

АНОТАЦІЯ НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ  
спецсемінар “ Технологія тренінгу особистісного розвитку ”

Кількість кредитів ЄКТС – 3 кредити

**I. Основна мета спецсемінару** - ознайомлення, формування та удосконалення у студентів вміння організовувати і проводити тренінг, знання технології і нових (іноваційних) методик тренінгової роботи, загальної комунікативної готовності особистості, вироблення специфічних тренерських умінь і навичок, необхідних у роботі практичного психолога, формування вміння самопізнання та пізнання інших.

**II. Місце навчальної дисципліни в програмі підготовки фахівців даного напрямку підготовки (спеціальності).**

Дисципліна спецсемінар “ Технологія тренінгу особистісного розвитку ” дозволяє набути студентам додаткових фахових компетенцій при опануванні циклу дисциплін професійної підготовки.

**III. Завдання дисципліни**

1. Поглибити у студентів знання та сформувати уміння організації та проведення професійного психологічного тренінгу.
2. Забезпечити практичне оволодіння психотехнічними засобами, методами у процесі організації та проведенні психологічного тренінгу.
3. Сприяти розвитку особистості студентів, формуванню позитивної Я – концепції, внутрішнього локусу контролю, оптимістичної настанови щодо вирішення життєвих, зокрема й професійних проблем.

**IV. Основні знання та уміння, яких набуває студент після опанування даної дисципліни**

*Основні знання:*

- знати технологію проведення тренінгу і нових (іноваційних) методик тренінгової роботи.

*Основні вміння:*

- організовувати і проводити тренінг;
- володіти специфічними тренерськими уміннями і навичками, необхідних у роботі практичного психолога.

**V. Короткий зміст дисципліни**

Тема 1. Тренінг та його атрибути. Визначення поняття тренінг, атрибутів тренінгу. Підготовка і проведення тренінгу. Зміст, план, ведення занять. Три етапи підготовки. Структура тренінгу. Орієнтовні часові межі етапів тренінгів найбільш поширеної тривалості. Оцінювання в тренінгу. Поняття оцінювання в тренінгу. Способи оцінювання у тренінгу.

Тема 2. Тренер у тренінгу. Процес формування та розвитку групи. Завдання, основні функції та види діяльності тренера. Ролі ведучого тренінгових груп та стилі керівництва. Види діяльності ведучого, спрямовані на окремого учасника та всю групу. Робота тренерів у парі. Умови, переваги та ризики роботи в парі. Рекомендації щодо підвищення тренерської ефективності та розвитку навичок міжособистісного спілкування. Поняття тренінгова група та процес її розвитку. Характеристики напруги і згуртованості тренінгової групи. Поняття динаміки. Ідеальна модель динаміки групи. Принципи організації і роботи тренінгової групи.

Тема 3. Тренінг – інструмент особистісного зростання особистості. Механізми і психологічні структури особистісного росту. Самопізнання. Самоспонування. Самореалізація. Програмування професійного та особистісного росту. Засоби саморозвитку.

Тема 4. Активні (іноваційні) методи навчання у тренінгу. Навчання дорослих у тренінгу. Основні принципи навчання дорослих. Характеристика стилів навчання – викладання. Методи навчання і рівень засвоєння інформації. Вербальні методи. Візуальні методи. Фільми та відео. Демонстрація та практика. Порівняльна характеристика стилів навчання – викладання. Методи, техніки та форми навчання у тренінгу. Лекції. Міні-лекції.

Презентації. Колективні презентації. Мозковий штурм. Аналіз ситуаційних вправ. Аналіз критичних випадків. Рольова гра. Технологія проведення гри. Переваги та небезпеки інтерактивних ігор.

**VI. Назва кафедри та викладацький склад, який буде забезпечувати викладання курсу**

Кафедра психології та педагогіки факультету педагогіки і психології:  
доцент К.В. Дубініна.

**VII. Обсяги навчального навантаження та терміни викладання курсу**

На вивчення дисципліни відводиться 90 годин.

Дисципліна викладається у VIII семестрі.

**VIII. Основні інформаційні джерела до вивчення дисципліни**

1. Активні методи в роботі практичного психолога : навчальний посібник / [Долинська Л. В., Левченко М. В., Чепелева Н. В., Уманець Л. І.]. – К. : УДПУ ім. М. П. Драгоманова, 1994. – 81 с.
2. Альберти Р.Эммонс М. Самоутверждающее поведение. Распрямись! Выскажись!Разрази! / Пер.с англ. – СПб.: “Академический проспект”, 1998.
3. Аннекен Г., Эгельмайер Л., Кесслер Е. Тренинг уверенности и контакта в группе: Пуководство для тренеров и психотерапевтов. – Ростов н/Д., 1992.
4. Васильев Н. Н. Тренинг преодоления конфликтов. – СПб, 2002.
5. Вачков И.В. Групповые методы в работе школьного психолога: Учебно-методическое пособие. – М.: «Ось-89», 2002.
6. Данилова В. Как стать собой. Психотехника индивидуальности. Пособие для самообразования. – Х.6 РИП «Оригинал» ИМП «Рубиком»,1994.
7. Джонсон Д. Тренинг саморозкриття // Практична психологія та соціальна робота. – 2003. - №7. – С 52 – 64.
8. Зайцева Т.В. Теория психологического тренинга. Психологический тренинг как инструмент действия. – СПб.: Речь, М.: Смысл, 2002.
9. Макаров Ю.В., Исаков В.В. Психологический тренинг «Познай себя и другого» (в досье ведущим тренинги). Выпуск 2. – СПб.,1995.
10. Макаров Ю.В., Исаков В.В. Тренинг как объект психологического анализа (в досье ведущему тренинг). Выпуск 1. – СПб.,1996.
11. Софій Н.З., Кузьменко В.У. Про сто і один метод активного навчання. – К.: Крок за кроком, 2003.
12. Технологія тренінгу / Упоряд.: О.Главник, Г.Бевз /За заг.ред. С.Максименко – К.: Главник, 2005.
13. Фопель К. Технология ведения тренинга. Теория и практика /Пер с нем. – М.: Генезис, 2003.
14. Цзен Н.В. Пахомов Ю.В. Психотренинг : игры и упражнения – М.,1998.
15. Ягнюк К.В. Анатомия терапевтического воздействия : типология техник // Журнал практического психолога – 2001. - № 5 – 6. – С. 135 – 159.

**IX. Метод навчання:** Інтерактивні лекції та лабораторні заняття (тренінг).

**X. Система оцінювання:**

**Поточний контроль:** оцінювання виконання завдань на лабораторних заняттях, оцінювання 1-го модульної контрольної роботи.

**Підсумковий контроль:** залік.