3. Эмпатия и децентрация как основное средство эффективного профессионального общения	8		подготовка к творческому заданию	6	творческое задание
4.	Тема 4. Обратная связь в общении	8		подготовка к устному опросу	4	устный опрос
5.	Тема 5. Упражнения на развитие уверенности в себе	8		подготовка к дискуссии	6	дискуссия
6.	Тема 6. Упражнения на типы защитного поведения в трудной ситуации	8		подготовка к деловой игре	4	деловая игра
7.	Тема 7. Упражнения на развитие творческого потенциала личности	8		подготовка к творческому заданию	6	творческое задание
8.	Тема 8. Упражнения на личностный рост и профессия? или ?СПТ достижений?	8		подготовка к эссе	4	эссе
9.	Тема 9. упражнения на эмпатию и толерантность	8		подготовка к дискуссии	4	дискуссия
	Итого				44	

## 5. Образовательные технологии, включая интерактивные формы обучения

В соответствии с требованиями ФГОС ВПО по направлению подготовки и реализации компетентностного подхода в учебном процессе по данной дисциплине используются следующие образовательные технологии: ИК-технологии (мультимедейные лекции), деловые игры, элементы социально-психологического тренинга, анализ конкретных ситуаций, рефлексивная психодиагностика, встречи и интервью с ведущими психологами и педагогами страны, региона, города.

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

### Тема 1. Рефлексивные умения в структуре деятельности. Структура рефлексии

эссе, примерные темы:

1. Исследовать уровень собственной рефлексивности по методике А.В.Карпова и В.В.Пономарева.
2. Исследовать рефлексивность собственного мышления с помощью методики О.С.Анисимова.
3. Определить уровень сформированности рефлексии по методике Руковишниковой Е.Е.

### Тема 2. Я-концепция в структуре личности

реферат , примерные темы:

Подготовить реферат из предложенного списка

### **Тема 3. Эмпатия и децентрация как основное средство эффективного профессионального общения**

творческое задание , примерные вопросы:

1. Выполнить упражнение ?Круг субличности?. 2. Исследовать собственные субличности с помощью процедуры диалога субличности. 3. Изучить материал по теме ?Эмпатия и децентрация как средство эффективного профессионального общения?.

### **Тема 4. Обратная связь в общении**

устный опрос , примерные вопросы:

Устный опрос по основным вопросам

### **Тема 5. Упражнения на развитие уверенности в себе**

дискуссия , примерные вопросы:

Дискуссия на тему "Уверенное поведение: психологические факторы"

### **Тема 6. Упражнения на типы защитного поведения в трудной ситуации**

деловая игра , примерные вопросы:

Деловая игра по теме с элементами ролевой игры

### **Тема 7. Упражнения на развитие творческого потенциала личности**

творческое задание , примерные вопросы:

1. Исследовать индекс жизненного стиля по методике Вассермана. 2. Изучить дайджест книги Э.Шострома ?Человек-манипулятор или анти-Карнеги?. 3. Выполнение упражнения на уверенность в себе.

### **Тема 8. Упражнения на личностный рост и профессия? или ?СПТ достижений?**

эссе , примерные темы:

Написание эссе по заданной теме

### **Тема 9. упражнения на эмпатию и толерантность**

дискуссия , примерные вопросы:

Дискуссия на тему "Толерантное поведение"

### **Тема . Итоговая форма контроля**

Примерные вопросы к зачету:

1. Я-концепция в структуре личности.
2. Рефлексия как психолого-педагогическая категория.
3. Основные компоненты рефлексии.
4. Стереотипы в педагогической деятельности.
5. Типы защитного поведения.
6. Стороны общения и рефлексивные слушания.
7. Развитие творческого потенциала личности.
8. Личность и личностный рост.
9. Потребность в самоактуализации и самореализации как основная человеческая потребность.
10. Аутентичность.
11. Механизмы децентрации и идентификации в профессиональной деятельности.

#### **7.1. Основная литература:**

1.Климов Е. А. Психология профессионального самоопределения: учеб. пособие для студентов вузов, обучающихся по спец.: 031000 - Педагогика и психология, 031300 - Соц. педагогика, 033400 - Педагогика / Е.А. Климов.?2-е изд., испр..?Москва: Академия, 2005, 2007?301 с.



2..Носкова О. Г. Психология труда: учеб. пособие для студентов вузов, обучающихся по направлению и спец. психол. / О. Г. Носкова; под ред. Е. А. Климова. ?Москва: Академия, 2004. ?382 с.

3.Психология высших достижений личности (психоакмеология): Монография / Т.Ф. Базылевич. - М.: НИЦ ИНФРА-М, 2013. - 331 с.// <http://znanium.com/bookread.php?book=411434>

## 7.2. Дополнительная литература:

1.Демидова, Т. Е. Современные модели социальной работы [Электронный ресурс] : монография / Т. Е. Демидова. - М.: "Экон-Информ", 2007. - 224 с.// <http://znanium.com/bookread.php?book=457420>

2.Организационная культура: формирование, развитие и оценка: Учебное пособие / О.Г. Тихомирова. - М.: ИНФРА-М, 2011. - 151 с.//<http://znanium.com/bookread.php?book=216231>

3.Сериков, В. В. Развитие личности в образовательном процессе : монография / В. В. Сериков. - М. : Логос, 2012. - 448 с. -//<http://znanium.com/bookread.php?book=469028>

4.Сальникова, О. А. Совершенствование коммуникативной компетенции учителя. Конспекты лекций, тренинги [Электронный ресурс] / О. А. Сальникова. - М. : Флинта : НОУ ВПО "МПСИ", 2011. - 88 с. //<http://znanium.com/bookread.php?book=409725>

## 7.3. Интернет-ресурсы:

Словарь - <http://www.psychologos.ru>

Статья: ?Тренинги и личностный рост?: - <http://www.bestreferat.ru/referat-88816.html>

10. Методические разработки тренинга самораскрытия и личностного роста -

<http://vashpsixolog.ru/work-with-teaching-staff-school-psychologist/57-training-with-teachers/319-methodic>

2. Программа тренинга личностного роста для подростков "Пойми себя": - <http://azps.ru/training/2/trn3.html>

7. Книга: Рамендик Д.М. ?Тренинг личностного роста? - [http://www.koob.ru/ramendik/trening\\_lichnostnogo\\_rosta](http://www.koob.ru/ramendik/trening_lichnostnogo_rosta)

## 8. Материально-техническое обеспечение дисциплины(модуля)

Освоение дисциплины "Тренинг самоопределения" 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.



кабинет, круглый стол, проектор, карточки с заданиями

Программа составлена в соответствии с требованиями ФГОС ВПО и учебным планом по направлению 050400.62 "Психолого-педагогическое образование" и профилю подготовки Психология и социальная педагогика .

Автор(ы):

Каримова Л.Ш. \_\_\_\_\_

"\_\_" \_\_\_\_\_ 201\_\_ г.

Рецензент(ы):

Рыбакова Л.А. \_\_\_\_\_

"\_\_" \_\_\_\_\_ 201\_\_ г.