|  |
| --- |
|  Министерство науки и высшего образования Российской Федерации Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Ростовский государственный экономический университет (РИНХ)»  |
|  |  УТВЕРЖДАЮ Директор Таганрогского института имени А.П. Чехова (филиала) РГЭУ (РИНХ) \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Голобородько А.Ю. «\_\_\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 20\_\_\_г. |
|  |
|  |  |
|  **Рабочая программа дисциплины** **Тренинг личностного роста** |
|  |  |
|  направление 37.03.01 Психология направленность (профиль) |
|  |  |
|  Для набора \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ года |
|  |  |
|  Квалификация Бакалавр |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  УП: 37.03.01-19-3-ПСХZ.plx |  |  |  стр. 2 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  КАФЕДРА |  |  **психологии** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  **Распределение часов дисциплины по курсам** |  |  |  |  |  |
|  Курс |  **4** |  Итого |  |  |  |  |  |
|  Вид занятий |  УП |  РП |  |  |  |  |  |
|  Практические |  8 |  |  8 |  |  |  |  |  |  |
|  Итого ауд. |  8 |  8 |  8 |  8 |  |  |  |  |  |
|  Кoнтактная рабoта |  8 |  8 |  8 |  8 |  |  |  |  |  |
|  Сам. работа |  96 |  96 |  96 |  96 |  |  |  |  |  |
|  Часы на контроль |  4 |  4 |  4 |  4 |  |  |  |  |  |
|  Итого |  108 |  108 |  108 |  108 |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  **ОСНОВАНИЕ** |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  Учебный план утвержден учёным советом вуза от 30.08.2021 протокол № 1.   Программу составил(и): Доц., Мищенко В. И. \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  Зав. кафедрой: Холина О. А. \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  УП: 37.03.01-19-3-ПСХZ.plx |  |  |  |  |  |  стр. 3 |
|  **1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ** |
|  1.1 |  повышение уровня личностной зрелости студентов, а также их профессиональной компетентности в области применения групповых методов психологического воздействия с целью личностного роста в будущей практической деятельности. |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  **2. ТРЕБОВАНИЯ К РЕЗУЛЬТАТАМ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ** |
|  **ПК-10:способностью к проектированию, реализации и оценке учебно-воспитательного процесса, образовательной среды при подготовке психологических кадров с учетом современных активных и интерактивных методов обучения и инновационных технологий** |
|  **ПСК-5:осуществлению психологического консультирования, проведению тренингов, выполнению психологической коррекции** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  **В результате освоения дисциплины обучающийся должен:** |
|  **Знать:** |
|  технологию выполнения психологической экспертизы, осуществления психологического консультирования, проведения тренингов; направления просветительской деятельности среди населения с целью повышения уровня психологической культуры общества; базовые процедуры анализа проблем человека, социализации индивида, профессиональной и образовательной деятельности, функционированию людей с ограниченными возможностями, в том числе и при различных заболеваниях. |
|  **Уметь:** |
|  выполнять психологическую экспертизу, осуществлять психологическое консультирование, проводить тренинги; организовывать и проводить просветительскую деятельность среди населения с целью повышения уровня психологической культуры общества; выполнять базовые процедуры анализа проблем человека, социализации индивида, профессиональной и образовательной деятельности, функционированию людей с ограниченными возможностями, в том числе и при различных заболеваниях. |
|  **Владеть:** |
|  выполнения психологической экспертизы, осуществления психологического консультирования, проведения тренингов; просветительской деятельности среди населения с целью повышения уровня психологической культуры общества; реализации базовых процедур анализа проблем человека, социализации индивида, профессиональной и образовательной деятельности, функционированию людей с ограниченными возможностями, в том числе и при различных заболеваниях. |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  **3. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ** |
|  **Код занятия** |  **Наименование разделов и тем /вид занятия/** |  **Семестр / Курс** |  **Часов** |  **Компетен-** **ции** |  **Литература** |
|  |  **Раздел 1.** |  |  |  |  |
|  1.1 |  Тренинг личностного роста как объект и предмет психологический теории и практики. Понятие тренинга. Исторический аспект развития тренинга. Место тренинга личностного роста в подготовке и переподготовке специалистов помогающих профессий. Классификации тренинговых групп: тренинговые группы различного теоретического основания; тренинговые группы с позиции способов реализации их целей; тренинговые группы психологического просвещения. Процесс группового тренинга. Сущность психологического тренинга. Специфика тренинга личностного роста. Отличия тренинга личностного роста от других форм психологического развития. /Лаб/ |  4 |  2 |  |  Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.4 Л2.7 Л2.9 |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  УП: 37.03.01-19-3-ПСХZ.plx |  |  |  |  |  |  стр. 4 |
|  1.2 |  Принципы и правила тренинга личностного роста. Сравнительный анализ принципов на основе различных теоретических моделей психологического тренинга. Классификации принципов психологического тренинга с позиции развития самосознания (И.В. Вачков, Б.М. Мастеров, С.И. Макшанов и др.). Классификация принципов психологического тренинга с позиции развития самосознания специалиста помогающих профессий (Гуггенбюль, КрейгА., М.Р. Битянова, Н.В. Самоукина, В.А. Ясвин и др.). Правила и принципы проведения тренинга личностного роста. Организация тренинга личностного роста в учебном процессе. Социально- психологическая этика тренинга личностного роста в учебной группе. /Лаб/ |  4 |  2 |  |  Л1.1Л2.4 |
|  1.3 |  Методические основы тренинга личностного роста. Классификация методов с позиции различных теоретических оснований (психоанализ, гештальт-подход, личностно- центрированный, рационально-эмоционально-поведенческий подходы). Основные методы группового психологического тренинга. Игровые методы. Методы арт-терапии в психологическом тренинге. Методы, стимулирующие развитие профессионального самосознания и самовыражения. /Лаб/ |  4 |  2 |  |  Л1.2Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.9 Л2.10 |
|  1.4 |  Практика применения элементов тренинга личностного роста в работе юридического психолога. Возможности решения социально-психологических и личностных конфликтов. Осознание особенностей своей личности и своих отношений с другими людьми, своих жизненных стратегий и моделей поведения. /Лаб/ |  4 |  2 |  |  Л1.1Л2.6 Л2.8Л3.1 Л3.2 |
|  1.5 |  Социально-психологический тренинг как активная форма обучения. История СПТ в контексте тренингового движения. Идейное, философское основание основных правил и норм СПТ. /Ср/ |  4 |  20 |  |  Л1.1 |
|  1.6 |  Личностный рост и условия его развития. Личность и ее понимание в различных психологических концепциях. Понятие о личности. Свойства личности. Современная Психоаналитическая типология личности по Нэнси Мак Вильямс. Трансактный анализ в понимании личности. Гештальт-подход в понимании личности. ГенограммаС.Гингера. Зрелость и ее понимание с разных психологических позиций. Общение как условие личностного роста. Эмпатия, рефлексия как способы восприятия и понимания людьми друг друга при общении. Затруднения в вербализации чувств. Необходимость выражения чувств. Техники эмпатического слушания. Нерефлексивное слушание. Техники рефлексивного слушания (непонимание, отражение, перефразирование, резюмирование, прояснение). Активное слушание. Обратная связь в общении. Открытость, искренность общения без масок. Передача и принятие обратной связи в общении. Конструктивное критическое высказывание. Виды неконструктивной критики. Проявление добрых отношений. Одобрение в управлении и обучении. Структура конструктивного одобрения. Выражение симпатии, доброго отношения. Принятие обратной связи. Психологические механизмы реагирования на критику. Провоцирование критики. Ассертивность. Техники отказа собеседнику. Искусство делать и принимать комплименты. Методы убеждения. Позитивные установки на восприятие критики. Модель ассертивного принятия критики. /Ср/ |  4 |  36 |  |  Л1.2Л2.7 Л2.9 Л2.11 |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  УП: 37.03.01-19-3-ПСХZ.plx |  |  |  |  |  |  |  стр. 5 |
|  1.7 |  Методические основы тренинга личностного роста. Классификация методов с позиции различных теоретических оснований (психоанализ, гештальт-подход, личностно- центрированный, рационально-эмоционально-поведенческий подходы). Основные методы группового психологического тренинга. Игровые методы. Методы арт-терапии в психологическом тренинге. Методы, стимулирующие развитие профессионального самосознания и самовыражения. Биографические методы: «Жизненный путь личности» (А. Кроник); «Биографический метод» (Б.Г. Ананьев, Н.А. Логинова); «Творческая уникальность событиях в жизни» (Е.П. Варламова, С.Ю. Степанов); «Психологическая автобиография» и др. Рефлексивные методы. Рефлексивно-инновационные методы: «Метод рефлексивных инверсий» (С.Ю. Степанов, Е.П. Варламова, А.В. Растянников и др.); «Метод рефлексивных версификаций» (С.Ю. Степанов); «Метод Рефлексивной психоимпровизации» (С.Ю. Степанов); «Рефлексивный полилог» (С.Ю. Степанов, А.В. Растянников) и др. Методы рефлексивной самодиагностики: «Контрасты жизненного пути»; «Контрасты ваших отношений»; «Контрасты школьной жизни контрасты профессионального пути» (Е.П. Варламова, С.Ю. Степанов). Методы личностно- профессиональной идентификации и рефлексии: «Имя и профессия (личностное и профессиональное имя)»; «Моделирование портрета («Я»-«Другие»; «Позитивный портрет (Автопортрет)» «Негативный портрет (Автопортрет)»); «Ценности профессиональной группы»- «Мои ценности»; «Автонатюрморт» и др. (Н.Н. Гавриленко). /Ср/ |  4 |  40 |  |  Л1.1 Л1.2Л2.3 Л2.7 Л2.9 |
|  1.8 |  Зачет /Зачёт/ |  4 |  4 |  |  Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6 Л2.7 Л2.8 Л2.9 Л2.10 Л2.11Л3.1 Л3.2 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  **4. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ** |
|  Структура и содержание фонда оценочных средств для проведения текущей и промежуточной аттестации представлены в Приложении 1 к рабочей программе дисциплины. |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  **5. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ** |
|  **5.1. Основная литература** |
|  |  Авторы, составители |  Заглавие |  Издательство, год |  Колич-во |
|  Л1.1 |  Трифонова Т. А. |  Основы социально-психологического тренинга: учебное пособие |  Казань: Познание (Институт ЭУП), 2008 |  http://biblioclub.ru/index. php? page=book&id=257910 неограниченный доступ для зарегистрированных пользователей |
|  Л1.2 |  Григорьев Н. Б. |  Психотехнологии группового тренинга: учебное пособие |  Санкт-Петербург: Санкт- Петербургский государственный институт психологии и социальной работы, 2008 |  http://biblioclub.ru/index. php? page=book&id=277328 неограниченный доступ для зарегистрированных пользователей |
|  **5.2. Дополнительная литература** |
|  |  Авторы, составители |  Заглавие |  Издательство, год |  Колич-во |
|  Л2.1 |  |  Психологический журнал |  , 1,2017 |  3 |
|  Л2.2 |  |  Психологический журнал |  , 1,2018 |  3 |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  УП: 37.03.01-19-3-ПСХZ.plx |  |  |  |  стр. 6 |
|  |  Авторы, составители |  Заглавие |  Издательство, год |  Колич-во |
|  Л2.3 |  Копытин А. И. |  Практическая арт-терапия: Лечение, реабилитация, тренинг |  Москва: Когито-Центр, 2008 |  http://biblioclub.ru/index. php? page=book&id=56452 неограниченный доступ для зарегистрированных пользователей |
|  Л2.4 |  Марасанов Г. И. |  Социально-психологический тренинг: практическое пособие |  Москва: Когито-Центр, 2001 |  http://biblioclub.ru/index. php? page=book&id=86238 неограниченный доступ для зарегистрированных пользователей |
|  Л2.5 |  Копытин А. И. |  Современная клиническая арт-терапия: учебное пособие |  Москва: Когито-Центр, 2015 |  http://biblioclub.ru/index. php? page=book&id=430542 неограниченный доступ для зарегистрированных пользователей |
|  Л2.6 |  Бобрешова И. П., Воробьев В. К. |  Конфликтология. Практикум: учебное пособие |  Оренбург: Оренбургский государственный университет, 2015 |  http://biblioclub.ru/index. php? page=book&id=438981 неограниченный доступ для зарегистрированных пользователей |
|  Л2.7 |  Абрамова Г. С. |  Практическая психология: учебное пособие |  Москва: Прометей, 2018 |  http://biblioclub.ru/index. php? page=book&id=483174 неограниченный доступ для зарегистрированных пользователей |
|  Л2.8 |  Шарков Ф. И., Сперанский В. И. |  Общая конфликтология: учебник |  Москва: Дашков и К°, 2018 |  http://biblioclub.ru/index. php? page=book&id=495829 неограниченный доступ для зарегистрированных пользователей |
|  Л2.9 |  Обухова Ю. В. |  Практическая психология личности: драматические и игровые техники в работе психолога: учебное пособие |  Ростов-на-Дону|Таганрог: Южный федеральный университет, 2018 |  http://biblioclub.ru/index. php? page=book&id=499916 неограниченный доступ для зарегистрированных пользователей |
|  Л2.10 |  Тимофеев И. А. |  Арт-терапия как средство коррекции тревожности младших школьников: выпускная квалификационная работа: студенческая научная работа |  Нижний Тагил: б.и., 2019 |  http://biblioclub.ru/index. php? page=book&id=561862 неограниченный доступ для зарегистрированных пользователей |
|  Л2.11 |  Капустина В. А. |  Психология общения: учебное пособие |  Новосибирск: Новосибирский государственный технический университет, 2018 |  http://biblioclub.ru/index. php? page=book&id=576325 неограниченный доступ для зарегистрированных пользователей |
|  **5.3. Методические разрабоки** |
|  |  Авторы, составители |  Заглавие |  Издательство, год |  Колич-во |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  УП: 37.03.01-19-3-ПСХZ.plx |  |  |  |  стр. 7 |
|  |  Авторы, составители |  Заглавие |  Издательство, год |  Колич-во |
|  Л.1 |  Ушамирская Г. |  Социальная психология. Конфликтология. Сборник студенческих работ: студенческая научная работа |  Москва: Студенческая наука, 2012 |  http://biblioclub.ru/index. php? page=book&id=228062 неограниченный доступ для зарегистрированных пользователей |
|  Л.2 |  Белашева И. В., Бакунова И. В., Горовая В. И., Ершова Д. А., Есаян М. Л. |  Конфликтология: психологические теории, системы, технологии: коллективная монография: монография |  Ставрополь: Северо- Кавказский Федеральный университет (СКФУ), 2018 |  http://biblioclub.ru/index. php? page=book&id=563064 неограниченный доступ для зарегистрированных пользователей |
|  **5.3 Профессиональные базы данных и информационные справочные системы** |
|  https://psytests.org - База данных психологических тестов онлайн |
|  **5.4. Перечень программного обеспечения** |
|  Microsoft Office |
|  **5.5. Учебно-методические материалы для студентов с ограниченными возможностями здоровья** |
|  При необходимости по заявлению обучающегося с ограниченными возможностями здоровья учебно-методические материалы предоставляются в формах, адаптированных к ограничениям здоровья и восприятия информации. Для лиц с нарушениями зрения: в форме аудиофайла; в печатной форме увеличенным шрифтом. Для лиц с нарушениями слуха: в форме электронного документа; в печатной форме. Для лиц с нарушениями опорно-двигательного аппарата: в форме электронного документа; в печатной форме. |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  **6. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)** |
|  Специальные помещения представляют собой учебные аудитории для проведения лабораторных работ, текущего контроля и промежуточной аттестации, а также помещения для самостоятельной работы и помещения для хранения и профилактического обслуживания учебного оборудования. Специальные помещения укомплектованы мебелью и техническими средствами обучения, служащими для представления учебной информации большой аудитории. Лабораторные занятия по дисциплине проводятся в специализированных аудиториях, оборудованных для организации групповых тренинговых занятий. |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  **7. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)** |
|  Методические указания по освоению дисциплины представлены в Приложении 2 к рабочей программе дисциплины. |