

СИЛАБУС КУРСУ
«Технологія тренінгу особистісного розвитку»

другого (магістерського) рівня вищої освіти
для студентів спеціальності «053 Психологія» (ОПП «Практична психологія»)
педагогічного факультету

Назва курсу	«Технологія тренінгу особистісного розвитку»
Адреса викладання курсу	м. Київ, вул. Олександра Кониського 8 / 14, 10 поверх, аудиторія 10-8.
Контактна інформація щодо викладача	Дубініна Катерина Віталіївна k.v.dubinina@npu.edu.ua
Консультації з курсу відбуваються	
Сторінка курсу	
Передумови зарахування на курс	Вивчення даної дисципліни неможливе без професійних знань і умінь, набутих при опануванні курсів: «Вступ до фаху», «Загальна психологія з практикумом», «Соціальна психологія», «Вікова психологія», «Методологія та методи психологічних досліджень», «Психодіагностика», «Психологія розвитку і вікова психологія», «Тренінг спілкування та самопізнання».
Мета та завдання курсу	<p>Мета курсу «Технологія тренінгу особистісного розвитку» - ознайомлення, формування та удосконалення у студентів вміння організовувати і проводити тренінг, знання технології і нових (іноваційних) методик тренінгової роботи, загальної комунікативної готовності особистості, вироблення специфічних тренерських умінь і навичок, необхідних у роботі практичного психолога, формування вміння самопізнання та пізнання інших.</p> <p>Завдання «Технологія тренінгу особистісного розвитку»:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Поглибити у студентів знання та сформувати вміння організації та проведення професійного психологічного тренінгу. 2. Забезпечити практичне оволодіння психотехнічними засобами, методами у процесі організації та проведенні психологічного тренінгу. 3. Сприяти розвитку особистості студентів, формуванню позитивної Я – концепції, внутрішнього локусу контролю, оптимістичної настанови щодо вирішення життєвих, зокрема й професійних проблем.
Міждисциплінарні зв'язки	Зміст курсу тісно пов'язаний із такими дисциплінами: «Загальна психологія з практикумом», «Соціальна психологія», «Вікова психологія», «Методологія та методи психологічних досліджень», «Психодіагностика», «Психологія розвитку і вікова психологія», «Тренінг спілкування та самопізнання».
Інформація про курс (про що йде мова)	«Технологія тренінгу особистісного розвитку» складається з двох модулів. У змісті першого модуля «Технологія тренінгу» здійснюється ознайомлення студентів із визначенням поняття тренінг, атрибутів тренінгу; етапами підготовки і проведення тренінгу; висвітлюється зміст, план, ведення занять; структура тренінгу; завдання, основні функції та види діяльності тренера; ролі ведучого тренінгових груп та стилі керівництва; види діяльності ведучого; робота тренерів у парі. Надаються рекомендації щодо підвищення тренерської ефективності та розвитку навичок міжособистісного спілкування. Висвітлюється процес формування та

	<p>розвитку групи та активні (іноваційні) методи навчання у тренінгу.</p> <p>У змісті другого модуля «Самопізнання та ефективне професійне пізнання іншого у тренінгу» висвітлюється: значущість тренінгу особистісного зростання; психологічна структура особистісного зростання; поняття особистісне зростання; самостимуляція; програмування професійного і особистісного зростання; самореалізація; самопрезентація; спілкування як умова особистісного зростання; роль самопізнання, самоаналізу і пізнання іншого у тренінгу; основні засоби саморозвитку.</p> <p>Відпрацьовуються навички розробки власної тренінгової програми і її проведення (1 заняття тренінгу у якості тренера, за умов аудиторного навчання).</p>
<p>Чому це актуально, цікаво чи важливо?</p>	<p>«Технологія тренінгу особистісного розвитку» дозволяє набуту студентам додаткових фахових компетенцій при опануванні циклу дисциплін професійної підготовки.</p>
<p>Місце навчальної дисципліни в системі професійної підготовки фахівця</p>	<p>Навчальна дисципліна «Технологія тренінгу особистісного розвитку» є вибірковою.</p>
<p>На які питання відповідь курс і його головний аргумент?</p>	<p>У процесі вивчення курсу майбутній фахівець оволодіє знаннями про технологію проведення тренінгу і нових (інноваційних) методик тренінгової роботи; особливості активних (інтерактивних) методів навчання у тренінгу.</p> <p>Головний аргумент: курс допомагає у особистісно-професійному становленні успішного фахівця та сприяє у формуванні навичок та умінь планувати, організувати і проводити тренінг. Студенти оволодіють специфічними тренерськими вміннями і навичками, необхідних у роботі практичного психолога.</p>
<p>Очікувані результати навчання</p>	<p>Компетентності:</p> <p>ЗК1. Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях.</p> <p>ЗК8. Навички міжособистісної взаємодії.</p> <p>ЗК11. Здатність зберігати та примножувати моральні, культурні, наукові цінності і досягнення суспільства на основі розуміння історії та закономірностей розвитку предметної області, її місця у загальній системі знань про природу і суспільство та у розвитку суспільства, техніки і технологій, використовувати різні види та форми рухової активності для активного відпочинку та ведення здорового способу життя.</p> <p>СК8. Здатність організувати та надавати психологічну допомогу (індивідуальну та групову)</p> <p>СК12. Здатність до особистісного та професійного самовдосконалення, навчання та саморозвитку</p> <p>СК13. Здатність розробляти тренінги, створювати певні завдання розвивального характеру; психологічну експертизу.</p> <p>Програмні результати навчання:</p> <p>ПР5. Обирати та застосовувати валідний і надійний психодіагностичний інструментарій (тести, опитувальники, проєктивні методики тощо) психологічного дослідження та технології психологічної допомоги.</p> <p>ПР9. Пропонувати власні способи вирішення психологічних задач і проблем у процесі професійної діяльності, приймати та аргументувати власні рішення щодо їх розв'язання.</p> <p>ПР12. Складати та реалізовувати програму психопрофілактичних та просвітницьких дій, заходів психологічної допомоги у формі лекцій, бесід, круглих столів, ігор, тренінгів, тощо, відповідно до вимог замовника.</p>

	<p>ПР15. Відповідально ставитися до професійного самовдосконалення, навчання та саморозвитку.</p> <p>ПР20. Наявність творчих умінь розробляти психограми та проводити співбесіди, професійно- психологічний підбір, здійснювати оцінку системи управління персоналом, оцінку персоналу, системи формальної та неформальної комунікації; розробляти та проводити заходи попередження професійного вигорання персоналу; соціально-психологічні дослідження; навчання персоналу: тренінги комунікативних навичок у діловому спілкуванні; продаж; вдосконалення професійних навичок для працівників кадрової служби; командотворення; роботи з клієнтом по телефону; тайм-менеджмент.</p>
<p>Методи навчання</p>	<p>Методи інтерактивного навчання. Використання методів самостійної роботи студентів по осмисленню та засвоєнню матеріалу – самостійний пошук інформації.</p>
<p>Перелік основних практичних завдань</p>	<p>Підготовка до семінарських і лабораторних занять (підготовка, висвітлення і презентація доповіді, повідомлення, есе. Проведення заняття тренінгу у якості тренера). Розробка власної тренінгової програми.</p>
<p>Література для вивчення дисципліни</p>	<p style="text-align: center;">Основна:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Афанасьєва Н. Є. Теоретико-методологічні основи соціально-психологічного тренінгу : Навчальний посібник / Афанасьєва Н. Є., Перелигіна Л. А. Харків: УЦЗУ, 2008. 251 с. 2. Бондарєва Л.І. Методичні аспекти розробки та проведення навчального тренінгу студентів у вищій професійній школі / Л. І. Бондарєва // Педагогіка і психологія професійної освіти. 2016. №6. С.48-58. 3. Вайс Керол Г. Оцінювання: Методи дослідження програм та політики / Пер. з англ. Р. Ткачука та М. Корчинської; наук. ред. пер. О. Кілієвич. К.: Основи, 2000. 4. Дубініна К. В. Інтерактивні методи навчання у професійній підготовці практичного психолога // Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова. Серія № 12. Психологічні науки: Зб. наукових праць. К.: НПУ імені М. П. Драгоманова, 2012. № 38 (62). С. 223 – 231. 5. Джонсон Д. Тренінг саморозкриття // Практична психологія та соціальна робота. 2003. №7. С 52 – 64. 6. Зливков В.Л., Лукомська С.О. Сучасні тренінгові технології розвитку особистості в освіті. Київ. 2022. 184 с. 7. Карпенко Є. Основи психотренінгу : навч. посібник. Дрогобич. 2015. 78 с. 8. Матійків І. М. Основи тренерської майстерності : [навч.-метод. посіб.] / І. М. Матійків, А. І. Якимів, Т. Г. Черняк / За заг. ред. А. І. Якиміва. Львів : Компанія «Манускрипт», 2012. 392 с. 9. Мілютіна К. Л. Теорія та практика психологічного тренінгу : [навч. посіб.]. К. Л. Мілютіна. К. : МАУП, 2004. 192 с. 10. Методологія проведення тренінгів: курс лекцій з дисципліни для студентів денної та заочної форми навчання спеціальності 053 «Психологія» / укладачі Корнієнко І.О., Алмаші С.І. – Мукачево : МДУ, 2016. - 60с. 11. Святенко Ю. О. Тренінг особистісного зростання [Текст] : навчально-методичний посібник для студентів / Ю. О. Святенко. К. : СЛОВО, 2017. 107, [5] с.

12. Софій Н.З., Кузьменко В.У. Про сто і один метод активного навчання. К.: Крок за кроком, 2003.
13. Технологія тренінгу / Упоряд.: О.Главник, Г.Бевз /За заг.ред. С.Максименко. К.: Главник, 2005.
14. Технології навчання дорослих / Упоряд. : О. Главник, Г. Бевз. К.: Главник, 2006. 128 с.
15. Тренерська валіза / Упоряд.: О. Главник, Р. Безпальча, О. Попова. К.: Главник, 2006. 144 с.

Допоміжна

1. Адамська З. М. Соціально-психологічний тренінг як фасилітативне середовище для розвитку фасилітативних здібностей майбутнього психолога. Філософсько-психологічні аспекти лідерства в бізнесі, освіті та державі : збірник тез IV Міжнародної науково-практичної конференції, 15 березня 2019 р. Львів : СПОЛОМ, 2019. С. 17–21.
2. Блінов О. А. Особливості організації проведення психологічного тренінгу / О. А. Блінов // Вісник. Збірник наукових статей Київського міжнародного університету. Серія: Психологічні науки. Випуск 12. К. : КиМУ, 2008. С. 9–23.
3. Вінтюк Ю. В. Застосування тренінгів особистісного розвитку в підготовці майбутніх фахових психологів [Текст] / Ю. В. Вінтюк // Молодий вчений. 2018. №2.С. 600-604.
4. Винославська О.В. Малигіна М.П. Людські стосунки : навч. посіб. 2-ге вид. К. : Центр навчальної літератури, 2006. 142 с.
5. Гірник А.М. Шпалерчук І.Н. Тренінг комунікативних умінь: Методичні матеріали // Практична психологія та соціальна робота. 2001. №1, 2. С. 21 – 24.
6. Групові форми роботи в системі психосоціальної допомоги дітям і сім'ям, що опинились у складних життєвих обставинах внаслідок військових дій (досвід упровадження) / [авт. кол. В. В. Байдик, Ю. С. Бондарук, Ю. П. Гопкало, Т. Б. Гніда, І. О. Корнієнко, Н. В. Лунченко, Ю. А. Луценко, Р. А. Мороз, І. І. Ткачук] ; заг. ред. В. Г. Панка, І. І. Ткачук. Київ : Ніка-Центр, 2020. 122 с.
7. Євдокимова Н. О. Соціально-психологічний тренінг як технологія розвитку особистості студента / Н. О. Євдокимова // Вісник Національного університету оборони України. 2014. Вип. 4. С. 211-217. - Режим доступу: http://nbuv.gov.ua/UJRN/Vnaou_2014_4_38.
8. Коробейнікова Л.Г. Програма навчальної дисципліни «Тренінг спілкування». К.: КиМУ, 2003. 8 с.
9. Мороз Л. І. Професійно-психологічний тренінг : Підручник для студ. ВНЗ / Мороз Л. І., Яковенко С. І. Київ : ПАЛИВОДА А.В., 2011. 251 с.
10. Мороз Л.І Психологічний тренінг: до питання валідності та надійності психотехнічних вправ // Практична психологія та соціальна робота. 2003. №8. С. 68 – 71.
11. Навчання дорослих. Тренінг для тренерів. Всеукраїнський фонд “Крок за кроком”, К., 2001.
12. Орбан-Лембрик Л.Е. Соціально-психологічний тренінг / Л.Е. Орбан-Лембрик // Соціальна психологія : підручник : у 2 кн. Кн. 2. Соціальна психологія груп. Прикладна соціальна психологія. Чернівці: Книга XXI, 2010. С. 399-405.
13. Пеньковська Н. М. Основи психологічного консультування в методі позитивної психотерапії : навч. посіб. / Н. М. Пеньковська, Р. В. Шептицький. Тернопіль : Крок, 2014. 286 с.
14. Перепелюк Т. Д. Організація і методика соціально-психологічних тренінгів: навчальний підручник / Т. Д. Перепелюк, І. С. Ільченко, Умань : видавничо-

	<p>поліграфічний центр «Візаві», 2014. 255 с.</p> <p>15. Рева О.М. Програма навчальної дисципліни «Тренінг особистісного зростання». К.: КиМУ, 2003. 8 с.</p> <p>16. Соціально-психологічний тренінг і маніпуляція: навч.-метод.посіб./ В.В.Балахтар. Вижниця:«Черемош», 2017. 432 с.</p> <p>17. Сходження на вершину: книжка про тих і для тих, хто прагне успішного лідерства / За ред. О.Є. Скорик.К., 2005.116 с.</p> <p>18. Сучасні тренінгові технології для розвитку особистості: еко-тренінги. Збірник наукових праць за матеріалами Всеукраїнської науково-практичної конференції(м. Умань, 14 травня 2020 року) / За заг. ред. Т.Д. Перепелюк / М-во освіти і науки України, Уманський державний педагогічний університет імені Павла Тичини, ФСПО. Умань, 2020. 107 с.</p> <p>19. Технології роботи організаційних психологів: Навч. посіб. Для студентів вищ. навч. закл. та слухачів ін-тів після диплом. освіти / За наук. ред. Л.М. Карамушки. К.: Фірма «ІНКОС», 2005. 366 с.</p> <p>20. Федорчук В.М. Тренінг особистісного зростання: навч. посіб. / В.М. Федорчук. К.: «Центр учбової літератури», 2014. 250 с.</p> <p>21. Цигульська Т. Ф. Загальна та прикладна психологія. Як допомогти собі та іншим.- К., 2000.190 с.</p> <p>22. Чебикін, О. Я. Психологічні основи тренінгових технологій : монографія / О. Я. Чебикін, Т. В. Сінельнікова; ПНЦ НАПН України. Одеса : Лерадрук, 2013. 229 с.</p> <p>23. Яценко Т. С. Теорія і практика групової психокорекції / Т. С. Яценко. К. : Вища школа, 2004. 697 с.</p>
<p>Політика курсу</p>	<p>Політика щодо дедлайнів та перескладання: Роботи, які здаються із порушенням термінів без поважних причин, оцінюються на нижчу оцінку (75% від можливої максимальної кількості балів за вид діяльності). Перескладання модулів відбувається із дозволу деканату за наявності поважних причин (наприклад, лікарняний).</p> <p>Політика щодо академічної доброчесності: Списування під час контрольних робіт та екзаменів заборонені (в т.ч. із використанням мобільних девайсів).</p> <p>Політика щодо відвідування: Відвідування занять є обов'язковим компонентом оцінювання, за яке нараховуються бали. За об'єктивних причин (наприклад, хвороба, працевлаштування, міжнародне стажування) навчання може відбуватись в онлайн формі за погодженням із викладачем. Студенти мають інформувати викладача про неможливість відвідати заняття. У будь-якому випадку студенти зобов'язані дотримуватися усіх строків, визначених для виконання всіх видів письмових робіт, передбачених курсом.</p>

Політика оцінювання

Оцінювання проводиться за 100-бальною шкалою протягом семестру

Вид діяльності	Максимальна кількість балів за одиницю	Кількість одиниць до розрахунку	Всього
Робота на семінарському (практичному), занятті (в тому числі доповідь, виступ, повідомлення, участь у дискусії)	5	6	30
Робота на лабораторному занятті	5	6	30
ІНДЗ	10	2	20
Модульна контрольна робота	10	2	20
максимальна кількість балів 100			

Форма підсумкового контролю: залік.

Політика виставлення балів. При цьому обов'язково враховуються присутність на заняттях та активність студента під час лабораторних, семінарських (практичних) занять.