

СИЛАБУС КУРСУ
Спецсеінар «Технологія тренінгу особистісного розвитку»

першого (бакалаврського) рівня вищої освіти
 для студентів спеціальності «Психологія» (ОПП «Практична психологія»,
 ОПП «Психологія розвитку особистості»)
 педагогічного факультету

Назва курсу	Спецсеінар «Технологія тренінгу особистісного розвитку»
Адреса викладання курсу	м. Київ, вул. Тургенівська 8 / 14, 10 поверх , аудиторія 10-6.
Контактна інформація щодо викладача	Дубініна Катерина Віталіївна k.v.dubinina@npu.edu.ua
Консультації по курсу відбуваються	
Сторінка курсу	https://moodle.npu.edu.ua/course/view.php?id=4300
Передумови зарахування на курс	Вивчення даної дисципліни неможливе без професійних знань і умінь, набутих при опануванні курсів: «Вступ до фаху», «Загальна психологія з практикумом», «Соціальна психологія», «Вікова психологія», «Методологія та методи психологічних досліджень», «Психодіагностика», «Психологія розвитку і вікова психологія», «Тренінг спілкування та самопізнання».
Мета та завдання курсу	<p>Мета спецсеінару «Технологія тренінгу особистісного розвитку» - 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.</p> <p>Завдання спецсеінару «Технологія тренінгу особистісного розвитку»:</p> <ol style="list-style-type: none"> 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.
Міждисциплінарні зв'язки	Зміст курсу тісно пов'язаний із такими дисциплінами: «Загальна психологія з практикумом», «Соціальна психологія», «Вікова психологія», «Методологія та методи психологічних досліджень», «Психодіагностика», «Психологія розвитку і вікова психологія», «Тренінг спілкування та самопізнання».
Інформація про курс (про що йде мова)	Спецсеінар «Технологія тренінгу особистісного розвитку» складається з двох модулів. У змісті першого модуля «Технологія тренінгу» здійснюється ознайомлення студентів із визначенням поняття тренінг, атрибутів тренінгу; етапами підготовки і проведення тренінгу; висвітлюється зміст, план, ведення занять; структура тренінгу; завдання, основні функції та види діяльності тренера; ролі ведучого тренінгових груп та стилі керівництва; види діяльності ведучого; робота тренерів у парі.

	<p>Надаються рекомендації щодо підвищення тренерської ефективності та розвитку навичок міжособистісного спілкування. Висвітлюється процес формування та розвитку групи та активні (іноваційні) методи навчання у тренінгу.</p> <p>У змісті другого модуля «Самопізнання та ефективне професійне пізнання іншого у тренінгу» висвітлюється: значущість тренінгу особистісного зростання; психологічна структура особистісного зростання; поняття особистісне зростання; самостимуляція; програмування професійного і особистісного зростання; самореалізація; самопрезентація; спілкування як умова особистісного зростання; роль самопізнання, самоаналізу і пізнання іншого у тренінгу; основні засоби саморозвитку.</p> <p>Відпрацьовуються навички розробки власної тренінгової програми і її проведення (1 заняття тренінгу у якості тренера, за умов аудиторного навчання).</p>
<p>Чому це актуально, цікаво чи важливо?</p>	<p>Спецсемінар «Технологія тренінгу особистісного розвитку» дозволяє набути студентам додаткових фахових компетенцій при опануванні циклу дисциплін професійної підготовки.</p>
<p>Місце навчальної дисципліни в системі професійної підготовки фахівця</p>	<p>«Технологія тренінгу особистісного розвитку» є спецсемінаром</p>
<p>На які питання відповідь курс і його головний аргумент?</p>	<p>У процесі вивчення курсу майбутній фахівець оволодіє знаннями про технологію проведення тренінгу і нових (інноваційних) методик тренінгової роботи; особливості активних (інтерактивних) методів навчання у тренінгу.</p> <p>Головний аргумент: курс допомагає у особистісно-професійному становленні успішного фахівця та сприяє у формуванні навичок та умінь планувати, організувати і проводити тренінг. Студенти оволодіють специфічними тренерськими умінями і навичками, необхідних у роботі практичного психолога.</p>
<p>Очікувані результати навчання</p>	<p>ПР5. Обирати та застосовувати валідний і надійний психодіагностичний інструментарій (тести, опитувальники, проєктивні методики тощо) психологічного дослідження та технології психологічної допомоги.</p> <p>ПР9. Пропонувати власні способи вирішення психологічних задач і проблем у процесі професійної діяльності, приймати та аргументувати власні рішення щодо їх розв'язання.</p> <p>ПР12. Складати та реалізовувати програму психопрофілактичних та просвітницьких дій, заходів психологічної допомоги у формі лекцій, бесід, круглих столів, ігор, тренінгів, тощо, відповідно до вимог замовника.</p> <p>ПР15. Відповідально ставитися до професійного самовдосконалення, навчання та саморозвитку.</p> <p>ПР20. Наявність творчих умінь розробляти психограми та проводити співбесіди, професійно- психологічний підбір, здійснювати оцінку системи управління персоналом, оцінку персоналу, системи формальної та неформальної комунікації; розробляти та проводити заходи попередження професійного вигорання персоналу; соціально-психологічні дослідження; навчання персоналу: тренінги комунікативних навичок у діловому спілкуванні; продаж; вдосконалення професійних навичок для працівників кадрової служби; командотворення; роботи з клієнтом по телефону;</p>

	<p>тайм-менеджемент.</p> <p>Компетентності: ЗК1.Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях. ЗК8. Навички міжособистісної взаємодії. ЗК11. Здатність зберігати та примножувати моральні, культурні, наукові цінності і досягнення суспільства на основі розуміння історії та закономірностей розвитку предметної області, її місця у загальній системі знань про природу і суспільство та у розвитку суспільства, техніки і технологій, використовувати різні види та форми рухової активності для активного відпочинку та ведення здорового способу життя.</p> <p>СК8. Здатність організовувати та надавати психологічну допомогу (індивідуальну та групову) СК12. Здатність до особистісного та професійного самовдосконалення, навчання та саморозвитку СК13. Здатність розробляти тренінги, створювати певні завдання розвивального характеру; психологічну експертизу.</p>
Методи навчання	<p>Методи інтерактивного навчання. Використання методів самостійної роботи студентів по осмисленню та засвоєнню матеріалу – самостійний пошук інформації.</p>
Перелік основних практичних завдань	<p>Підготовка до семінарських і лабораторних занять (підготовка, висвітлення і презентація доповіді, повідомлення, есе. Проведення заняття тренінгу у якості тренера). Розробка власної тренінгової програми.</p>
Література для вивчення дисципліни	<p style="text-align: center;">Основна</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Афанасьєва Н. Є. Теоретико-методологічні основи соціально-психологічного тренінгу : Навчальний посібник / Афанасьєва Н. Є., Перелигіна Л. А. Харків: УЦЗУ, 2008. 251 с. 2. Бакли Р., Кэйпл Дж. Теория и практика тренинга. СПб.: Питер, 2002. 352 с. 3. Бондарєва Л.І. Методичні аспекти розробки та проведення навчального тренінгу студентів у вищій професійній школі / Л. І. Бондарєва // Педагогіка і психологія професійної освіти. 2016. №6. С.48-58. 4. Вайс Керол Г. Оцінювання: Методи дослідження програм та політики / Пер. з англ. Р. Ткачука та М. Корчинської; наук. ред. пер. О. Кілієвич. К.: Основи, 2000. 5. Вачков И. В. Психологический тренинг: методология и методика проведения / И. В. Вачков. М. : Эксмо, 2010. 560 с. 6. Дубініна К. В. Інтерактивні методи навчання у професійній підготовці практичного психолога // Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова. Серія № 12. Психологічні науки: 36. наукових праць. К.: НПУ імені М. П. Драгоманова, 2012. № 38 (62). С. 223 – 231. 7. Джонсон Д. Тренінг 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. 80 с. 9. Карпенко Є. Основи психотренінгу : навч. посібник. Дрогобич. 2015. 78 с. 10. Матійків І. М. Основи тренерської майстерності : [навч.-метод. посіб.] / І. М. Матійків, А. І. Якимів, Т. Г. Черняк / За заг. ред. А. І. Якиміва. Львів : Компанія «Манускрипт», 2012. 392 с.

11. Мілютіна К. Л. Теорія та практика психологічного тренінгу : [навч. посіб.]. К. Л. Мілютіна. К. : МАУП, 2004. 192 с.
12. Святенко Ю. О. Тренінг особистісного зростання [Текст] : навчально-методичний посібник для студентів / Ю. О. Святенко. К. : СЛОВО, 2017. 107, [5] с.
13. Софій Н.З., Кузьменко В.У. Про сто і один метод активного навчання. К.: Крок за кроком, 2003.
14. Технологія тренінгу / Упоряд.: О.Главник, Г.Бевз /За заг.ред. С.Максименко. К.: Главник, 2005.
15. Фопель К. Технология ведения тренинга. Теории и практика. [Пер. с нем.]. М. : Генезис, 2003. 272 с.

Допоміжна

1. Бурнард Ф. Тренинг межличностного взаимодействия. СПб.: Питер, 2002. 304 с.
2. Буякос Т.М. Личностное развитие в условиях работы самопонимания, опосредствованной символами // Вопросы психологии. 2000. №1. С. 96 – 108.
3. Винославська О.В. Малигіна М.П. Людські стосунки: Навч. посібник. К., 2001.
4. Гирнык А.Н., Туринина Е.Л. Программа изучения дисциплины «Теория и практика психологического тренинга». К.: МАУП, 2000. 12 с.
5. Гірник А.М. Шпалерчук І.Н. Тренінг комунікативних умінь: Методичні матеріали // Практична психологія та соціальна робота. 2001. №1, 2. С. 21 – 24, С. 11 – 16.
6. Кочунас Р. Психотерапевтические группы: теория и практика. М.: Академический проект, 2000. 240 с.
7. Кристофер Э., Смит Л. Тренинг лидерства. СПб.: Питер, 2002. 320 с.
8. Келлерман П.Ф. Социодрама. // Психодрама и современная психотерапия. К., Академпресс. 2004. №4 с. 7–21.
9. Коробейнікова Л.Г. Програма навчальної дисципліни «Тренінг спілкування». К.: КиМУ, 2003. — 8 с.
10. Кроль Л., Михайлова Е. Тренинг тренеров: как закалялась сталь. М.: «Класс», 2002. 192 с.
11. Марасанов Г. И. Социально-психологический тренинг / Марасанов Г. И. М.: Когито-Центр, 2001. 249 с.
12. Мороз Л. І. Професійно-психологічний тренінг : Підручник для студ. ВНЗ / Мороз Л. І., Яковенко С. І. Київ : ПАЛІВОДА А.В., 2011. 251 с.
13. Мороз Л.І Психологічний тренінг: до питання валідності та надійності психотехнічних вправ // Практична психологія та соціальна робота. 2003. №8. С. 68 – 71.
14. Навчання дорослих. Тренінг для тренерів. Всеукраїнський фонд “Крок за кроком”, К., 2001.
15. Никандров В. В. Антитренинг, или контуры нравственных и теоретических основ психотренинга : [учеб. пособ.] / В. В. Никандров. СПб. : Речь, 2003. 176 с.
16. Осипова А.А. Общая психокоррекция: Учебное пособие для студентов вузов. – М.:ТЦ Сфера, 2004.
17. Пахальян В. Э. Групповой психологический тренинг : Учебное пособие / Пахальян В.Э. СПб. : Питер, 2006. 224 с.
18. Пеньковська Н. М. Основи психологічного консультування в методи

- позитивної психотерапії : навч. посіб. / Н. М. Пеньковська, Р. В. Шептицький. Тернопіль : Крок, 2014. 286 с.
19. Перепелюк Т. Д. Організація і методика соціально-психологічних тренінгів: навчальний підручник / Т. Д. Перепелюк, І. С. Ільченко, Умань : видавничо-поліграфічний центр «Візаві», 2014. 255 с.
 20. Психогимнастика в тренінге / Под ред. Н. Ю. Хрящевой. СПб. : Питер, 2001. 141 с.
 21. Пугачёв В.П. Тесты, деловые игры, тренинги в управлении персоналом. М.: Аспект Пресс, 2003. 285 с.
 22. Рамендик Д.М. Тренинг личностного роста. М., 2007. 176 с.
 23. Рева О.М. Програма навчальної дисципліни «Тренінг особистісного зростання». К.: КиМУ, 2003. 8 с.
 24. Ромек В. Тренинг уверенности в себе. СПб., 2005.
 25. Сидоренко Е.В. Технологии создания тренинга. От замысла к результату. СПб.: «Речь»; ООО «Сидоренко и Ко», 2007. 336 с.
 26. Скрипюк И. И. 111 баек для тренеров : истории, анекдоты, мифы, сказки / И. И. Скрипюк. СПб. : Питер, 2012. 176 с.
 27. Смит М. Тренинг уверенности в себе: Пер с англ. СПб.: ООО «Речь», 2002. 244 с.
 28. Соціально-психологічний тренінг і маніпуляція [Текст]: навч.-метод. посіб./ В.В.Балахтар. Вижниця:«Черемош», 2017. 432 с.
 29. Стаут С. Управленческий тренинг. СПб.: Питер, 2002.
 30. Сходження на вершину: книжка про тих і для тих, хто прагне успішного лідерства / За ред. О.Є. Скорик.К., 2005.116 с.
 31. Технології роботи організаційних психологів: Навч. посіб. Для студентів вищ. навч. закл. та слухачів ін-тів після диплом. освіти / За наук. ред. Л.М. Карамушки. К.: Фірма «ІНКОС», 2005. 366 с.
 32. Торн К. Тренинг. Настольная книга тренера. / К. Торн, Д. Маккей. СПб. : Питер, 2002. 205 с.
 33. Федорчук В.М. Тренинг особистісного зростання. [текст]: навч. посіб. / В.М. Федорчук. К.: «Центр учбової літератури», 2014. 250 с.
 34. Фопель К. Барьеры, блокады и кризисы в групповой работе. М.: «Генезис», 2003. 160 с.
 35. Фопель К. Психологические принципы обучения взрослых. Проведение воркшопов: семинаров, мастер-классов / К. Фопель. [Пер. с нем.]. М. : Генезис, 2010. 360 с.
 36. Цигульська Т. Ф. Загальна та прикладна психологія. Як допомогти собі та іншим.- К., 2000.190 с.
 37. 18 программ тренингов. Руководство для профессионалов // Под ред. В. А. Чикер. СПб. : Речь, 2007. 368 с.
 38. Шевцова И. В. Тренинг личностного роста / И. В. Шевцова. СПб.: Речь, 2016. 144 с.
 39. Шевцова И.В. Упражнения и рекомендации для тренинга личностного роста.- СПб., 2007.192 с.
 40. Ялом Ирвин. Теория и практика групповой психотерапии. СПб.: «Питер», 2000. 640 с.

<p>Політика курсу</p>	<p>Політика щодо дедлайнів та перескладання: Роботи, які здаються із порушенням термінів без поважних причин, оцінюються на нижчу оцінку (75% від можливої максимальної кількості балів за вид діяльності). Перескладання модулів відбувається із дозволу деканату за наявності поважних причин (наприклад, лікарняний). Політика щодо академічної доброчесності: Списування під час контрольних робіт та екзаменів заборонені (в т.ч. із використанням мобільних девайсів). Політика щодо відвідування: Відвідування занять є обов'язковим компонентом оцінювання, за яке нараховуються бали. За об'єктивних причин (наприклад, хвороба, працевлаштування, міжнародне стажування) навчання може відбуватись в онлайн формі за погодженням із викладачем. Студенти мають інформувати викладача про неможливість відвідати заняття. У будь-якому випадку студенти зобов'язані дотримуватися усіх строків, визначених для виконання всіх видів письмових робіт, передбачених курсом.</p>																								
<p>Політика оцінювання</p>	<p>Оцінювання проводиться за 100-бальною шкалою протягом семестру</p> <table border="1" data-bbox="378 724 1552 1186"> <thead> <tr> <th data-bbox="378 724 971 909">Вид діяльності</th> <th data-bbox="971 724 1190 909">Максимальна кількість балів за одиницю</th> <th data-bbox="1190 724 1393 909">Кількість одиниць до розрахунку</th> <th data-bbox="1393 724 1552 909">Всього</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td data-bbox="378 909 971 1010">Робота на семінарському (практичному), занятті (в тому числі доповідь, виступ, повідомлення, участь у дискусії)</td> <td data-bbox="971 909 1190 1010">5</td> <td data-bbox="1190 909 1393 1010">6</td> <td data-bbox="1393 909 1552 1010">30</td> </tr> <tr> <td data-bbox="378 1010 971 1073">Робота на лабораторному занятті</td> <td data-bbox="971 1010 1190 1073">5</td> <td data-bbox="1190 1010 1393 1073">6</td> <td data-bbox="1393 1010 1552 1073">30</td> </tr> <tr> <td data-bbox="378 1073 971 1108">ІНДЗ</td> <td data-bbox="971 1073 1190 1108">10</td> <td data-bbox="1190 1073 1393 1108">2</td> <td data-bbox="1393 1073 1552 1108">20</td> </tr> <tr> <td data-bbox="378 1108 971 1144">Модульна контрольна робота</td> <td data-bbox="971 1108 1190 1144">10</td> <td data-bbox="1190 1108 1393 1144">2</td> <td data-bbox="1393 1108 1552 1144">20</td> </tr> <tr> <td colspan="4" data-bbox="378 1144 1552 1186" style="text-align: right;">максимальна кількість балів 100</td> </tr> </tbody> </table> <p>Форма підсумкового контролю успішності - залік Політика виставлення балів. При цьому обов'язково враховуються присутність на заняттях та активність студента під час лабораторних, семінарських (практичних) занять.</p>	Вид діяльності	Максимальна кількість балів за одиницю	Кількість одиниць до розрахунку	Всього	Робота на семінарському (практичному), занятті (в тому числі доповідь, виступ, повідомлення, участь у дискусії)	5	6	30	Робота на лабораторному занятті	5	6	30	ІНДЗ	10	2	20	Модульна контрольна робота	10	2	20	максимальна кількість балів 100			
Вид діяльності	Максимальна кількість балів за одиницю	Кількість одиниць до розрахунку	Всього																						
Робота на семінарському (практичному), занятті (в тому числі доповідь, виступ, повідомлення, участь у дискусії)	5	6	30																						
Робота на лабораторному занятті	5	6	30																						
ІНДЗ	10	2	20																						
Модульна контрольна робота	10	2	20																						
максимальна кількість балів 100																									