|  |  |
| --- | --- |
| 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: 37.03.01-20-2-ПСХZ.plx | | | | | | | |  |  | стр. 2 | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| КАФЕДРА |  | **психологии** | | | | | | | | |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Распределение часов дисциплины по курсам** | | | | | | |  |  |  |  |  |
| Курс | | | **4** | | Итого | |  |  |  |  |  |
| Вид занятий | | | УП | РП |  |  |  |  |  |
| Практические | | | 8 | 8 | 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: 37.03.01-20-2-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** | | | | | | | | |
| **ПСК-5:осуществлению психологического консультирования, проведению тренингов, выполнению психологической коррекции** | | | | | | | | |
| **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** | | | | | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **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.  /Пр/ | | 4 | 2 | ПСК-5 ПК- 10 | Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.4 Л2.7 Л2.9 | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| УП: 37.03.01-20-2-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.  /Пр/ | | 4 | 2 | ПСК-5 ПК- 10 | 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. /Пр/ | | 4 | 2 | ПСК-5 ПК- 10 | 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.  /Пр/ | | 4 | 2 | ПСК-5 ПК- 10 | 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 | ПСК-5 ПК- 10 | 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 | 30 | ПСК-5 ПК- 10 | Л1.2Л2.7 Л2.9 Л2.11 | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| УП: 37.03.01-20-2-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 | 46 | ПСК-5 ПК- 10 | | Л1.1 Л1.2Л2.3 Л2.7 Л2.9 | |
| 1.8 | | Зачет /Зачёт/ | | | 4 | 4 | ПСК-5 ПК- 10 | | 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: 37.03.01-20-2-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: 37.03.01-20-2-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. | | | | | | |