

МІНІСТЕРСТВО СОЦІАЛЬНОЇ ПОЛІТИКИ УКРАЇНИ

**ІНСТИТУТ ПІДГОТОВКИ КАДРІВ
ДЕРЖАВНОЇ СЛУЖБИ ЗАЙНЯТОСТІ УКРАЇНИ**

Кафедра психології та соціальної роботи

«ЗАТВЕРДЖУЮ»
Проректор з науково-педагогічної роботи
Колесник І.А.
« _____ » _____ 2018 р.



РОБОЧА ПРОГРАМА ВИБІРКОВОЇ НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

ВПШБ 2.9.2. «ТРЕНІНГ ОСОБИСТІСНОГО ЗРОСТАННЯ»

**ПІДГОТОВКИ БАКАЛАВРІВ
денної та заочної форм навчання**

**ОСВІТНЬО-ПРОФЕСІЙНА ПРОГРАМА
«ПСИХОЛОГІЯ»**

**ГАЛУЗЬ ЗНАНЬ 05 «СОЦІАЛЬНІ ТА ПОВЕДІНКОВІ НАУКИ»
СПЕЦІАЛЬНІСТЬ 053 «ПСИХОЛОГІЯ»**

Київ 2018

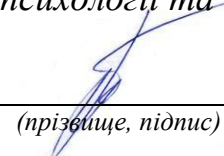
Робоча програма вибіркової навчальної дисципліни «Тренінг особистісного зростання» для підготовки бакалаврів спеціальності 053 «Психологія».

Розробник: *Дорожкін В. Р.*, доктор психологічних наук, професор кафедри психології та соціальної роботи.

Рецензент: *Пріб Г.А.*, доктор психологічних наук, професор, завідувач кафедри психології та соціальної роботи Інституту підготовки кадрів державної служби зайнятості України.

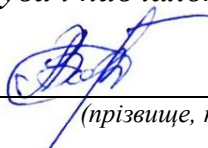
Затверджено на засіданні кафедри *психології та соціальної роботи*.
Протокол № 2 від 11 вересня 2018 р.

Завідувач кафедри психології та соціальної роботи



Пріб Г.А.
(прізвище, підпис)

Завідувач навчально-методичного відділу



Завиніченко Л.М.
(прізвище, підпис)

© Дорожкін В. Р., 2018
© Інститут підготовки кадрів
державної служби зайнятості
України (ІПК ДСЗУ), 2018

1. ОПИС НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Найменування показників	Галузь знань, спеціальність, освітній ступінь	Характеристика навчальної дисципліни	
		денна форма навчання	заочна форма навчання
Кількість: кредитів – 5; модулів – 2; змістових модулів – 2.	Галузь знань 05 «Соціальні та поведінкові науки»	Вибіркова	
		Рік підготовки	
		III	III
Індивідуальне науково-дослідне завдання: <i>денна</i> – 20 год., <i>заочна</i> – 20 год.	Спеціальність 053 «Психологія»	Семестр	
		6-й	6-й
Загальна кількість годин – 150 год.		Лекції	
		–	–
Тижневих годин для <i>денної</i> форми навчання: аудиторних – 4 год.; самостійної роботи студента – 3,65 год. Розподіл годин для <i>заочної</i> форми навчання: аудиторних – 24 год.; самостійної роботи студента – 126 год.	Освітній ступінь: <i>бакалавр</i>	Практичні	
		68 год.	24 год.
		Семінарські	
		–	–
		Самостійна робота	
		62 год.	106 год.
		Індивідуальні завдання	
20 год.	20 год.		
		Вид контролю: іспит	

Співвідношення кількості годин аудиторних занять до самостійної та індивідуальної роботи становить:

для *денної* форми навчання – 82,9%;

для *заочної* форми навчання – 19%.

2. МЕТА ТА ЗАВДАННЯ НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Метою курсу є знайомство бакалаврів з основними теоріями та моделями особистісного зростання суб'єкта, розкриття специфіки формування програми тренінгу особистісного розвитку, ознайомлення зі специфікою групової динаміки, з методами роботи і вправами в тренінгових програмах цього виду.

Завданнями вивчення дисципліни є:

- сформувані знання й уміння, необхідні психологу в рамках практичній роботі з групою методами тренінгу особистісного зростання;
- розуміння різних типів й стилів ведення тренінгу особистісного зростання, особливостей використовуваних вправ та ігор; вивчення принципів, технологій та етики тренінгу особистісного зростання;
- оволодіння навичками самостійного формування і проведення тренінгів особистісного зростання залежно від поставлених завдань й складу тренінгової групи.

У результаті вивчення навчальної дисципліни бакалаври набувають таких *компетентностей:*

Загальнонаукові (філософські) компетентності

- здатність до аналізу концептуальних засад психології та визначення сутності законів і принципів психології;
- навички управління інформацією для побудови наукового фундаменту власного дослідження;
- навички управління інформацією для виокремлення тенденцій розвитку психології (уміння знаходити та аналізувати інформацію з різних джерел).
- здатність формувати нові ідеї (креативність);
- здатність відслідковувати особливості групової динаміки при проведенні тренінгу;
- знати сутність та закономірності психічних явищ, природу та психологічну структуру особистості, теорії особистості в світовій та вітчизняній психології, умови її формування;
- знати особливості історичного розвитку психіки, закономірності психічного розвитку на різних етапах;
- здатність до аналізу концептуальних засад психології групової та індивідуальної поведінки в групах;
- здатність застосовувати напрацьовані програми та проводити психологічні дослідження в сфері тренінгу особистісного зростання.

Універсальні навички дослідника:

- здатність працювати самостійно і автономно;
- здатність застосовувати знання законів психології в теоретичному та практичному пізнанні;
- здатність формувати нові ідеї (креативність);
- здатність працювати самостійно при опрацюванні джерел, підготовці альтернативних підходів до дослідження.
- навички та уміння формування міжособових стосунків у колективі при обстоюванні власної позиції під час дискусії;
- розуміння традицій і звичаїв інших культур, уміння проявляти толерантне ставлення;
- здатність відслідковувати особливості групової динаміки при проведенні тренінгу ділового спілкування;
- уміння критично оцінювати явища, ситуації, діяльність осіб, спираючись на отримані знання.

Мовні компетентності:

- усне спілкування рідною мовою у процесі дискусії;
- знання другої мови при оволодінні іншомовними джерелами;
- уміння працювати у команді;
- здатність до критики та самокритики під час дискусії;
- уміння працювати у тренінгової групі в якості учасника та тренера;
- уміння донести до фахівців і нефахівців інформацію, ідеї, проблеми, рішення та власний досвід в галузі професійної діяльності;
- здатність до навчання;
- здатність працювати самостійно при опрацюванні джерел, підготовці доповіді з презентацією, підготовці альтернативних підходів до висвітлення теми дискусії;
- уміння донести до фахівців і нефахівців інформацію, ідеї, проблеми, рішення та власний досвід в галузі тренінгу особистісного зростання;
- здатність керуватися етичними нормами психолога у своїй роботі
- бажання досягти успіху при обговоренні тем доповідей з презентацією;
- здатність адаптуватися до нових ситуацій у професійній діяльності.

Спеціальні (фахові) вміння (компетентності)

- вміти співвідносити поняття: науковий підхід, методологічний принцип, дослідницький метод, конкретна методика;
- здатність застосовувати принципи проведення тренінгу та алгоритми роботи с груповою динамікою;
- здатність аналізувати та оцінювати базові вправи, прийоми та техніки тренінгу особистісного зростання;
- встановлювати контакт з групою на початковому етапі роботи;
- виявляти внутрішні та зовнішні ресурси групи та окремих учасників;
- вміти запобігати маніпуляціям при веденні групи;
- підводити підсумки роботи і брати зворотній зв'язок;
- керуватися етичними засадами, прийнятими в професійному психологічному співтоваристві;
- вміти аналізувати дослідницькі традиції та нові теоретико-методологічні напрямки в тренінгу особистісного зростання;
- володіти навичками для вибудовування тренінгової програми (визначати проблемну область, предмет, об'єкт, мету, завдання та ін.).

3. ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Змістовий модуль 1. Теорії та моделі «Тренінгу особистісного зростання».

Тема 1. Теорії особистісного розвитку.

Поняття особистості і особистісного розвитку у вітчизняній і зарубіжній психології. Глибинне розуміння себе і своїй особистісній історії (психоаналітичний напрям), підвищення усвідомленості (гештальт-підхід), приріст суб'єктності (вітчизняна психологія) та ін. Особистісне зростання в гуманістичній парадигмі, поняття особистісного розвитку в екзистенціальній психології.

Психологічна зрілість і її розуміння з різних психологічних позицій. Психологія рефлексії. Основні психологічні моделі рефлексії: модель «виходу рефлексії» суб'єкта за межі здійснюваного в діяльності (Г.П. Щедровицький), особистісна-смилова модель процесу рефлексії як послідовна зміна типів здійснення «Я» в професійно-конфліктній ситуації (І.Н. Семенов, С.Ю. Степанов), модель вивчення особливостей рефлексії саморозвитку особистості, розвитку творчого потенціалу шляхом організації взаємодії і тренінгу в групах для різних вікових категорій і різних професійних спеціалізацій (В.В. Давидов, В.І. Слободчиков).

Тема 2. Моделі особистісного розвитку. Етика і етикет тренера.

Опис «Я» з позицій різних теоретичних концепцій: контекст особистісних якостей, контекст соціальних ролей, контекст конфліктних особистісних сенсів, контекст діяльності особистості та ін.

Підходи до проблеми співвідношення між собою різних мов опису «Я»: багатовимірність «Я», множинність «Я» та ін. Класифікації методів і моделей дослідження категоріальних структур самосвідомості і самовираження. Етичні норми спілкування в тренінгу особистісного зростання. Правила та норми. Вимоги до підготовки ведучого тренінгу особистісного зростання. Функції і ролі тренера. Типи порушень і помилок у роботі ведучого. Основні вимоги до учасників тренінгової групи. Методи добору й формування тренінгової групи. Місце тренінгу особистісного зростання в підготовці і перепідготовці фахівців допомагаючих професій. Відмінності тренінгу особистісного зростання від інших форм психологічного розвитку.

Змістовий модуль 2. Групові процеси, взаємовідносини та їх вплив на особистісний розвиток окремих учасників.

Методи і методики «Тренінгу особистісного зростання».

Тема 3. Спеціальні особистісні якості учасників тренінгу.

Емпатія і рефлексія як механізми особистісного розвитку. Техніка емпатійного і нерефлексивного слухання. Техніка рефлексивного слухання (відображення, перефразовування, резюмування, прояснення). Активне слухання. Асертивність. Модель асертивного прийняття критики. Відкритість і щирість спілкування. Конструктивне критичне висловлювання. Види неконструктивної критики.

Тема 4. Групові процеси, взаємовідносини і їх вплив на особистісний розвиток окремих учасників.

Поняття групової динаміки. Психотерапевтична динаміка групи як розгортання процесу особистісної і професійної самосвідомості і самовираження. Провідний контекст самосвідомості як чинник груповий динаміки (І.В. Вачков). Саморозкриття, зворотний зв'язок і рефлексія як основні механізми групової динаміки. Деякі особливості зворотного зв'язку в тренінгу особистісного розвитку. Відповідальне самовираження і відповідальна відвертість (Р. Кочюнас). Класифікація форм зворотного зв'язку. Опір змінам, відмові від звичних стереотипів самосвідомості і самовираження. Форми опору. Механізми опору з позиції різних психологічних концепцій.

Тема 5. Методи тренінгу особистісного розвитку та управління соціодинамічними процесами.

Діагностика соціодинамічних процесів у тренінгу особистісного зростання. Мета й завдання вивчення цих процесів. Види практик групового навчання. Фактори детермінації рольової поведінки в тренінгу. Дискусія в тренінгу та особливості її організації. Специфіка презентації в тренінгу особистісного зростання. Деякі особливості критики у тренінгу. Роль тренера у формуванні групи.

Основні методи тренінгу особистісного зростання. Ігрові методи. Методи арт-терапії. Методи, стимулюючі розвиток професійної самосвідомості і самовираження. Біографічні методи: «Життєвий шлях особи» (О. Кронік); «Біографічний метод» (Б.Г. Ананьєв); «Психологічна автобіографія» та ін. методи. Рефлексивно-інноваційні методи. Методи особистісної професійної ідентифікації і рефлексії.

Типи взаємостосунків в системі тренер – учасники. Перенесення і контрперенесення у тренінгових групах. Можливості й обмеження саморозкриття тренера у групі. Дострокове припинення тренінгу одним з учасників групи. Виключення учасника із групи.

4. СТРУКТУРА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ для денної форми навчання

Назва змістових модулів, тем	Кількість годин					
	денна форма навчання					
	Усього	в тому числі				
Лекції		Семі- нарські	Прак- тичні	СРС	Індивід. робота	
	150	–	–	68	62	20
Модуль I						
Змістовий модуль 1. Теорії та моделі «Тренінгу особистісного зростання».						
<i>Тема 1.</i> Теорії особистісного розвитку.	20	–	–	10	10	–
<i>Тема 2.</i> Моделі особистісного розвитку. Етика і етикет тренера.	30	–	–	15	15	–
Разом за змістовим модулем 1	50	–	–	25	25	–
Змістовий модуль 2. Групові процеси, взаємовідносини і їх вплив на особистісний розвиток окремих учасників. Методи і методики «Тренінгу особистісного зростання».						
<i>Тема 3.</i> Спеціальні особистісні якості учасників тренінгу.	27	–	–	15	12	–
<i>Тема 4.</i> Групові процеси, взаємовідносини і їх вплив на особистісний розвиток окремих учасників.	27	–	–	15	12	–
<i>Тема 5.</i> Методи тренінгу особистісного розвитку та управління соціодинамічними процесами.	26	–	–	13	13	–
Разом за змістовим модулем 2	80	–	–	43	37	–
<i>Усього годин за модулем I</i>	<i>130</i>	–	–	<i>68</i>	<i>62</i>	–
Модуль II						
<i>ІНДЗ</i>	<i>20</i>	–	–	–	–	<i>20</i>
Усього годин:	150	–	–	68	62	20
Підсумковий контроль – іспит						

для заочної форми навчання

Назва змістових модулів, тем	Кількість годин					
	заочна форма навчання					
	Усього	в тому числі				
		Лекції	Семінарські	Практичні	СРС	Індивід. робота
	150	–	–	24	106	20
Модуль I						
Змістовий модуль 1. Теорії та моделі «Тренінгу особистісного зростання».						
<i>Тема 1.</i> Теорії особистісного розвитку.	24	–	–	4	20	–
<i>Тема 2.</i> Моделі особистісного розвитку. Етика і етикет тренера.	29	–	–	5	24	–
Разом за змістовим модулем 1	53	–	–	9	44	–
Змістовий модуль 2. Групові процеси, взаємовідносини і їх вплив на особистісний розвиток окремих учасників. Методи і методики «Тренінгу особистісного зростання».						
<i>Тема 3.</i> Спеціальні особистісні якості учасників тренінгу.	25	–	–	5	20	–
<i>Тема 4.</i> Групові процеси, взаємовідносини і їх вплив на особистісний розвиток окремих учасників.	27	–	–	5	22	–
<i>Тема 5.</i> Методи тренінгу особистісного розвитку та управління соціодинамічними процесами.	25	–	–	5	20	–
Разом за змістовим модулем 2	77	–	–	15	62	–
<i>Усього годин за модулем I</i>	130	–	–	24	106	–
Модуль II						
<i>ІНДЗ</i>	20	–	–	–	–	20
Усього годин:	150	–	–	24	106	20
Підсумковий контроль – іспит						

5. ТЕМИ ПРАКТИЧНИХ ЗАНЯТЬ

Тема 1. Теорії особистісного розвитку.

1. Глибинне розуміння себе і своїй особистісній історії (психоаналітичний напрямок), підвищення усвідомленості (гештальт-підхід), приріст суб'єктності (вітчизняна психологія) та ін. Особистісне зростання в гуманістичній парадигмі, поняття особистісного розвитку в екзистенціальній психології.

2. Психологічна зрілість і її розуміння з різних психологічних позицій.

3. Психологія рефлексії. Основні психологічні моделі рефлексії: модель «виходу рефлексії» суб'єкта за межі здійснюваного в діяльності (Г.П. Щедровицький), особистісна-сміслова модель процесу рефлексії як послідовна зміна типів здійснення «Я» в професійно-конфліктній ситуації (І.Н. Семенов, С.Ю. Степанов), модель вивчення особливостей рефлексії саморозвитку особистості, розвитку творчого потенціалу шляхом організації взаємодії і тренінгу в групах для різних вікових категорій і різних професійних спеціалізацій (В.В. Давидов, В.І. Слободчиков).

Література: [7, 8, 12, 22, 26].

Тема 2. Моделі особистісного розвитку. Етика і етикет тренера.

1. Професійна етика. Етикет у тренінгу особистісного зростання.

2. Функції і ролі тренера.

3. Типи порушень і помилок у роботі ведучого тренінгу особистісного зростання.

Література: [1, 3, 4, 6, 14, 20, 23, 26].

Тема 3. Спеціальні особистісні якості учасників тренінгу.

1. Емпатія і рефлексія як механізми особистісного розвитку.

2. Техніка емпатійного і нерефлексивного слухання. Техніка рефлексивного слухання.

3. Ассертивність. Модель асертивного прийняття критики.

Література: [1, 13, 16, 21, 24].

Тема 4. Групові процеси, взаємовідносини і їх вплив на особистісний розвиток окремих учасників.

1. Стадії розвитку групової динаміки. Психотерапевтична динаміка групи як розгортання процесу особистісної і професійної самосвідомості і самовираження.

2. Деякі особливості зворотного зв'язку в тренінгу особистісного розвитку. Класифікація форм зворотного зв'язку.

3. Відповідальне самовираження і відповідальна відвертість (Р. Кочюнас).

4. Опір змінам, відмові від звичних стереотипів самосвідомості і самовираження. Форми опору.

Література: [1, 2, 15, 23].

Тема 5. Методи тренінгу особистісного розвитку та управління соціодинамічними процесами.

1. Діагностика соціодинамічних процесів у тренінгу особистісного зростання. Мета й завдання вивчення цих процесів.

2. Дискусія в тренінгу та особливості її організації.

3. Роль тренера у формуванні групи.

4. Основні методи тренінгу особистісного зростання. Ігрові методи. Методи арт-терапії. Методи, стимулюючі розвиток професійної самосвідомості і самовираження. Біографічні методи: «Життєвий шлях особи» (О. Кронік); «Біографічний метод» (Б.Г. Ананьев); «Психологічна автобіографія» та ін. методи. Рефлексивно-інноваційні методи. Методи особистісної професійної ідентифікації і рефлексії.

5. Типи взаємостосунків в системі тренер – учасники. Перенесення і контрперенесення у тренінгових групах.

Література: [3, 13, 27].

6. САМОСТІЙНА РОБОТА

№ з/п	Назва теми та зміст самостійної роботи	Кількість годин	
		денна	заочна
1.	<p>Тема 1. Теорії особистісного розвитку.</p> <p>Завдання:</p> <p>1. Ознайомитися з поняттям особистості і особистісного розвитку у вітчизняній і зарубіжній психології.</p> <p>2. Проаналізувати базові поняття тренінгу особистісного зростання.</p>	10	20
2.	<p>Тема 2. Моделі особистісного розвитку. Етика і етикет тренера.</p> <p>Завдання:</p> <p>1. Проаналізувати етичні принципи тренінгової роботи.</p> <p>2. Систематизувати вимоги до підготовки тренера.</p> <p>3. Класифікувати методи і моделі дослідження категоріальних структур самосвідомості і самовираження.</p>	15	24
3.	<p>Тема 3. Спеціальні особистісні якості учасників тренінгу.</p> <p>Завдання:</p> <p>1. Провести методологічну рефлексію основних понять тренінгу особистісного розвитку.</p> <p>2. Порівняти різні поняття між собою.</p>	12	20
4.	<p>Тема 4. Групові процеси, взаємовідносини і їх вплив на особистісний розвиток окремих учасників.</p> <p>Завдання:</p> <p>1. Провести класифікацію форм зворотного зв'язку в тренінгу особистісного зростання.</p> <p>2. Проаналізувати різні прояви опору змінам та його форми</p>	12	22
5.	<p>Тема 5. Методи тренінгу особистісного розвитку та управління соціодинамічними процесами.</p> <p>Завдання:</p> <p>1. Визначити особливості діагностики соціодинамічних процесів у тренінгової групі.</p> <p>2. Порівняти форми групового навчання.</p> <p>3. Проаналізувати основні методи тренінгу особистісного зростання</p> <p>4. Систематизувати типи взаємостосунків в системі тренер – учасники.</p> <p>5. Дослідити декілька групових феноменів тренінгової групи.</p>	13	20
Разом:		62	106

ОРГАНІЗАЦІЯ САМОСТІЙНОЇ РОБОТИ СТУДЕНТІВ

Самостійна робота студентів має на меті формування пізнавальної активності студентів, засвоєння ними основних умінь та навичок роботи з навчальними матеріалами, поглиблення та розширення вже набутих знань, підвищення рівня організованості студентів тощо.

У процесі самостійної роботи студенти мають оволодіти вміннями та навичками:

- організації самостійної навчальної діяльності;
- самостійної роботи в бібліотеці з каталогами;
- праці з навчальною, навчально-методичною, науковою, науково-популярною літературою;
- конспектування літературних джерел;
- роботи з довідковою літературою;
- опрацювання статистичної інформації;
- написання рефератів з проблем курсу.

Кожен студент повинен уміти раціонально організувати свою навчальну самостійну діяльність. Важливим є вміння скласти план своєї роботи, чітко визначити її послідовність. Необхідно, щоб план самостійного навчання був реальним і його виконання приводило до плідних наслідків у навчальному процесі.

Для успішної самостійної роботи значну частину часу студент виділяє для роботи в бібліотеці. Треба розуміти сутність складання алфавітного й тематичного каталогів, вміти швидко знаходити в них необхідну літературу, знати особливості бібліографічного шифрування. Для плідної роботи з літературними джерелами студентові корисно скласти свою власну бібліографію, заповнюючи бібліографічні картки на необхідні для нього книги, брошури або статті. Для роботи у провідних бібліотеках м. Києва студенту треба знати їх структуру, спеціалізацію окремих підрозділів, вміти користуватися різноманітними каталогами, правильно заповнювати бланки вимоги на літературу тощо.

Відібрана для самостійного опрацювання література може бути різною як за обсягом наукових даних, так і за характером їхнього викладу. Потрібно відібрати необхідний для опрацювання матеріал (розділи, підрозділи тощо), а також розсортувати його за важливістю (що для детального вивчення, а що для ознайомчого читання). Процес читання має відбуватися повільно, вдумливо, до незрозумілих питань слід обов'язково повертатися, наводити додаткові довідки, щоб зрозуміти сутність думки автора. Знання незнайомих термінів слід одразу ж з'ясувати за тлумачними словниками, енциклопедіями або спеціалізованими довідниками. У процесі роботи з літературою корисно

робити виписки найважливіших думок, формулювань, окремих висловів на аркушах паперу із зазначенням автора, джерела, сторінок і абзаців. Для кращого засвоєння матеріалу, розвитку творчого мислення основний зміст прочитаного доцільно формулювати у вигляді тез.

Конспект є стислим викладом основної сутності опрацьованого літературного матеріалу. Конспект має бути стислим, змістовним і записаним своїми словами і формулюваннями. Класичні визначення, оригінальні думки, вислови слід записувати до конспекту повністю з посиланням на автора, джерело і сторінку. У процесі конспектування важливо витримувати логічний зв'язок між окремими складовими тексту. У тексті конспекту корисно підкреслювати найважливіші теоретичні положення, визначення, висновки і робити помітки на полях. Систематичне конспектування опрацьованого матеріалу дисциплінує розум, відпрацьовує вміння формулювати свої думки в короткій змістовній формі, сприяє кращому засвоєнню навчального матеріалу.

Для цілісного уявлення про навчальну дисципліну студентів необхідно користуватися довідковою літературою: енциклопедіями, енциклопедичними словниками, галузевими довідниками тощо.

Майбутній фахівець повинен достатньо вправно користуватися персональним комп'ютером. Робота з матеріалами "Інтернету" надає можливість отримувати найновішу інформацію з різних сфер життя нашої держави.

Самостійна робота студентів з курсу передбачає написання рефератів та підготовку фіксованих виступів. Для цього необхідно скласти план реферату чи виступу, вивчити потрібні літературні джерела, зробити виписки. За своїм змістом реферат і виступ повинні відповідати обраній темі. Виклад матеріалу має бути логічним, послідовним. Обсяг реферату, як правило, у межах 10-12 сторінок формату А4. Писати текст слід на одному боці аркуша, розбірливо, без помилок. У разі потреби слід робити посторінкові виноски.

Останнім розділом реферату повинні бути висновки, в яких студент узагальнює викладений матеріал і формулює свої думки з приводу опрацьованої проблеми. До реферату має бути доданий список використаної літератури, складений відповідно до існуючих вимог.

За структурою реферат складається із короткого вступу, двох або трьох розділів основної частини, висновків та списку використаної літератури. План написання реферату повинен мати внутрішню єдність і логіку, враховувати актуальність проблеми, її наукову розробленість та практичну значимість.

У **вступі** обґрунтовується актуальність проблеми, що вивчається, її практична значимість; формулюються мета й завдання дослідження, вказуються обсяг і структура реферату. Обсяг вступу не повинен перевищувати однієї сторінки комп'ютерного тексту.

Основна частина обсягом до 10 сторінок комп'ютерного тексту, викладеного у двох-трьох розділах, повинна містити виклад основних теоретичних положень, що визначають сутність і зміст предмета досліджуваної теми, з огляду на цілі й завдання реферату; розгляд різних точок зору провідних фахівців з досліджуваних питань на основі аналізу літературних та інших інформаційних джерел; визначення пріоритетних питань, що підлягають першочерговому розв'язанню; аналізуються практичні матеріали, сучасні тенденції розвитку та особливості, притаманні зовнішньоекономічній діяльності України. На основі отриманих результатів розглядаються пропозиції, рекомендації, заходи щодо досягнення цілей згідно з темою реферату. При цьому студент повинен виявити самостійність та ініціативу.

Висновки є завершальним етапом виконаного студентом реферату. Вони повинні містити короткі підсумки за результатами дослідження та прикладного аналізу об'єкта дослідження з наведенням позитивних і негативних сторін, а також нереалізованих можливостей; перелік заходів, спрямованих на розв'язання проблеми, підвищення ефективності об'єкта дослідження; отримані якісні та кількісні показники; можливі варіанти реалізації запропонованих у рефераті заходів.

Реферат виконується державною (українською) мовою. Викладення повинно мати науковий характер, чіткий, без орфографічних і синтаксичних помилок, логічно послідовний. Пряме переписування матеріалів з літератури неприпустиме. Оформлення реферату має відповідати встановленим вимогам (див. *Патика Н.І.* Стандарти на оформлення дипломних, бакалаврських, курсових, контрольних робіт та рефератів. – К.: ПІК ДСЗУ, 2008. – 26 с.)

7. ІНДИВІДУАЛЬНЕ НАВЧАЛЬНО-ДОСЛІДНЕ ЗАВДАННЯ для студентів денної форми навчання

Індивідуальна навчально-дослідна робота є видом позааудиторної індивідуальної діяльності студента, результати якої використовуються у процесі вивчення програмного матеріалу навчальної дисципліни. Завершується виконання ІНДЗ прилюдним захистом (презентацією).

Мета: прищеплення та розвиток навичок і вмінь самостійної роботи над науковою літературою, аналітичного мислення, систематизація, поглиблення, узагальнення, закріплення теоретичних знань з дисципліни та їх застосування на практиці.

Зміст ІНДЗ: завершена теоретична або практична робота у межах навчальної програми курсу, яка виконується на основі знань, умінь та навичок, отриманих під час лекційних, семінарських занять, самостійної підготовки і охоплює декілька тем або весь зміст навчального курсу.

Завдання для науково-дослідної роботи. Розкрити обрані для науково-дослідної роботи питання з переліку запропонованих варіантів. Підготовка презентації. – 20 годин – 20 балів.

Кількість балів за роботу з теоретичним матеріалом, виконання самостійної та індивідуальної роботи залежить від дотримання таких вимог:

- своєчасність виконання навчальних завдань;
- повний обсяг їх виконання;
- якість виконання навчальних завдань;
- самостійність виконання;
- творчий підхід у виконанні завдань;
- ініціативність у навчальній діяльності.

КОНТРОЛЬНА РОБОТА *для студентів заочної форми навчання*

Мета: прищеплення та розвиток навичок і вмінь самостійної роботи над науковою літературою, аналітичного мислення, систематизації, поглиблення, узагальнення, закріплення теоретичних знань з тренінгу особистісного зростання.

1. Виконання контрольної роботи передбачає письмове розв'язання завдань за відповідним варіантом. Кожен варіант включає завдання з тематики, визначеної навчальною програмою з дисципліни, за якою пишеться контрольна робота.

2. Вибір варіанта здійснюється на основі списку групи, представленого деканатом. Студент, який в списку значиться за номером першим виконує контрольну роботу №1, другий – №2, третій – №3 і т.д. Завдання, виконане не за своїм варіантом не зараховується.

3. Контрольна робота з дисципліни «Тренінг особистісного зростання» складається з одного теоретичного питання, що потребує поглибленої відповіді.

4. Відповідь має бути повною та обґрунтованою, студент повинен показати достатній рівень теоретичних знань з предмету, а також виявити вміння застосовувати одержані знання для вирішення конкретних навчальних проблем. Висновки необхідно робити з посиланням на конкретне літературне чи наукове джерело.

5. Запис теми контрольної роботи, передбачених варіантом, є обов'язковим. Контрольна робота повинна мати самостійний характер. Недопустимо запозичення тексту, фактичних даних із літературних джерел без посилання на них. Тому контрольні роботи, написані без врахування цих вимог, викладачем перевірятися не будуть.

6. Студент може спиратися у своїй роботі на відповідну навчальну і монографічну літературу з даної проблеми. При цьому, якщо він наводить цитату чи запозичує із літературного джерела якесь теоретичне положення (наприклад, визначення, висновки дослідження, думку автора літературного джерела з того чи іншого питання тощо), то обов'язково треба робити посилання на літературне джерело.

ОФОРМЛЕННЯ КОНТРОЛЬНОЇ РОБОТИ

- 7.1. Контрольна робота виконується державною (українською) мовою.
- 7.2. Обсяг контрольної роботи **не повинен перевищувати 15 сторінок комп'ютерного тексту**. Контрольна робота має бути оформлена належним чином (див. Патица Н.І. Стандарти на оформлення магістерських, дипломних, бакалаврських, курсових, контрольних робіт та рефератів. – К.: ПІК ДСЗУ, 2008. – 26с.).
- 7.3. Контрольна робота має бути виконана і направлена для перевірки протягом міжсесійного періоду, тобто навчального року, протягом якого здійснюється робота студента над засвоєнням навчального матеріалу як самостійно, так і під керівництвом викладача, але **не пізніше як за 30 днів до початку сесії** для студентів заочної форми навчання, передбаченої навчальним планом.

ПОРЯДОК ЗАРАХУВАННЯ КОНТРОЛЬНИХ РОБІТ

- 7.4. Контрольна робота оцінюється за чотирибальною національною шкалою та в балах за кредитно-трансфертною системою:

Оцінка ECTS	Оцінка у національній шкалі	Бали за ECTS
A (відмінно)	5 (відмінно)	47 - 50
B (дуже добре)	4 (добре)	44 - 46
C (добре)		40 - 43
D (задовільно)	3 (задовільно)	35 - 39
E (достатньо)		30 - 34
FX (незадовільно) з можливістю повторного складання	2 (незадовільно)	18 - 29
F (незадовільно) з обов'язковим повторним вивченням		1-17

- 7.5. У разі отримання студентом незадовільної оцінки, останній повинен усунути виявлені недоліки і повторно захистити її в установленій викладачем строк.
- 7.6. Студент, який не виконав контрольної роботи або якщо його робота не зарахована за результатами її виконання, **не допускається до семестрового контролю з дисципліни.**

ЗАВДАННЯ ДЛЯ КОНТРОЛЬНИХ РОБІТ

1. Поняття особистості і особистісного розвитку у вітчизняній і зарубіжній психології.
2. Психологічна зрілість і її розуміння з різних психологічних позицій.
3. Психологія рефлексії. Основні психологічні моделі рефлексії.
4. Професійна етика. Етикет у тренінгу особистісного зростання. Функції і ролі тренера.
5. Типи порушень і помилок у роботі ведучого тренінгу особистісного зростання.
6. Емпатія і рефлексія як механізми особистісного розвитку.
7. Техніка емпатійного і не рефлексивного слухання. Техніка рефлексивного слухання.
8. Асертивність. Модель асертивного прийняття критики.
9. Групові процеси, взаємовідносини і їх вплив на особистісний розвиток окремих учасників.
10. Стадії розвитку групової динаміки. Психотерапевтична динаміка групи як розгортання процесу особистісної і професійної самосвідомості і самовираження.
11. Деякі особливості зворотного зв'язку в тренінгу особистісного розвитку. Класифікація форм зворотного зв'язку.
12. Діагностика соціодинамічних процесів у тренінгу особистісного зростання. Мета й завдання вивчення цих процесів.
13. Види практик групового навчання.
14. Роль тренера у формуванні групи.
15. Основні методи тренінгу особистісного зростання.
16. Несвідомі аспекти взаємодії в тренінговій роботі.
17. Перенесення і контр перенесення у тренінгових групах.
18. Дострокове припинення тренінгу одним з учасників групи. Виключення учасників із групи.

8. МЕТОДИ НАВЧАННЯ

В процесі вивчення навчальної дисципліни використовуються:

1. Теоретико-інформаційні методи навчання:

- усне логічне цілісне викладення навчального матеріалу (лекція);
- діалогічно побудоване усне викладення (бесіда);
- пояснення, демонстрація.

2. Практико-операційні методи навчання (практичні роботи):

- вправи;
- рішення завдань.

3. Пошуково-творчі методи навчання (семінарські заняття):

- аналіз конкретних ситуацій (проблемних, звичайних, нетипових);
- групове обговорення питання;
- дискусії.

4. Методи самостійної роботи студентів:

- читання (робота з підручником й іншими учбово-методичними посібниками);
- конспектування;
- рішення завдань і проблемних ситуацій;
- творчі завдання.

Для активізації процесу навчання студентів у ході вивчення дисципліни застосовуються такі навчальні технології та засоби:

на практичних заняттях запроваджуються різні навчальні технології: обговорення проблем, дискусії; вирішення ситуаційних вправ; розв'язання проблемних питань; мозковий штурм; кейс-методи; презентації; аналіз конкретної ситуації; робота в малих групах; рольові та ділові ігри; банки візуального супроводження; письмовий контроль знань; індивідуальне та групове опитування; перехресна перевірка завдань з наступною аргументацією виставленої оцінки тощо.

Обов'язковими елементами активізації навчальної роботи студентів є чіткий контроль відвідування студентами занять, заохочення навчальної активності, справедлива диференціація оцінок.

9. МЕТОДИ КОНТРОЛЮ

Контроль і оцінювання знань, вмінь та навичок студентів складається з двох етапів:

- поточного контролю роботи студентів;
- підсумкового контролю.

Поточний контроль здійснюється в процесі вивчення дисципліни на практичних заняттях і проводиться у терміни, які визначаються календарним планом.

Завданням поточного контролю є перевірка розуміння та засвоєння теоретичного матеріалу, вироблення навичок проведення розрахункових робіт, умінь самостійно опрацьовувати тексти, здатності осмислити зміст теми, умінь публічно чи письмово представити певний матеріал (презентація).

Об'єктами поточного контролю знань студентів є:

- систематичність, активність, своєчасність та результативність роботи над вивченням програмного матеріалу дисципліни, у т.ч. виконання домашніх завдань та розв'язання задач;
- виконання завдань для самостійного опрацювання;
- виконання модульного завдання.

Поточний контроль знань, вмінь та навичок студентів передбачає застосування таких видів:

- тестові завдання;
- розрахункові завдання;
- обговорення проблеми, дискусія;
- аналіз конкретних ситуацій (поданих у вигляді усного, текстового або графічного матеріалу);
- ділові ігри (кейс-методи);
- презентації результатів роботи;
- інші.

Об'єктом **підсумкового контролю знань** студентів у формі **іспиту** є виконання усних та письмових завдань.

На іспит виносяться вузлові питання, типові та комплексні задачі, завдання, що потребують творчого підходу та вміння синтезувати отримані знання.

10. РОЗПОДІЛ БАЛІВ, ЯКІ ОТРИМУЮТЬ СТУДЕНТИ

для денної форми навчання

Поточне тестування та самостійна робота						Підсумковий тест	Сума	
Змістовий модуль 1		Змістовий модуль 2			Модульна контрольна робота			ІНДЗ
T1	T2	T3	T4	T5	15	20	25	100
8	8	8	8	8				
16		24						
75								

для заочної форми навчання

Поточне тестування, самостійна та контрольна робота					Підсумковий тест	Сума
Змістовий модуль 1		Змістовий модуль 2				
T1	T2	T3	T4	T5	50	100
50						

Шкала оцінювання: національна та ECTS

90-100 балів – **відмінно** (A);

82-89 балів – **добре** (B);

75-81 балів – **добре** (C);

68-74 балів – **задовільно** (D);

61-67 балів – **задовільно** (E);

35-60 балів – **незадовільно** з можливістю повторного складання (FX);

1-34 балів – **незадовільно** з обов'язковим повторним курсом (F).

11. МЕТОДИЧНЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ КУРСУ

Методичне забезпечення викладання дисципліни «Тренінг особистісного зростання» складають робоча програма навчальної дисципліни, програма нормативної навчальної дисципліни, візуальна презентація курсу, набір інтерактивних вправ і завдань, ККР.

12. ОРІЄНТОВНИЙ ПЕРЕЛІК ПИТАНЬ ДО ПІДСУМКОВОГО КОНТРОЛЮ ЗНАНЬ

1. Поняття особистості і особистісного розвитку у вітчизняній і зарубіжній психології.
2. Глибинне розуміння себе і своїй особистісній історії (психоаналітичний напрямок), підвищення усвідомленості (гештальт-підхід), приріст суб'єктності (вітчизняна психологія) та ін.
3. Особистісне зростання в гуманістичній парадигмі, поняття особистісного розвитку в екзистенціальній психології.
4. Психологічна зрілість і її розуміння з різних психологічних позицій.
5. Психологія рефлексії.
6. Основні психологічні моделі рефлексії: модель «виходу рефлексії» суб'єкта за межі здійснюваного в діяльності (Г.П. Щедровицький), особистісна-смилова модель процесу рефлексії як послідовна зміна типів здійснення «Я» в професійно-конфліктній ситуації (І.Н. Семенов, С.Ю. Степанов), модель вивчення особливостей рефлексії саморозвитку особистості, розвитку творчого потенціалу шляхом організації взаємодії і тренінгу в групах для різних вікових категорій і різних професійних спеціалізацій (В.В. Давидов, В.І. Слободчиков).
7. Опис «Я» з позицій різних теоретичних концепцій: контекст особистісних якостей, контекст соціальних ролей, контекст конфліктних особистісних сенсів, контекст діяльності особистості та ін.
8. Підходи до проблеми співвідношення між собою різних мов опису «Я»: багатовимірність «Я», множинність «Я» та ін.
9. Класифікації методів і моделей дослідження категоріальних структур самосвідомості і самовираження.
10. Етичні норми спілкування в тренінгу особистісного зростання. Правила та норми.
11. Вимоги до підготовки ведучого тренінгу особистісного зростання.
12. Функції і ролі тренера. Типи порушень і помилок у роботі ведучого.
13. Основні вимоги до учасників тренінгової групи.
14. Методи добору й формування тренінгової групи.
15. Місце тренінгу особистісного зростання в підготовці і перепідготовці фахівців допомагаючих професій.
16. Відмінності тренінгу особистісного зростання від інших форм психологічного розвитку.
17. Емпатія і рефлексія як механізми особистісного розвитку.
18. Техніка емпатійного і нерефлексивного слухання. Техніка рефлексивного слухання(відображення, перефразовування, резюмування, прояснення). Активне слухання.

19. Ассертивність. Модель асертивного прийняття критики.
20. Відкритість і щирість спілкування. Конструктивне критичне висловлювання.
21. Види неконструктивної критики.
22. Поняття групової динаміки. Психотерапевтична динаміка групи як розгортання процесу особистісної і професійної самосвідомості і самовираження.
23. Провідний контекст самосвідомості як чинник груповий динаміки (І.В. Вачков).
24. Саморозкриття, зворотний зв'язок і рефлексія як основні механізми групової динаміки.
25. Деякі особливості зворотного зв'язку в тренінгу особистісного розвитку.
26. Відповідальне самовираження і відповідальна відвертість (Р. Кочюнас).
27. Класифікація форм зворотного зв'язку.
28. Опір змінам, відмові від звичних стереотипів самосвідомості і самовираження.
29. Форми опору. Механізми опору з позиції різних психологічних концепцій.
30. Діагностика соціодинамічних процесів у тренінгу особистісного зростання. Мета й завдання вивчення цих процесів.
31. Види практик групового навчання.
32. Фактори детермінації рольової поведінки в тренінгу.
33. Дискусія в тренінгу та особливості її організації.
34. Специфіка презентації в тренінгу особистісного зростання.
35. Деякі особливості критики у тренінгу.
36. Роль тренера у формуванні групи.
37. Основні методи тренінгу особистісного зростання. Ігрові методи. Методи арт-терапії. Методи, стимулюючі розвиток професійної самосвідомості і самовираження. Біографічні методи: «Життєвий шлях особи» (О. Кронік); «Біографічний метод» (Б.Г. Ананьев); «Психологічна автобіографія» та ін. методи. Рефлексивно-інноваційні методи. Методи особистісної професійної ідентифікації і рефлексії.
38. Типи взаємостосунків в системі тренер – учасники. Перенесення і контрперенесення у тренінгових групах.
39. Можливості й обмеження саморозкриття тренера у групі.
40. Дострокове припинення тренінгу одним з учасників групи. Виключення учасника із групи.

13. СПИСОК РЕКОМЕНДОВАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ

Основна література:

1. Александров А.А. Современная психотерапия. Курс лекций. – Спб.: “Академический проект”, 1997. – 335 с.
2. Бакли Р., Кэйпл Дж. Теория и практика тренинга. – СПб.: Питер, 2002. – 352 с.
3. Большаков В.Ю. Психотренинг: социодинамика, упражнения, игры. – СПб.: Социально-психологический Центр, 1996. – 380 с.
4. Бурнард Ф. Тренинг межличностного взаимодействия. – СПб.: Питер, 2002. – 304 с.
5. Бурно М.Е. Терапия творческим самовыражением. – М.: Медицина, 1989. – 304 с.
6. Вачков И. Основы технологии группового тренинга. Психотехники. – М.: “Ось-89”, 2000. – 224 с.
7. Введение в практическую социальную психологию. / Под ред. Ю.М. Жукова, Л.А. Петровской, О.В. Соловьёвой. – М.: Смысл, 1996. – 373 с.
8. Зиннер Дж. В поисках хорошей формы. Гештальт-терапия с супружескими парами и семьями. – М.: Класс, 2000.
9. Игры. Обучение. Тренинг. Досуг. / Под ред. Петрусинского. – М.: “Новая школа”, 1994.
10. Кейсельман (Дорожкин) В.Р. Экспериментальные тренинги на природе. – СПб.: “Речь”, 2008. – 192 с.
11. Кейсельман (Дорожкин) В.Р. Котерапия: групповые феномены, методы, эффекты. – СПб.: “Речь”, 2007. – 192 с.
12. Корольова К. Психологічний тренінг як засіб особистісного зростання [Текст] / К. Корольова // Соціальна психологія: укр. наук. журн. / гол. ред. Ю. Шаргородський; ред. кол.: д-р філос. наук В. Андрущенко, д-р філос. наук В. Бех, д-р псих. наук І. Бех та ін. 2008. № 3(29). – С.76–83.
13. Кочунас Р. Психотерапевтические группы: теория и практика. – М.: Академический проект, 2000. – 240 с.
14. Кристофер Э., Смит Л. Тренинг лидерства. – СПб.: Питер, 2002. – 320 с.
15. Кроль Л., Михайлова Е. Тренинг тренеров: как закалялась сталь. – М.: «Класс», 2002. – 192 с.
16. Матласевич О.В. Теорія та методика організації психологічного тренінгу [Текст]: навчально-методичний посібник / О.В. Матласевич. – Острог: Видавництво Національного університету “Острозька академія”, 2010. – 204 с.
17. Мілютіна К.Л. Теорія та практика психологічного тренінгу: Навч. посіб.-К.: МАУП, 2004. – 192 с.
18. Методы современной психотерапии. / Составители Л.М. Кроль, Е.А. Пуртова. – М.: “Класс”, 2001. – 408 с.
19. Перлз Ф. Гештальт-подход и Свидетель терапии. – М.: “Либрис”, 1996. – 240 с.
20. Петровская Л.А. Теоретические и методические проблемы социально-психологического тренинга. – М.: МГУ, 1982. – 168 с.

21. Психогимнастика в тренинге. / Под ред. Н.Ю. Хрящевой. – СПб.: “Ювента”, 1999. – 256 с.
22. Рева О.М. Развитие рефлексивности будущих психологов средствами социально-психологического тренинга // Актуальные проблемы психологии: Психология навчання. Генетична психологія. Медична психологія / За ред. С.Д. Максимена, М.В. Папучі. – Київ-Ніжин: Видавництво НДУ, 2007. – Том 10, вип.1. – С. 90-91.
23. Рудестам К. Групповая психотерапия. Психокоррекционные группы: теория и практика. Пер. с англ. – М.: Прогресс, 1990. – 368 с.
24. Сидоренко Е.В. Технологии создания тренинга. От замысла к результату. – СПб.: Издательство «Речь»; ООО «Сидоренко и Ко», 2007. – 336 с.
25. Смутьсон М.Л. Тренинг „Конфликты и их разрешение”: Учеб. – метод. пособие / Международная орг-ция „Джайнт”, Киевский ин-т соц-ных и общинных работников. – К.: Нфа-принт, 2004. – 47 с.
26. Федорчук В.М. Тренінг особистісного зростання: навч. посіб. – К.: «Центр учбової літератури», 2014. – 250 с.
27. Ялом Ирвин. Теория и практика групповой психотерапии. – СПб.: “Питер”, 2000. – 640 с.
28. Яценко Т.С. Активная социально-психологическая подготовка учителя к общению с учащимися. – К.: Освіта, 1993. – 208 с.

Додаткова література:

29. Айви А.Е., Айви М.Б., Саймэк-Даунинг Л. Психологическое консультирование и психотерапия. Методы, теории и техники: практическое руководство. – М.: 1999. – 487 с.
30. Будза А. Арт-терапия: Йога внутреннего художника. – М.: ООО «Издательство АСТ», 2002. – 288 с.
31. Введение в практическую социальную психологию. / Под ред. Ю.М. Жукова, Л.А. Петровской, О.В. Соловьёвой. – М.: Смысл, 1996. – 373 с.
32. Групповая психотерапия / Под ред. Б.Д. Карвасарского, С. Ледера. – М.: Медицина, 1990. – 384 с.
33. Карделл Ф. Психотерапия и лидерство. – СПб.: Речь, 2000. – 234 с.
34. Келлерман П.Ф. Социодрама. // Психодрама и современная психотерапия. К., Академпресс. 2004. №4 с. 7–21.
35. Кристофер Э., Смит Л. Тренинг лидерства. – СПб.: Питер, 2001. – 320 с.
36. Кроль Л., Михайлова Е. Тренинг тренеров: как закалялась сталь. – М.: «Класс», 2002. – 192 с.
37. Кроль Л., Пуртова Е. Инструменты развития бизнеса: тренинг и консалтинг. – М.: «Класс», 2001. – 464 с.
38. Куттер П. Элементы групповой психотерапии. Введение в психоаналитическую практику. – СПб.: «Б.С.К.», 1998 – 198 с.

39. Психодрама и современная психотерапия. Научно-теоретический и научно-методический журнал / Под ред. Горносталя П.П., 2004/4, 2005/1, 2005/2-3.
40. Пугачёв В.П. Тесты, деловые игры, тренинги в управлении персоналом. – М.: Аспект Пресс, 2003. – 285 с.
41. Рейнуотер Дж. Как стать собственным психотерапевтом. – К.: «Кофр», 1996. – 240 с.
42. Свияш А. Разумный мир: Как жить без лишних переживаний. – М.: АСТ, 2005. – 602 с.
43. Семёнова Н.Д. Этические основы психотерапии. // Московский психотерапевтический журнал. М. 1997. № 2. с.109–130.
44. Турнер Д. Ролевые игры. Практическое руководство. – СПб: «Питер», 2002. – 352 с.
45. Фопель К. Барьеры, блокады и кризисы в групповой работе. – М.: «Генезис», 2003. – 160 с.
46. Хейзинга Й. Homo Ludens. Человек играющий. – М.: Эксмо-пресс, 2001. – 352 с.
47. Шерман Р., Фредман Н. Структурированные техники семейной и супружеской терапии: Руководство. – М.: «Класс», 1997. – 336 с.
48. Элиаде М. Мифы. Сновидения. Мистерии. – М.: Refl-book, К.: Ваклер, 1996, 288 с.
49. Юнг К.Г. Архетип и символ. – М.: Ренессанс, 1991. – 304 с.
50. Ялом Ирвин. Лжец на кушетке. – М.: Эксмо, 2006. – 480 с.
51. Якобс Д., Дэвис П., Мейер Д. Супервизорство. Техника и методы корректирующих консультаций. – СПб.: Б.С.К., 1997. – 235 с.

Інформаційні ресурси

52. <http://www.akademiki.biz/forum/>
53. <http://psyfactor.org/> – "ПСИ-ФАКТОР" – Центр практической психологии.
54. psychology.net.ru – Сайт "Мир психологии".
55. www.psychology.ru – Psychology.ru. Большой проект, посвященный психологии. Содержит много полезных разделов: библиотека, раздел о знаменитых психологах, большую коллекцию ссылок на психологические ресурсы, форумы, психологические тесты-Онлайн и другое.
56. <http://www.psychologos.ru/> – Психологос. Энциклопедия практической психологии.
57. <http://www.zercalo.ru/index.shtml> – Психология каталог. Психологические ссылки. Каталог психолога. Ссылки на психологические ресурсы.
58. PsyLab.info – Энциклопедия психодиагностики.

ЗМІСТ

1. Опис навчальної дисципліни	3
2. Мета та завдання навчальної дисципліни	4
3. Програма навчальної дисципліни	7
4. Структура навчальної дисципліни	9
5. Теми практичних занять	11
6. Самостійна робота	13
7. Індивідуальні навчально-дослідні завдання	17
8. Методи навчання	21
9. Методи контролю	22
10. Розподіл балів, які отримують студенти	23
11. Методичне забезпечення	23
12. Орієнтовний перелік питань до підсумкового контролю знань	24
13. Рекомендована література	26

Навчально-методичне видання

Дорожкін Валерій Романович

**Робоча програма вибіркової навчальної дисципліни
«Тренінг особистісного зростання»**

Відповідальний за випуск Л.М. Завиніченко.

Комп'ютерний набір В.Р. Дорожкін

Підписано до друку 27.09.2018 р. Формат 60×84/16. Папір офсетний.

Друк ротатійний трафаретний. Ум. друк. арк. 1,2.

Наклад 10 прим. Зам. № _____

Свідоцтво про внесення суб'єкта видавничої справи до державного реєстру
видавців, виготовників і розповсюджувачів видавничої продукції.

Серія ДК №1805 від 25.05.2004.

Інститут підготовки кадрів
державної служби зайнятості України (ІПК ДСЗУ)
03038, Київ – 38, вул. Нововокзальна 17.
Тел./факс (044) 536-14-85