

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Тамбовский государственный университет имени Г.Р.Державина»
Педагогический институт
Кафедра социальной и возрастной психологии

УТВЕРЖДАЮ:
Директор Педагогического института
Т.И. Гущина
«28» декабря 2020 г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по дисциплине ФДТ.1

«Тренинги личностно-профессионального роста»

Направление подготовки:

37.06.01 - Психологические науки

Направленность (профиль)

«Психология развития, акмеология»

Уровень высшего образования

подготовка кадров высшей квалификации
по программам подготовки
научно-педагогических кадров в аспирантуре

Форма обучения

очная, заочная

Год набора

2020

Автор программы:

Доктор психологических наук, профессор Н.А. Коваль

Рабочая программа составлена в соответствии с ФГОС ВО по направлению подготовки 37.06.01 - Психологические науки (уровень - подготовка кадров высшей квалификации) (приказ Минобрнауки РФ от 30 июля 2014 г. № 897).

Рабочая программа принята на заседании кафедры социальной и возрастной психологии «25» декабря 2020 года, протокол № 5.

СОДЕРЖАНИЕ

СОДЕРЖАНИЕ

1. Цели и задачи дисциплины
2. Место дисциплины в структуре ОП аспирантуры
3. Объем и содержание дисциплины
4. Контроль знаний обучающихся
5. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины
6. Материально-техническое обеспечение дисциплины, программное обеспечение, профессиональные базы данных и информационные справочные системы

1. Цели и задачи дисциплины

1.1 Цель дисциплины - формирование у аспирантов целостного теоретического представления об основах тренинга личностно-профессионального роста, его целях, задачах, общих принципах, а также его видах, направлениях и возможностях применения в различных областях..

1.2 Виды и задачи профессиональной деятельности по дисциплине:

научно-исследовательская деятельность в области психологических наук:

- ознакомление аспирантов с историей возникновения тренинговой работы и ее отличиями от других видов психологического воздействия, видами и основными направлениями тренинга личностно-профессионального роста, основными стадиями развития группы тренинга, ролью и функциями ведущего тренинга личностного роста;
- научить аспирантов разрабатывать программу тренинга личностно-профессионального роста в соответствии с конкретными целями и задачами;
- помогать осуществлять подготовку и проводить тренинги личностно-профессионального роста;
- пользоваться психологическими технологиями, обеспечивающими управление групповыми процессами, а также навыками, необходимыми практическому психологу в тренинговой и развивающей работе.

1.3 В результате освоения дисциплины у обучающихся должны быть сформированы следующие компетенции:

Код и наименование компетенции ФГОС ВО	Планируемые результаты обучения по дисциплине, необходимые для формирования компетенции
ПК-4 Способность к выявлению закономерностей и механизмов, обеспечивающих возможность достижения высшей ступени («акме») индивидуального развития	<p>Знает и понимает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - теорию и практику создания психологических, акмеологических служб, ориентированных на оптимизацию психического развития человека на разных стадиях этого процесса Код 31(ПК-4) - научные проблемы феноменологии «акме», определение его сущностных характеристик на уровне индивида, субъекта деятельности, личности, индивидуальности, группы, общности Код 32(ПК-4) - зависимости между индивидуальными, личностными и субъективными характеристиками взрослого человека и особенностями его формирования, развития на этапах, предшествующих зрелости и зрелости Код 33(ПК-4)
	<p>Умеет (способен продемонстрировать):</p> <ul style="list-style-type: none"> - изучать и описывать различные виды профессиональной деятельности Код У1(ПК-4) - выявлять и анализировать общее, особенное и единичное в достижении «акме» как человека, так и социальными общностями Код У2(ПК-4)
	<p>Владет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - техниками и технологиями личностного и профессионального роста Код В1(ПК-4) - технологией разработки акмеограмм, карьерограмм и профессиограмм в различных сфера профессиональной деятельности Код

	В2(ПК-4) - алгоритмами продуктивного решения профессиональных задач и путей овладения мастерством, профессиональной культурой (в разных профессиях и на разных этапах взрослости Код В3(ПК-4)
ПК-5 Способность к разработке методов исследования и диагностике психического развития человека	Знает и понимает: - основные стратегии смены профессии, непрерывного профессионального образования Код 31(ПК-5) - основные методы психологического сопровождения и оптимизации показателей развития на всех этапах онтогенеза и жизненного пути Код 32(ПК-5) - основные стратегии внедрения психологических, акмеологических знаний в практику Код 33(ПК-5) Умеет (способен продемонстрировать): - выявлять количественное и качественное своеобразие социальных общностей людей, организаций на разных ступенях их развития Код У1(ПК-5) - использовать основные средства создания программно-целевого моделирования и прогнозирования профессиональной деятельности Код У2(ПК-5) - использовать на практике в разных сферах профессиональной деятельности программы тренингов, психокоррекции, сопровождения Код У3(ПК-5) Владеет: - методиками деловых, имитационных, организационно-деятельностных игр в разных профессиях и на разных ступенях взрослости Код В2(ПК-5) - методами психологического сопровождения развития личности: психологической коррекцией индивидуального, группового, семейного консультирования и разработки исследовательских программ Код В3(ПК-5)

1.4 Согласование междисциплинарных связей дисциплин, практик, научных исследований, обеспечивающих освоение компетенций.

Дисциплина «Тренинги личностно-профессионального роста» логически связана с такими дисциплинами, практиками, научными исследованиями, как:

ПК-4 – Психолого-акмеологическое консультирование, Прикладная акмеология

ПК-5 – Психолого-акмеологическое консультирование, Прикладная акмеология, Производственная практика (практика по получению профессиональных умений и опыта профессиональной деятельности)

2. Место дисциплины в структуре ОП аспирантуры:

Дисциплина «Тренинги личностно-профессионального роста» является факультативной в учебном плане ОП по направлению подготовки 37.06.01 Психологические науки, направленность (профиль) – Психология развития, акмеология.

Дисциплина «Прикладная акмеология» изучается в 3 семестре.

3. Объём и содержание дисциплины

3.1 Объём дисциплины

Очная форма обучения: 2 з.е.

Заочная форма обучения: 2 з.е.

Вид учебной работы	Очная форма обучения (всего часов)	Заочная форма обучения (всего часов)
Общая трудоёмкость дисциплины	72	72
<i>Контактная работа (по учебным занятиям)</i>	22	4
Лекции (Л)	10	4
Практические (семинарские) занятия (ПЗ)	12	-
Лабораторные занятия (ЛЗ)	-	-
<i>Самостоятельная работа (СР)</i>	50	68
<i>Зачет</i>		

3.2 Содержание курса:

№ темы	Название раздела/темы	Вид учебной работы, час. (очная/заочная)				Формы текущего контроля
		Л	ПЗ	ЛЗ	СР	
1.	Понятие, цель, история и сфера применения ТЛПР	4/4	-/-	-/-	10/16	Письменная самостоятельная работа
2.	Средства воздействия и способы управления взаимодействием в процессе ТЛПР	6/-	6/-	-/-	20/26	Устный опрос, письменная самостоятельная работа
3.	Игровые и дискуссионные методы в ТЛПР	-/-	6/-	-/-	20/26	Устный опрос, письменная самостоятельная работа

Тема 1 Понятие, цель, история и сфера применения ТЛПР

Лекция. Тренинг как группа методов развития способностей к обучению и овладению любым сложным видом деятельности. Объект воздействия в тренинге личностно-профессионального роста. Основные характеристики, задачи ТЛПР. Сфера применения и контингент участников.

К. Левин как основоположник тренинговой работы в группах. Основание в США Национальной лаборатории тренинга. Движение тренинга социальных и жизненных умений, опирающееся на традиции гуманистической психологии К. Роджерса. М. Форверг как разработчик метода группового тренинга. История тренинговой работы в России.

Практическое занятие. Не предусмотрено.

Задания для самостоятельной работы:

1. Проанализируйте сходство и отличия ТЛПР от групповой психотерапии
2. Выделите критерии классификации и опишите виды ТЛПР.
3. Выделите и проанализируйте принципы проведения групповых тренингов.
4. Выделите и опишите принципы и основания построения тренинговых программ

Тема 2. Средства воздействия и способы управления взаимодействием в процессе ТЛПР

Лекция. Понятие групповой динамики в процессе группового тренинга. Этапы развития группы: этап знакомства и ориентации, этап лабилизации, этап конструктивной целенаправленной деятельности. Фазы развития группы, характеристики поведения участников на каждой фазе группового развития. Управление групповой динамикой. Этап формирования или фаза зависимости. Этап контрзависимости и конфликта. Рабочий этап или фаза выработки норм и правил продуктивного поведения. Этап эмоциональной сплоченности или фаза сотрудничества.

Воздействие в двух системах отношений: «субъект-объектной» и «субъект-субъектной». Вербальные и невербальные средства воздействия. Основные средства воздействия в ТЛПР. Групповые нормы. Групповая поддержка. Обратная связь. Групповые ожидания.

Получение прямой обратной связи и приобретение определенных умений её подачи как важнейшие составляющие группового тренинга. Обратная связь как важнейший механизм обучения. Обратная связь как важнейшая образующая процесса обретения человеком собственного «я». Роль обратной связи в коррекции представления о себе и поведения. Содержательные и формальные характеристики обратной связи. Каналы обратных связей. Виды обратных связей. Правила подачи и получения обратной связи. Эффективная и неэффективная обратная связь. Основные издержки неэффективной обратной связи. Отсутствие информативности как сбой в звене передачи обратной связи. Невозможность принятия обратной связи или частичное ее принятие как нарушение в звене получения обратной связи. Факторы, вызывающие издержки в цепи передачи—приема обратной связи: косвенный характер, негативные обобщенные оценки, отсроченность, использование «ты-концепции». Условия эффективной обратной связи.

Практическое занятие.

Вопросы для обсуждения:

1. Методы (методические приемы) группового тренинга их связь с целями и задачами ТЛПР.
2. Факторы, определяющие выбор конкретного средства.
3. Классификация методов группового тренинга.
4. Общие черты методов ТЛПР.
5. Место невербальных техник в ТЛПР. Цели и задачи невербальных техник в ТЛПР. Последовательность применения невербальных техник. Основные принципы использования.
6. Работа с сопротивлением и напряжением.
7. Причины напряжения в группе.
8. Профилактика возникновения сложных ситуаций: профессиональная квалификация тренера, предварительная подготовка тренинга, четкое осознание целей тренинга, понимание всех его организационных и содержательных аспектов, наличие программы.
9. Стратегии ведущего в преодолении возникших трудностей.
10. Групповой тренинг как способ организационного развития и управления.
11. Преимущества ТЛПР в сравнении с традиционными способами обучения работников.
12. Виды ТЛПР, используемые в современных организациях.

Задания для самостоятельной работы:

1. Укажите методы активного социально-психологического обучения и их отличия от традиционных форм обучения.
2. Рассмотрите психологические механизмы групповой работы.
3. Раскройте сущность, содержание и классификацию психогимнастических упражнений.

4. Изучите вспомогательные методы групповой работы: проективное рисование, групповая медитация.
5. Раскройте содержание и методику проведения тренинга личностного роста.
6. Раскройте содержание и методику проведения тренинга партнерского общения.
7. Раскройте содержание и методику проведения тренинга убеждающего воздействия.
8. Раскройте содержание и методику проведения тренинга командообразования.
9. Раскройте содержание и методику проведения тренинга сензитивности
10. Раскройте содержание и методику проведения тренинга креативности.

Тема 3 Игровые и дискуссионные методы в ТЛПР

Лекция. Не предусмотрена.

Практическое занятие.

Вопросы для обсуждения:

1. Игра как один из основных методических приемов ТЛПР. Двуплановость игры.
2. Роль игры в освоении коммуникативных навыков, освоении новых социальных ролей, осознании своих позиций и понимании позиций других людей.
3. Сферы применения игры.
4. Преимущества и недостатки ролевых игр.
5. Сущность и разновидности игровых методов.
6. Особенности и сфера применения деловых игр.
7. Принципы деловых игр: принцип имитационного моделирования, проблемности, совместной деятельности и разделения функций, диалогического общения, двуплановости игровой деятельности.
8. Этапы проведения деловой игры: этап подготовки, основной этап, этап анализа.
9. Классификация проблем, возникновение которых возможно в процессе проведения деловой игры. Способы их устранения.
10. Особенности ролевой игры. Процедура проведения ролевой игры: подготовка, непосредственное проведение, подведение итогов.
11. Психодрамма как один из видов ролевой игры.

Задания для самостоятельной работы:

1. Рассмотрите ролевые игры как один из основных методических приемов ТЛПР
2. Разработайте и проведите деловую игру на любую тему.
3. Раскройте содержание и методику проведения дискуссии

4. Контроль знаний обучающихся

4.1 Формы текущего контроля работы аспирантов

1. Устный опрос
2. Письменная самостоятельная работа

4.2 Типовые задания текущего контроля

Типовые задания для письменной самостоятельной работы

1. Выделите и проанализируйте принципы проведения групповых тренингов.
2. Выделите и опишите принципы и основания построения тренинговых программ
3. Рассмотрите психологические механизмы групповой работы.
4. Раскройте сущность, содержание и классификацию психогимнастических упражнений.
5. Изучите вспомогательные методы групповой работы: проективное рисование, групповая медитация.

4.3 Промежуточная аттестация по дисциплине проводится в форме зачета.

Вопросы зачета

1. Понятие, цель и сфера применения ТЛПР.
2. История группового тренинга
3. Специфика ТЛПР
4. Сходство и отличия ТЛПР от групповой психотерапии
5. Виды ТЛПР. Критерии для классификации.
6. Принципы проведения групповых тренингов.
7. Принципы и основания построения тренинговых программ
8. Процедура и структура ТЛПР.
9. Предмет работы ведущего в группе
10. Функции ведущего ТЛПР
11. Требования к личности и поведению ведущего ТЛПР
12. Правила поведения в тренинговой группе
13. Групповая динамика в процессе ТЛПР
14. Средства воздействия в ТЛПР
15. Роль обратной связи в ТЛПР. Виды обратной связи.
16. Правила подачи и получения обратной связи .
17. Методы (методические приемы) группового обучения
18. Техники невербального взаимодействия в ТЛПР
19. Преодоление трудных ситуаций в процессе тренинга. Работа с сопротивлением
20. Формирование групповой сплоченности методом ТЛПР.
21. Использование ТЛПР в организации
22. Место игры в групповом тренинге. Достоинства и недостатки игры.
23. Разновидности игровых методов, их особенности.
24. Деловая игра как метод ТЛПР. Особенности, принципы и цели деловых игр.
25. Методика проведения деловой игры
26. Социально-психологические сбои в деловой игре и способы их устранения
27. Ролевая игра и ее подготовка
28. Дискуссия как средство воздействия на личность.
29. Виды дискуссий.
30. Организация дискуссии. Этапы и стратегии ведения дискуссий
31. Трудные ситуации в процессе дискуссии. Их разрешение.
32. «Круглый стол», «мозговой штурм» как метод обучения. Этапы «мозгового штурма»

Типовые задания для зачета

Задание 1. Разработать программу (основные этапы) для проведения тренинга по теме «Преодоление профессиональной деформации личности в условиях карьерного роста». Представьте процедуру проведения. Подготовьте краткий отчет по полученным результатам. Кратко сформулируйте рекомендации.

Задание 2. Предложите технологии оптимизации эмоциональной устойчивости сотрудника (на примере любой специальности), используя такие ключевые понятия как психическая устойчивость; продуктивная саморегуляция психической устойчивости; оптимизация психической устойчивости.

Задание 3. Предложите алгоритм решения актуальной профессиональной проблемы (на любой специальности) по следующей схеме: описание проблемы с выявлением в ней противоречия, формулировка проблемы, мотивировка проблемы, постановка цели (как прогнозируемого результата), оценка актуальных и потенциальных ресурсов, определение и анализ возможных препятствий (объективного и субъективного характера), преодоление препятствий (акцент на созидательной преобразующей активности), составление конкретного графика работы (3-5 пунктов) с диагностично поставленными целями и операционально сформулированными задачами; оценка полученного результата, выявление новой проблемы.

4.4 Шкала оценивания промежуточной аттестации

Зачет

Оценка	Компетенции	Дескрипторы (уровни) - основные признаки освоения (показатели достижения результата)
«зачтено»	ПК-4	Демонстрирует высокий уровень знаний истории возникновения тренинговой работы и отличие от других видов психологического воздействия. Анализирует виды и основные направления тренинга личностно-профессионального роста, дает оценку методическим приемам ТЛПР, прослеживает междисциплинарные связи Ответ построен логично, материал излагается четко, ясно, хорошим языком, аргументировано
	ПК-5	В полном объеме владеет основными навыками, необходимыми практическому психологу в тренинговой и развивающей работе Демонстрирует знание и понимание основных стадий развития группы тренинга Определяет основные цели, задачи, методы тренинга личностно-профессионального роста Свободно ориентируется в информационном и иллюстративном материале (примеры из практики, таблицы, графики и т.д.), анализирует и обобщает программу тренинга личностно-профессионального роста в соответствии с конкретными целями и задачами На вопросы отвечает кратко, аргументировано, уверенно, по существу
«не зачтено»	ПК-4	Демонстрирует слабый уровень знаний истории возникновения тренинговой работы и отличие от других видов психологического воздействия Не может анализировать виды и основные направления тренинга личностно-профессионального роста, затрудняется дать оценку методическим приемам ТЛПР. Не может привести примеры из реальной практики Не может выделить междисциплинарные связи Неуверенно и логически непоследовательно излагает материал.
	ПК-5	Не может продемонстрировать знание и понимание основных стадий развития группы тренинга Не ориентируется в информационном и иллюстративном материале (примеры из практики, таблицы, графики и т.д.), не может анализировать и обобщать программу тренинга личностно-профессионального роста в соответствии с конкретными целями и задачами Неправильно отвечает на поставленные вопросы или затрудняется с ответом

5. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

5.1 Основная литература

1. Фатыхова, Р.М. Социально-психологический (адаптационный) тренинг [Электронный ресурс] : учеб. пособие / Р.М. Фатыхова, Т.П. Иванченко. —

Электрон. дан. — Уфа : БГПУ имени М. Акмуллы, 2016. — 235 с. — Режим доступа: <https://e.lanbook.com/book/93040>. (ЭБС «Лань»).

5.2 Дополнительная литература

1. Марчук, Н.Ю. Профессиональное становление и развитие личности: профессионально-личностная направленность [Электронный ресурс] : монография — Электрон. дан. — Москва : ФЛИНТА, 2016. — 261 с. — Режим доступа: <https://e.lanbook.com/book/76987>. (ЭБС «Лань»).
2. Основы социально-психологического тренинга [Электронный ресурс] — Электрон. дан. — Ростов-на-Дону : Феникс, 2014. — 125 с. — Режим доступа: <https://e.lanbook.com/book/70114>. (ЭБС «Лань»).
3. Психологические тренинги [Электронный ресурс] : учеб. пособие / авт.-сост. Куликова Т.И.. — Электрон. дан. — Тула : ТГПУ, 2013. — 170 с. — Режим доступа: <https://e.lanbook.com/book/101522>. (ЭБС «Лань»).

5.3 Иные источники

1. Акмеология (НЭБ eLIBRARY.RU) <https://www.elibrary.ru/contents.asp?titleid=8392>
2. Мир психологии(НЭБ eLIBRARY.RU) https://www.elibrary.ru/title_about.asp?id=8861
3. Психологическое консультирование Вопросы психологии(НЭБ eLIBRARY.RU) <https://elibrary.ru/contents.asp?id=39207104>
4. Вестник МГУ.Сер.14. Психология(НЭБ eLIBRARY.RU) <https://elibrary.ru/contents.asp?titleid=8381>

6. Материально-техническое обеспечение дисциплины, программное обеспечение, профессиональные базы данных и информационные справочные системы

Для проведения занятий по дисциплине необходимо следующее материально-техническое обеспечение: специальные помещения для проведения занятий лекционного и семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации, помещения для самостоятельной работы.

Специальные помещения укомплектованы специализированной мебелью и техническими средствами обучения, служащими для представления учебной информации большой аудитории.

Для проведения занятий лекционного типа используются наборы демонстрационного оборудования, обеспечивающие тематические иллюстрации (проектор, ноутбук, экран/ интерактивная доска).

Помещения для самостоятельной работы обучающихся оснащены компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду Университета.

Электронная информационно-образовательная среда

<http://moodle.tsutmb.ru>

Взаимодействие преподавателя и аспиранта в процессе освоения дисциплины осуществляется посредством мультимедийных, гипертекстовых, сетевых, телекоммуникационных технологий, используемых в электронной информационно-образовательной среде университета.

Лицензионное программное обеспечение:

- Kaspersky Endpoint Security для бизнеса – Стандартный Russian Edition. 1500-2499 Node 1 year Educational
- Renewal Licence
- Операционная система Microsoft Windows 10

- Adobe Reader XI (11.0.08) - Russian Adobe Systems Incorporated 10.11.2014
187, 00 MB 11.0.08
- 7-Zip 9.2
- Microsoft Office Профессиональный плюс 2007

Информационные справочные системы и профессиональные базы данных (в том числе международные реферативные базы данных научных изданий):

1. Электронный каталог Фундаментальной библиотеки ТГУ – URL: <http://biblio.tsutmb.ru/elektronnyj-katalog/>
2. Электронная библиотека ТГУ – URL: <https://elibrary.tsutmb.ru>
3. ЭБС «Университетская библиотека онлайн» - URL: <http://www.biblioclub.ru>
4. ЭБС «Консультант студента»: Комплект Тамбовского ГУ (Гуманитарные науки) - URL: <http://www.studentlibrary.ru>
5. ЭБС «IPRbooks» - URL: <http://www.iprbookshop.ru>
6. ЭБС «Юрайт»: (ВО и СПО), включая коллекцию «Легендарные книги» - URL: www.urait.ru
7. Сетевая электронная библиотека педагогических вузов - URL: <https://lanbook.ru/>
8. Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU - URL: <http://elibrary.ru>
9. Государственная информационная система «Национальная электронная библиотека» - URL: <https://нэб.рф>
10. Президентская библиотека имени Б.Н. Ельцина - URL: <http://www.prilib.ru>
11. Электронный справочник «Информо» - URL: www.informio.ru
12. Справочная правовая система «Консультант Плюс» - URL: <http://www.consultant.ru>
13. БД издательства SpringerNature
 - URL: <https://link.springer.com/>
 - URL: <https://materials.springer.com/>
 - URL: <https://zbmath.org/>
 - URL: <https://goo.gl/PdhJdo> - БД Nano
14. БД ScienceDirect - URL: <https://www.sciencedirect.com/>
15. БД Scopus - URL: <http://www.scopus.com>
16. БД Web of Science
 - URL: WOS_GeneralSearch_input.do?product=WOS&search_mode=GeneralSearch&SID=Q1qfWXliB25bAcrIBPM&preferencesSaved
17. Архив научных журналов зарубежных издательств URL: <https://arch.neicon.ru>
18. Словари АBBYY Lingvo x3 Европейская версия – установлены стационарно на ПК ТГУ