

САНКТ-ПЕТЕРБУРГСКОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ
АВТОНОМНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ

**«САНКТ-ПЕТЕРБУРГСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ИНСТИТУТ
ПСИХОЛОГИИ И СОЦИАЛЬНОЙ РАБОТЫ»
(СПбГИПСР)**

КАФЕДРА ОБЩЕЙ, ВОЗРАСТНОЙ И ДИФФЕРЕНЦИАЛЬНОЙ ПСИХОЛОГИИ



Рабочая программа дисциплины

ТЕХНОЛОГИИ ВЕДЕНИЯ ГРУПП ТРЕНИНГА ЛИЧНОСТНОГО РОСТА

по образовательной программе 37.04.01 Психология

«Психологическое консультирование»

Разработчик: доктор психол. наук Щукина Мария Алексеевна

Согласовано: доктор психол. наук, зав. кафедрой Щукина Мария Алексеевна

Санкт-Петербург

2020

РАЗДЕЛ 1. Учебно-методический раздел рабочей программы дисциплины

1.1. Аннотация рабочей программы дисциплины

ТЕХНОЛОГИИ ВЕДЕНИЯ ГРУПП ТРЕНИНГА ЛИЧНОСТНОГО РОСТА

Цель изучения дисциплины: углубленное изучение процесса тренинга личностного роста, организации работы группы и тренинговых технологий.

Задачи дисциплины:

1. Сформировать представления о личностном росте как теоретическом конструкте и объекте практической деятельности в современной психологии личности.
2. Рассмотреть основные формы тренинговой работы и показать специфику тренинга личностного роста.
3. Раскрыть этапы групповой динамики во время проведения тренинга.
4. Представить этапы проведения тренинга, правила ведения тренинга, подбора упражнений и игр, организации занятий и формирования группы.

Содержание дисциплины:

Личностный рост: определение, подходы, критерии.

Тренинг как технология практической психологии.

Программы тренинга личностного роста: создание и экспертиза.

1.2. Цель и задачи обучения по дисциплине

Цель – углубленное изучение процесса тренинга личностного роста, организации работы группы и тренинговых технологий.

Задачи:

1. Сформировать представления о личностном росте как теоретическом конструкте и объекте практической деятельности в современной психологии личности.
2. Рассмотреть основные формы тренинговой работы и показать специфику тренинга личностного роста.
3. Раскрыть этапы групповой динамики во время проведения тренинга.
4. Представить этапы проведения тренинга, правила ведения тренинга, подбора упражнений и игр, организации занятий и формирования группы.

В результате успешного овладения дисциплины будущий специалист должен:

знать:

- теоретические модели личностного роста в отечественных и зарубежных теориях личности;
- преимущества и ограничения тренинга как технологии психологической помощи;
- динамику тренингового процесса;
- правила организации и проведения работы группы;

уметь:

- использовать модели личностного роста для проектирования развития клиентов психологической помощи;
- проводить экспертную оценку тренинговых программ;

– подбирать тренинговые упражнения, релевантные целям, задачам, специфике участников группы;

иметь навыки:

- навыками создания тренинговых программ;
- навыками экспертного оценивания тренинговых программ;
- навыками проведения тренинговых упражнений;
- навыками управления групповой динамикой в процессе тренинга.

1.3. Язык обучения

Язык обучения – русский.

1.4. Объем дисциплины в зачетных единицах с указанием количества академических часов, выделенных на контактную работу обучающихся с преподавателем по видам учебных занятий, самостоятельную работу, форму промежуточной аттестации*

Форма обучения	Общий объём дисциплины			Объем в академических часах								
	В зачед.	В астрон. часах	В академ. часах	Объем самостоятельной работы	Объем контактной работы обучающихся с преподавателем							
					Всего	Виды учебных занятий					В том числе контактная работа (занятия) в интерактивных формах	Промежуточная аттестация (экзамен)
						Всего учебных занятий	Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Групповые консультации	Индивидуальные консультации		
Очная	3	81	108	66	42	38	12	26	-	-	16	4
Очно-заочная	3	81	108	70	38	34	10	24	-	-	12	4
Заочная	3	81	108	92	16	12	-	-	12	-	6	4

* В случае реализации смешанного обучения рабочая программа дисциплины адаптируется преподавателем в части всех видов учебных занятий и промежуточной аттестации к использованию дистанционных образовательных технологий.

1.5. Планируемые результаты обучения по дисциплине, обеспечивающие достижение планируемых результатов освоения образовательной программы

Планируемые результаты обучения по образовательной программе (перечень компетенций в соответствии с ФГОС и ОПОП)	Планируемые результаты обучения по дисциплине (перечень компетенций по дисциплине)
с ОК-1 по ОК-3, с ОПК-1 по ОПК-3 с ПК-1 по ПК-6, ПК-11, ПК-12 ВПК-1, ВПК-2	- способность создавать программы, направленные на предупреждение профессиональных рисков в различных видах деятельности, отклонений в социальном и личностном статусе и развитии человека с применением современного психологического инструментария (ПК-6)

РАЗДЕЛ 2. Структура и содержание дисциплины

2.1. Учебно-тематический план дисциплины

Очная форма обучения

Тема (раздел) дисциплины (указывается номер темы, название)	Общее количество аудиторных часов	Общее кол-во часов на занятия лекционного типа	Общее кол-во часов на занятия семинарского типа	
			Всего	Из них интерактивные формы
Тема 1. Личностный рост: определение, подходы, критерии	12	4	8	8
Тема 2. Тренинг как технология практической психологии	12	4	8	8
Тема 3. Программы тренинга личностного роста: создание и экспертиза	14	4	10	-
Итого:	38	12	26	16

Очно-заочная форма обучения

Тема (раздел) дисциплины (указывается номер темы, название)	Общее количество аудиторных часов	Общее кол-во часов на занятия лекционного типа	Общее кол-во часов на занятия семинарского типа	
			Всего	Из них интерактивные формы
Тема 1. Личностный рост: определение, подходы, критерии	8	2	6	6
Тема 2. Тренинг как технология практической психологии	8	2	6	6
Тема 3. Программы тренинга личностного роста: создание и экспертиза	18	6	12	-
Итого:	34	10	24	12

Заочная форма обучения

Тема (раздел) дисциплины (указывается номер темы, название)	Общее количество аудиторных часов	Общее кол-во часов на занятия лекционного типа	Общее кол-во часов на занятия семинарского типа	
			Всего	Из них интерактивные формы
Тема 1. Личностный рост: определение, подходы, критерии	4	-	-	-
Тема 2. Тренинг как технология практической психологии	4	-	-	-
Тема 3. Программы тренинга личностного роста: создание и экспертиза	4	-	-	-
Итого:	12	-	-	-

2.2. Краткое содержание тем (разделов) дисциплины

Тема 1. Личностный рост: определение, подходы, критерии

Личностный рост в системе понятий психологии личности. Личностный рост как особая форма развития и результат развития личности. Подходы к выделению критериев личностного роста в теоретических концепциях психологии. Проблема механизмов личностного роста. Проблема психологической помощи и воздействия в сфере личностного роста. Проблема диагностики личностного роста в практике работы психолога.

Тема 2. Тренинг как технология практической психологии

Основные формы тренинговой работы в практике работы психолога. Теоретические основания практики групповой работы. Виды тренингов. Психотехнологические модели различных направлений групповой работы. Организационные особенности групповой работы. Правила ведения тренинга, подбора упражнений и игр, организации занятий и формирования группы. Этапы групповой динамики во время проведения тренинга. Этические нормы при проведении тренинговой работы.

Тема 3. Программы тренинга личностного роста: создание и экспертиза

Психотерапевтические факторы группы и личностный рост. Специфика тренинга личностного роста: цели, задачи, возможности и ограничения. Сфера применения тренинга личностного роста в практике работы психолога. Техники и приемы работы с личностью в тренинге личностного роста. Типовые программы тренинга личностного роста и принципы их создания. Экспертиза программ тренинга личностного роста.

2.3. Описание занятий семинарского типа

СЕМИНАРСКОЕ ЗАНЯТИЕ 1.

Тема: Личностный рост: определение, подходы, критерии

Цель: Сформировать представления о личностном росте как теоретическом конструкте и объекте практической деятельности в современной психологии личности.

Понятийный аппарат: личностный рост, развитие, личность.

Вопросы для обсуждения:

1. Личностный рост в системе понятий психологии личности.
2. Психология личности – особая форма развития и результат развития личности.
3. Подходы к выделению критериев личностного роста в теоретических концепциях психологии.
4. Проблема механизмов личностного роста.
5. Проблема психологической помощи и воздействия в сфере личностного роста.
6. Проблема диагностики личностного роста в практике работы психолога.

Требования к подготовке к занятию: студенты готовят ответы на вопросы на основе предварительной работы с литературой.

СЕМИНАРСКОЕ ЗАНЯТИЕ 2.

Тема: Тренинг как технология практической психологии

Цель: Рассмотреть основные формы тренинговой работы, их цели и задачи, сферу применения.

Понятийный аппарат: психологический тренинг, виды психологических тренингов, тренинг личностного роста, групповая динамика в психологическом тренинге.

Вопросы для обсуждения:

1. Основные формы тренинговой работы в практике работы психолога.
2. Теоретические основания практики групповой работы.
3. Виды тренингов.
4. Психотехнологические модели различных направлений групповой работы.
5. Организационные особенности групповой работы.
6. Правила ведения тренинга, подбора упражнений и игр, организации занятий и формирования группы.
7. Этапы групповой динамики во время проведения тренинга.
8. Этические нормы при проведении тренинговой работы.

Требования к подготовке к занятию: студенты готовят ответы на вопросы на основе предварительной работы с литературой.

СЕМИНАРСКОЕ ЗАНЯТИЕ 3.

Тема: Программы тренинга личностного роста: создание и экспертиза

Цель: Рассмотреть специфику тренинга личностного роста; раскрыть этапы групповой динамики во время проведения тренинга; рассмотреть этапы проведения тренинга, правила ведения тренинга, подбора упражнений и игр, организации занятий и формирования группы.

Понятийный аппарат: психологический тренинг, виды психологических тренингов, тренинг личностного роста, групповая динамика в психологическом тренинге.

Вопросы для обсуждения:

1. Психотерапевтические факторы группы и личностный рост.
2. Специфика тренинга личностного роста: цели, задачи, возможности и ограничения.
3. Сфера применения тренинга личностного роста в практике работы психолога.
4. Техники и приемы работы с личностью в тренинге личностного роста.
5. Типовые программы тренинга личностного роста и принципы их создания.
6. Экспертиза программ тренинга личностного роста.

Требования к подготовке к занятию: студенты готовят ответы на вопросы на основе предварительной работы с литературой.

2.4. Описание занятий в интерактивных формах

Интерактивное занятие к теме 1 «Личностный рост: определение, подходы, критерии»

Занятие проводится в форме дискуссии в мини-группах с изготовлением в качестве продукта интеллект карты на заданную тему.

Задания для обсуждения:

1. Сделайте сравнительный анализ понятий: формирование личности, развитие личности, саморазвитие личности, личностный рост, жизненный путь. Результаты обсуждения оформите в виде интеллект-карты.

2. Изобразите в виде интеллект-карты механизм личностного роста на примере анализа описаний жизненного пути в художественных произведениях. Проанализируйте и отразите в интеллект-карте социальные и внутриличностные детерминанты личностного роста, выделите критерии личностного роста.

Интерактивное занятие к теме 2 «Тренинг как технология практической психологии»

Занятие проводится в форме демонстрационного мини-тренинга (тренингового дня), где преподаватель выполняет роль тренера, студенты – роли участников тренинга (по желанию) или наблюдателей (для нежелающих принимать участие в групповой работе).

Студентам демонстрируется и разъясняется модель построения и проведения тренинговых занятий с обсуждением их вопросов, достижений, реакций и иного психологического содержания.

Интерактивное занятие к теме 3 «Программы тренинга личностного роста: создание и экспертиза»

Занятие проводится в форме дискуссии. Обсуждаются рекламные объявления в сети интернет о проведении тренингов личностного роста. При обсуждении поднимаются следующие вопросы:

- На базе какой организации организуется тренинг?
- Какова протяженность и структура тренинга?
- Каковы заявленные цели и задачи тренинга?
- Какова целевая аудитория тренинга?
- Какова стоимость участия в тренинге?
- Каковы заявленные преимущества предлагаемой тренинговой программы?

- Каково толкование авторами личностного роста? Соответствует ли оно Вашему пониманию личностного роста?
- Каковы достоинства и недостатки предлагаемой программы с точки зрения теории психологического тренинга?

2.5. Организация планирования встреч с приглашенными представителями организаций

Встречи с приглашенными представителями организаций не предусмотрены.

2.6. Особенности освоения дисциплины инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья

Обучение студентов с ограниченными возможностями здоровья при необходимости осуществляется кафедрой на основе адаптированной рабочей программы с использованием специальных методов обучения и дидактических материалов, составленных с учетом особенностей психофизического развития, индивидуальных возможностей и состояния здоровья таких обучающихся (обучающегося).

В целях освоения учебной программы дисциплины инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья кафедра обеспечивает:

1) для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья по зрению:

- размещение в доступных для обучающихся, являющихся слепыми или слабовидящими, местах и в адаптированной форме справочной информации о расписании учебных занятий;
- присутствие ассистента, оказывающего обучающемуся необходимую помощь;
- выпуск альтернативных форматов методических материалов (крупный шрифт или аудиофайлы);

2) для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья по слуху:

- надлежащими звуковыми средствами воспроизведение информации;

3) для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья, имеющих нарушения опорно-двигательного аппарата:

- возможность беспрепятственного доступа обучающихся в учебные помещения, туалетные комнаты и другие помещения кафедры, а также пребывание в указанных помещениях.

Получение образования обучающимися с ограниченными возможностями здоровья может быть организовано как совместно с другими обучающимися, так и в отдельных группах или в отдельных организациях.

Перечень учебно-методического обеспечения самостоятельной работы обучающихся по дисциплине.

Учебно-методические материалы для самостоятельной работы обучающихся из числа инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья предоставляются в формах, адаптированных к ограничениям их здоровья и восприятия информации:

Категории студентов	Формы
С нарушением слуха	- в печатной форме; - в форме электронного документа
С нарушением зрения	- в печатной форме увеличенным шрифтом; - в форме электронного документа; - в форме аудиофайла
С нарушением опорно-двигательного аппарата	- в печатной форме; - в форме электронного документа; - в форме аудиофайла

Данный перечень может быть конкретизирован в зависимости от контингента обучающихся.

Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине.

Перечень фондов оценочных средств, соотнесённых с планируемыми результатами освоения образовательной программы.

Для студентов с ограниченными возможностями здоровья предусмотрены следующие оценочные средства:

Категории студентов	Виды оценочных средств	Формы контроля и оценки результатов обучения
С нарушением слуха	Тест	преимущественно письменная проверка
С нарушением зрения	собеседование	преимущественно устная проверка (индивидуально)
С нарушением опорно-двигательного аппарата	Решение дистанционных тестов, контрольные вопросы	-

Студентам с ограниченными возможностями здоровья увеличивается время на подготовку ответов к зачёту, разрешается готовить ответы с использованием дистанционных образовательных технологий.

Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующие этапы формирования компетенций. При проведении процедуры оценивания результатов обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья предусматривается использование технических средств, необходимых им в связи с их индивидуальными особенностями. Процедура оценивания результатов обучения

инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья по дисциплине предусматривает предоставление информации в формах, адаптированных к ограничениям их здоровья и восприятия информации:

Для лиц с нарушениями зрения:

- в печатной форме увеличенным шрифтом;
- в форме электронного документа;
- в форме аудиофайла.

Для лиц с нарушениями слуха:

- в печатной форме;
- в форме электронного документа.

Для лиц с нарушениями слуха:

- в печатной форме увеличенным шрифтом;
- в форме электронного документа;
- в форме аудиофайла.

Данный перечень может быть конкретизирован в зависимости от контингента обучающихся. При проведении процедуры оценивания результатов обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья по дисциплине (модулю) обеспечивается выполнение следующих дополнительных требований в зависимости от индивидуальных особенностей обучающихся:

- инструкция по порядку проведения процедуры оценивания предоставляется в доступной форме (устно, в письменной форме);

- доступная форма предоставления заданий оценочных средств (в печатной форме, в печатной форме увеличенным шрифтом, в форме электронного документа, задания зачитываются ассистентом);

- доступная форма предоставления ответов на задания (письменно на бумаге, набор ответов на компьютере, с использованием услуг ассистента, устно).

При необходимости для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов процедура оценивания результатов обучения по дисциплине (модулю) может проводиться в несколько этапов.

Проведение процедуры оценивания результатов обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья допускается с использованием дистанционных образовательных технологий.

Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины. Для освоения дисциплины инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья предоставляются основная и дополнительная учебная литература в

виде электронного документа в фонде библиотеки и / или в электронно-библиотечных системах.

Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине Освоение дисциплины инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья осуществляется с использованием средств обучения общего и специального назначения:

- лекционная аудитория – мультимедийное оборудование (для студентов с нарушениями слуха);
- учебная аудитория для практических занятий (семинаров) мультимедийное оборудование, (для студентов с нарушениями слуха).

2.7. Методические указания для студентов по освоению дисциплины

Основными принципами изучения данной дисциплины являются:

- принцип развивающего и воспитывающего обучения;
- принцип культуру-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 (психодиагностики).

2.8. Материально-техническая база, необходимая для осуществления образовательного процесса по дисциплине

Учебная аудитория, оборудованная мультимедийным оборудованием и аудио системой, с возможностью демонстрации интерактивных пособий и учебных фильмов, с доступом к сети Интернет.

РАЗДЕЛ 3. Требования к самостоятельной работе студентов в рамках освоения дисциплины

Самостоятельная работа студентов в рамках дисциплины является одним из базовых компонентов обучения, приобретения общекультурных и профессиональных компетенций,

предусмотренных компетентностно-ориентированным учебным планом и рабочей программой учебной дисциплины. В процессе самостоятельной работы студенты проявляют свои творческие качества, поднимаются на более высокий уровень профессионализации.

Формы выполнения студентами самостоятельной работы могут быть разнообразны: как выполнение ряда заданий по темам, предложенным преподавателем, так и выполнение индивидуальных творческих заданий (в согласовании с преподавателем): составление библиографии, картотеки статей по определенной теме; составление опорных схем для осмысления и структурирования учебного материала; создание электронных презентаций; выступления на научно-практических конференциях и мн. др.

Типовые задания СРС:

- работа с первоисточниками;
- подготовка докладов;
- изучение отдельной темы и разработка опорного конспекта;
- решение исследовательских задач;
- составление понятийного тезауруса;
- подготовка презентации;
- написание эссе;
- составление аннотированного списка литературы по одной из тем;
- исследовательские работы (возможна разработка проекта).

Самостоятельная работа студентов – способ активного, целенаправленного приобретения студентом новых для него знаний, умений и компетенций без непосредственного участия в этом процессе преподавателей. Самостоятельная работа по дисциплине является единым видом работы, которая может состоять из нескольких заданий.

Методические рекомендации по выполнению самостоятельной работы

Цель выполнения самостоятельной творческой работы — приобретение опыта активной самостоятельной учебно-познавательной деятельности.

Целью СРС является овладение фундаментальными знаниями, профессиональными умениями и навыками деятельности по профилю, опытом творческой, исследовательской деятельности. СРС способствует развитию самостоятельности, ответственности и организованности, творческого подхода к решению проблем учебного и профессионального уровня.

В процессе выполнения самостоятельной работы студенты должны быть ориентированы на:

- систематизацию и закрепление полученных теоретических знаний и практических умений студентов;

- формирование умений использовать нормативную, правовую, справочную документацию и специальную литературу;

- развитие познавательных способностей и активности студентов: творческой инициативы, самостоятельности, ответственности и организованности;

- формирование самостоятельности мышления, способностей к саморазвитию, самосовершенствованию и самореализации;

- развитие исследовательских умений для эффективной подготовки к зачетам и экзаменам.

Успех студента в изучении курса зависит от систематической индивидуальной деятельности по овладению учебным материалом. Студентам целесообразно наладить творческий контакт с преподавателем, придерживаться его рекомендаций и советов по успешному овладению материалом.

Требования к структуре и оформлению работы.

Данная работа в окончательном варианте, который предоставляется преподавателю, должна быть иметь следующую **структуру**:

Титульный лист (Образец титульного листа определяется Положением об аттестации учебной работы студентов института, и опубликован на сайте www.psysocwork.ru раздел «Учебный процесс» / «самостоятельная работа»).

Работа должна быть представлена на листах формата А4 в печатном варианте с выполнением основных требований оформления документов. Обязателен титульный лист и прилагаемый список литературы.

Устанавливаются следующие требования к **оформлению самостоятельной работы**:

- параметры страницы (210x297 мм) А4;
- интервал полуторный;
- шрифт 12, Times New Roman;
- поля страницы: левое – 2 см, правое – 1,5 см, верхнее – 2 см, нижнее – 2 см.
- все страницы должны иметь сквозную нумерацию арабскими цифрами в верхнем правом углу.

3.1. Задания для самостоятельной работы по каждой теме (разделу) учебно-тематического плана

Задание к теме 1 «Личностный рост: определение, подходы, критерии»

Используя одну из теоретических моделей личностного роста, проанализируйте жизненный путь литературного персонажа или исторического лица. Результаты анализа

изложите не менее чем на 3 страницах, где обязательно должны быть раскрыты следующие вопросы:

- указание теоретической модели личностного роста, использованной в анализе;
- признаки наличия личностного роста на жизненном пути анализируемого лица с указанием примеров (фактов биографии и/или поведения);
- факторы, способствовавшие личностному росту анализируемого лица с указанием примеров их действия;
- барьеры личностного роста в развитии анализируемого лица с указанием примеров препятствующего росту влияния; примеры преодоления барьеров.

Задание к теме 2 «Тренинг личностного роста как форма работы практического психолога: история, область применения, цели, задачи, технологии и техники»

Составьте программу тренингового занятия в рамках гипотетического тренинга личностного роста с обязательным указанием следующих пунктов:

- Цель и задачи тренингового занятия.
- Положение и назначение данного тренингового занятия в общей структуре гипотетической тренинговой программы.
- Значимые характеристики целевой аудитории.
- Длительность тренингового занятия, временная структура занятия.
- Условия и средства, необходимые для проведения тренинга.
- План-макет тренингового занятия с указанием последовательности, времени выполнения, назначения и содержания тренинговой работы (заданий, упражнений и игр).

Задание к теме 3 «Программы тренинга личностного роста: создание и экспертиза»

Проведите экспертизу рекламного объявления о проведении тренингов личностного роста в сети интернет (текст объявления приведите в работе с ссылкой на интернет-ресурс).

При анализе ответьте на следующие вопросы:

- На базе какой организации организуется тренинг?
- Какова протяженность и структура тренинга?
- Каковы заявленные цели и задачи тренинга?
- Какова целевая аудитория тренинга?
- Какова стоимость участия в тренинге?
- Каковы заявленные преимущества предлагаемой тренинговой программы?
- Каково толкование авторами личностного роста? Соответствует ли оно Вашему пониманию личностного роста?
- Каковы достоинства и недостатки предлагаемой программы с точки зрения теории

психологического тренинга?

3.2. Критерии оценки результатов выполнения самостоятельной работы

Оценка самостоятельной работы осуществляется в соответствии с Положением об аттестации учебной работы студентов института в рамках балльно-рейтинговой системы оценки учебной работы студентов.

Баллы БРС присваиваются следующим образом:

- 30 баллов – самостоятельная работа выполнена в срок, в полном объеме, все работы достойны отличной оценки;
- 25 баллов – самостоятельная работа выполнена в срок, в полном объеме, все работы в среднем достойны хорошей оценки;
- 20 баллов – самостоятельная работа выполнена в срок, в полном объеме, все работы в среднем достойны удовлетворительной оценки;
- 10 баллов – самостоятельная работа выполнена в срок, в не полном объеме (не менее 75% заданий), все работы в среднем достойны оценки не ниже хорошей;
- 0 баллов – самостоятельная работа выполнена в срок, в полном объеме, все работы в среднем достойны неудовлетворительной оценки.

РАЗДЕЛ 4. Фонд оценочных средств

4.1. Материалы, обеспечивающие методическое сопровождение оценки качества знаний по дисциплине на различных этапах ее освоения

К основным формам контроля, определяющим процедуры оценивания знаний, умений, навыков, характеризующих этапы формирования компетенций по дисциплине «Введение в профессию» относится рубежный контроль (тест минимальной компетентности), промежуточная аттестация в форме экзамена по дисциплине.

Критериями и показателями оценивания компетенций на различных этапах формирования компетенций являются:

- знание терминов, понятий, категорий, концепций и теорий по дисциплине;
- понимание связей между теорией и практикой;
- сформированность аналитических способностей в процессе изучения дисциплины;
- знание специальной литературы по дисциплине.

Шкала оценивания компетенций на различных этапах их формирования включает следующие критерии:

- полное соответствие;
- частичное соответствие;

- несоответствие.

4.2. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения дисциплины

Тема (раздел) дисциплины (указывается номер темы, название)	Компетенции по дисциплине
Тема 1. Личностный рост: определение, подходы, критерии	ПК-6
Тема 2. Тренинг как технология практической психологии	ПК-6
Тема 3. Программы тренинга личностного роста: создание и экспертиза	ПК-6

4.3. Описание форм аттестации текущего контроля успеваемости (рубежного контроля) и итогового контроля знаний по дисциплине (промежуточной аттестации по дисциплине)

Рубежный контроль (текущий контроль успеваемости) – задания или иные варианты контроля успеваемости студентов, проводимых преподавателем в процессе изучения дисциплины в форме проверочной (контрольной) работы или теста минимальной компетентности.

Рубежный контроль проводится в форме теста минимальной компетентности, студентам предлагается ответить на 10 закрытых вопросов с выбором одного ответа на каждый.

Тест проводится на занятии, вопросы проецируются на экране, время ответа 35 секунд.

Необходимо ответить на 7 вопросов из 10.

Промежуточная аттестация по дисциплине проводится в форме экзамена, предполагающего устный ответ на два теоретических вопроса.

4.4. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения дисциплины

Контроль качества усвоения знаний по дисциплине проводится в форме экзамена.

Экзамен организуется в виде публичной защиты проекта-презентации тренинга личностного роста в виде рекламного проспекта для потенциального потребителя (10-15 слайдов). В проекте обязательно осветить следующие вопросы:

- Каково Ваше понимание личностного роста? Какой позиции/концепции Вы придерживаетесь?

- На базе какой организации организуется тренинг?

- Какова целевая аудитория тренинга?

- Каковы цель и задачи тренинга?
- Какова протяженность тренинга?
- Какова протяженность и структура тренинга? План-макет тренинговых модулей/занятий.

- Какова стоимость участия в тренинге?
- Каковы преимущества предлагаемой тренинговой программы?
- Планируется ли посттренинговое сопровождение?
- Каковы условия и средства, необходимые для проведения тренинга?

Критерии оценки проектов

- Наличие ответов на все пункты задания.
- Полнота ответов на все пункты задания.
- Оригинальность проекта.
- Обоснованность предложенных программ.
- Опора на достижения в теории и практике организации тренинговой работы.
- Глубина проработки предложенных идей.

Примерные вопросы к экзамену

1. Личностный рост в системе понятий психологии личности.
2. Зрелость личности – особая форма развития и результат развития личности.
3. Подходы к выделению критериев личностного роста в отечественных теоретических концепциях психологии.
4. Проблема механизмов личностного роста.
5. Проблема психологической помощи и воздействия в сфере личностного роста.
6. Проблема диагностики личностного роста в практике работы психолога.
7. Тренинг как технология практической психологии.
8. Основные формы тренинговой работы, их цели и задачи, сфера применения.
9. Тренинги навыков.
10. Психотерапевтические группы.
11. Обучающие группы.
12. Психодинамические группы.
13. Группы тренинга личностного роста.
14. Групповая динамика в психологическом тренинге: закономерности и управление.
15. Организационные особенности групповой работы.
16. Правила ведения тренинга.

17. Принципы подбора тренинговых упражнений и игр.
18. Правила организации тренинговых занятий.
19. Требования к помещению для проведения тренинговых занятий.
20. Принципы формирования формирования группы.
21. Этапы групповой динамики во время проведения тренинга.
22. Этические нормы при проведении тренинговой работы.
23. Психотерапевтические факторы группы и личностный рост.
24. Сфера применения тренинга личностного роста в практике работы психолога.
25. Экспертиза программ тренинга личностного роста.
26. Виды тренинговых групп: классификации по различным основаниям.
27. Работа с целеполаганием участников группы.
28. Подведение итогов тренинговой работы.
29. Принципы завершения работы группы.
30. Методы оценки эффекта тренинговой работы.
31. Противопоказания к участию в тренинговой работе.

Пример типового задания в форме теста для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья

Тест 1. Выберите один правильный ответ.

К основным методологическим принципам тренинга относятся:

- А) Принцип активности
- Б) Принцип исследовательской (творческой позиции)
- В) Принцип партнерского (субъект-субъектного) общения
- Г) Принцип целевой рефлексии групповой работы
- Д) **Все варианты верны**

Тест 2. Выберите один правильный ответ.

К основным правилам поведения в тренинговой группе относятся:

- А) Правило активности
- Б) Правила равноценности
- В) Единая форма обращения друг к другу
- Г) Правило «здесь и теперь»
- Д) Правила конфиденциальности
- Е) **Все варианты верны**

Пример типового практико-ориентированного задания

Типовое задание 1.

Проанализируйте жизненную ситуацию клиента:

Подросток нуждается в развитии навыков общения со сверстниками

Выберите технологию работы с клиентом:

- А) индивидуальное консультирование
- Б) **психологический тренинг**
- В) помощь в преодолении личного кризиса

Типовое задание 2. Проанализируйте ситуацию.

В тренинговом процессе при обсуждении спорного вопроса (дискуссии) вы будете, в своей инструкции, ориентировать участников группы:

- А) активно отстаивать свою точку зрения
- Б) **учитывать мнение каждого, дать возможность высказаться каждому**
- В) соблюдать регламент, ориентироваться на время выполнения задания

РАЗДЕЛ 5. Глоссарий

АНАЛИТИЧЕСКАЯ ПСИХОЛОГИЯ – теория личности Юнга, в которой придается большое значение противоборствующим силам внутри личности и стремлению к обретению самости (индивидуальности) посредством процесса индивидуации.

АРХЕТИП – термин аналитической психологии Юнга, ее центральное понятие – первообраз, структурный элемент психики, образец поведения, мышления, восприятия относительно какого-либо объекта или ситуации, скрытый в коллективном бессознательном.

БАЗАЛЬНАЯ ТРЕВОГА – в теории Хорни – всепроникающее чувство одиночества и изоляции во враждебном мире.

БАЗАЛЬНОЕ ДОВЕРИЕ – в теории Эриксона – внутреннее ощущение, что социальный мир - это безопасное и стабильное место, где люди заботливы и надежны.

БЕГСТВО ОТ СВОБОДЫ – по Фромму – понятие и концепция, фиксирующие и объясняющие причины и механизмы действия динамических факторов психики, побуждающих человека к добровольному отказу от свободы с целью избавления от чувства одиночества и отчужденности от других людей.

ДИСПОЗИЦИОНАЛЬНОЕ НАПРАВЛЕНИЕ – теория Олпорта, особо выделяющая устойчивые черты личности, обеспечивающие постоянство поведения с течением времени и с изменением ситуаций.

ИНДИВИДУАЛЬНАЯ ПСИХОЛОГИЯ – теория личности Адлера, в которой подчеркивается уникальность каждого человека и тех процессов, с помощью которых люди стремятся к достижению жизненных целей.

ИНДИВИДУАЦИЯ – термин, использованный Юнгом для обозначения процесса интеграции противоположно направленных элементов личности на пути к преобразованию ее в единое целое.

ИНТЕНЦИОНАЛЬНОСТЬ (Intentionality). Структура, в которой мы осмысливаем свой прошлый опыт и соответственно представляем себе будущее. Вне этой структуры невозможен ни сам выбор, ни его дальнейшая реализация. Поступок подразумевает интенциональность, так же как и интенциональность подразумевает поступок.

КОЛЛЕКТИВНОЕ БЕССОЗНАТЕЛЬНОЕ – по Юнгу – особая форма общественного существования бессознательного как накопителя, хранителя и носителя генетически наследуемого опыта филогенетического развития человечества.

КОМПЛЕКС НЕПОЛНОЦЕННОСТИ – в теории Адлера – глубокое чувство собственной неполноценности по сравнению с другими людьми.

КОМПЛЕКС ПРЕВОСХОДСТВА – в теории Адлера – тенденция преувеличивать собственную значимость с целью преодоления постоянного ощущения неполноценности.

КОМПЛЕКС ЭЛЕКТРЫ – в теории Фрейда женский вариант Эдипова комплекса – бессознательное эротическое влечение девочки к отцу и связанные с ним негативные установки к матери.

КОНЦЕПЦИЯ ОТНОШЕНИЙ ЛИЧНОСТИ – концепция Мясичева, согласно которой психологическое ядро личности есть индивидуально-целостная система ее субъективно-оценочных, сознательно-избирательных отношений к действительности, представляющая собой интериоризованный опыт взаимоотношений с другими людьми в условиях социального окружения.

ЛИЧНОСТНЫЙ КОНСТРУКТ – в теории Келли – создаваемый субъектом классификационно-оценочный эталон, посредством которого осуществляется интерпретация, понимание и оценка объектов мира, других людей и своего жизненного опыта.

ЛОГОТЕРАПИЯ – в теории Франкла – направление психотерапии, ориентированное на исследование смыслозначимых характеристик существования и на оказание помощи в поиске и осознании смысла жизни.

НЕВРОТИЧЕСКАЯ ТРЕВОГА (Neurotic anxiety). Реакция, непропорциональная угрозе, вызывающая подавление и другие формы внутриспсихических конфликтов (intrapsychic conflict) и управляемая разнообразными формами блокирования (blocking-off) действий и понимания.

НОРМАЛЬНАЯ ТРЕВОГА (Normal anxiety). Реакция, пропорциональная угрозе, не вызывающая подавления, которой можно конструктивно противостоять на сознательном уровне. Нормальная тревога, согласно Мэю, — условие любого творчества.

САМОАКТУАЛИЗУЮЩАЯСЯ ЛИЧНОСТЬ – в теории Маслоу - человек, удовлетворивший свои дефицитарные потребности и развивший максимально свой потенциал; человек, вышедший на уровень самоактуализации.

САМОСТЬ – в теории Юнга – своеобразный центр коллективного бессознательного, его центральный архетип - недостижимая инстанция в процессе индивидуализации, центр структуры личности, в котором интегрируются все противоборствующие силы.

ТРЕВОГА (Anxiety). Опасение, вызванное угрозой каким-то ценностям, которые человек считает важными для своего существования как личности. Мэй выделяет два вида тревоги: нормальную и невротическую.

ЭГО-ИДЕНТИЧНОСТЬ – в теории Эриксона – совокупность представлений о себе, дающий возможность чувствовать свою уникальность и аутентичность.

ЭДИПОВ КОМПЛЕКС – в теории Фрейда - бессознательное эротическое влечение мальчика к матери и связанное с ним агрессивное чувство к отцу.

ЖИЗНЕННЫЙ ПУТЬ ЛИЧНОСТИ – понятие, описывающее прогресс индивидуального развития человека от рождения до смерти; в концепции Рубинштейна - это путь становления индивидуальности личности.

ИНДИВИД – биологическая сущность человека; по Ананьеву и Леонтьеву – понимание человека как представителя вида *Homo sapiens*.

ИНДИВИДУАЛЬНОСТЬ – это неповторимое сочетание в человеке его индивидуальных, личностных и субъектных черт.

ЛИЧНОСТНЫЙ СМЫСЛ – переживание повышенной личностной значимости предмета, действия или события, оказавшихся в поле действия ведущего мотива.

ЛИЧНОСТЬ – (в широком смысле) – общественная сущность человека; социальный индивид, субъект общественных отношений. Определения личности: 1/ по Рубинштейну - целостная совокупность внутренних условий, определяющих закономерности психических процессов и их развития; 2/ по Мясищеву – система отношений, структурированных по степени обобщенности: от связей человека с отдельными сторонами действительности до связей со всей действительностью в целом; 3/ по Леонтьеву – качественно новое образование человека, формирующееся благодаря жизни в обществе через деятельность с другими людьми; 4/ по Ананьеву – социальный индивид, объект и субъект общественно-исторического процесса.

ЛОКУС КОНТРОЛЯ – в теории социального научения Роттера – обобщенное восприятия того, в какой степени человек контролирует подкрепления в своей жизни.

ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ЗРЕЛОСТЬ – уровень личностного развития, характеризующийся развитым чувством ответственности, способностью к активному участию в социальной жизни, эффективному использованию знаний и способностей, умением устанавливать близкие

эмоциональные отношения с другими, способности к конструктивному решению различных жизненных задач на пути к полноте самореализации.

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ ВОЗРАСТ – в отличие от возраста хронологического это понятие обозначает определенную, качественно своеобразную ступень онтогенетического развития, обуславливаемую закономерностями развития личности, условиями жизни, обучения и воспитания.

САМОАКТУАЛИЗАЦИЯ – стремление человека к возможно более полному выявлению и развитию своих личностных возможностей.

УСТАНОВКА – по Узнадзе – готовность, предрасположенность субъекта к восприятию будущих событий и действиям в определенном направлении; обеспечивает устойчивый целенаправленный характер протекания соответствующей деятельности, служит основной целесообразной избирательной активности человека.

ЭКЗОПСИХИКА - в концепции Лазурского - внешний механизм человеческой психики, определяющийся отношениями личности со средой, зависит от внешних условий.

ЭНДОПСИХИКА – в концепции Лазурского – ядро личности; внутренний механизм человеческой психики, проявляющейся в психических функциях: внимании, памяти, эмоциональности, волевых усилиях, способностях, характере.

РАЗДЕЛ 6. Информационное обеспечение дисциплины**6.1. Перечень рекомендуемой литературы, необходимой для освоения дисциплины**

№	Наименование издания	Тема 1	Тема 2	Тема 3
Основная литература				
1	Зельдович, Б. З. Активные методы обучения: учебное пособие для вузов / Б. З. Зельдович, Н. М. Сперанская. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2019. — 201 с. — (Образовательный процесс). — ISBN 978-5-534-11754-7. — Текст: электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: https://biblio-online.ru/bcode/446059	+	+	+
2	Кларин, М. В. Корпоративный тренинг, наставничество, коучинг: учебное пособие для бакалавриата и магистратуры / М. В. Кларин. — Москва: Издательство Юрайт, 2019. — 288 с. — (Бакалавр и магистр. Модуль). — ISBN 978-5-534-02811-9. — Текст: электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: https://biblio-online.ru/bcode/437296	+	+	+
3	Слотина Т.В. Психология личности [Электронный ресурс]: учебное пособие /Т.В. Слотина. — Санкт-Петербург: Питер 2017. — 448 с. – Режим доступа: https://ibooks.ru/reading.php?productid=354056	+	+	+
Дополнительная литература				
1	Акимова А.Р. Психология тренинга: исследование субъективных и объективных компонентов эффективности [Электронный ресурс]: монография / А.Р. Акимова.– М.: ФЛИНТА, 2014. – 119 с. — Режим доступа: https://ibooks.ru/reading.php?productid=344749	+	+	+
2	Григорьев, Н.Б. Психотехнологии группового тренинга [Электронный ресурс]: учебное пособие / Н. Б. Григорьев. - СПб.: СПбГИПСР, 2008. - 176 с. — Режим доступа: https://ibooks.ru/reading.php?productid=24785	+	+	+
3	Основы социально-психологического тренинга [Электронный ресурс]: учебное пособие / авт.-сост. М. А. Василенко. – Ростов н/Д: Феникс, 2014. – 125 с. — Режим доступа: https://ibooks.ru/reading.php?productid=341399	+	+	+
4	Прорыв! 11 лучших тренингов по личностному росту [Электронный ресурс] / А. Парабеллум, Н. Мрочковский, А. Толкачев, О. Горячо. – СПб.: Питер, 2012. - 352 с. — Режим доступа: https://ibooks.ru/reading.php?productid=26110	+	+	+

6.2. Перечень ресурсов информационно-коммуникационной сети «Интернет», используемых при освоении дисциплины

1. Новости науки [Электронный ресурс]: психология // Элементы. – Режим доступа: https://elementy.ru/novosti_nauki/t/116855/Psikhologiya– Загл. с экрана.
2. Психология [Электронный ресурс]: портал // Постнаука. – Режим доступа: <https://postnauka.ru/themes/psihologiya> – Загл. с экрана.
3. Психология на русском языке [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.psychology.ru/> – Загл. с экрана.
4. Психология человека [Электронный ресурс] Режим доступа: <https://4brain.ru/psy/> – Загл. с экрана.
5. Флогистон: психология из первых рук [Электронный ресурс]. – 1998- . - Режим

доступа: <http://flogiston.ru/> . – Загл. с экрана.

6.3. Перечень программного обеспечения, профессиональных баз данных и информационных справочных систем, необходимых для изучения дисциплины

В рамках дисциплины используется следующее лицензионное программное обеспечение: MS OFFICE – Word, Excel, PowerPoint.

В учебном процессе используются следующие информационные базы данных и справочные системы:

East View [Электронный ресурс]: information services. – Электрон. текстовые дан. – Режим доступа: <https://dlib.eastview.com/browse/udb/12> . – Загл. с экрана.

Ibooks.ru [Электронный ресурс]: электронно-библиотечная система. – Электрон. текстовые дан. – Режим доступа: <https://ibooks.ru> – Загл. с экрана.

Гарант [Электронный ресурс]: информационно-правовое обеспечение. – Электрон. текстовые дан. – Режим доступа: <http://cloud.garant.ru/#/startpage:0> . – Загл. с экрана.

Электронная библиотека СПбГИПСР [Электронный ресурс]. – Электрон. текстовые дан. – Режим доступа: http://lib.gipsr.ru:8087/jirbis2/index.php?option=com_irbis&view=irbis&Itemid=456 – Загл. с экрана.

Электронный каталог библиотеки СПбГИПСР [Электронный ресурс]. – Электрон. текстовые дан. – Режим доступа: http://lib.gipsr.ru:8087/jirbis2/index.php?option=com_irbis&view=irbis&Itemid=435 . - Загл. с экрана.

ЮРАЙТ [Электронный ресурс]: электронно-библиотечная система. – Электрон. текстовые дан. – Режим доступа: <https://biblio-online.ru/> – Загл. с экрана.

Заведующая библиотекой

_____ Г.Л. Горохова

(подпись, расшифровка)