

САНКТ-ПЕТЕРБУРГСКОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ
АВТОНОМНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ

**«САНКТ-ПЕТЕРБУРГСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ИНСТИТУТ
ПСИХОЛОГИИ И СОЦИАЛЬНОЙ РАБОТЫ»
(СПбГИПСР)**

КАФЕДРА ОБЩЕЙ И КОНСУЛЬТАТИВНОЙ ПСИХОЛОГИИ

УТВЕРЖДАЮ

Руководитель образовательной программы,
доктор психологических наук, профессор кафедры общей
и консультативной психологии

М.А. Щукина

«20» апреля 2022 г.

Рабочая программа дисциплины

ТЕХНОЛОГИИ ВЕДЕНИЯ ГРУПП ТРЕНИНГА ЛИЧНОСТНОГО РОСТА

основной профессиональной образовательной программы

«Психологическое консультирование»

по направлению подготовки 37.04.01 Психология

Разработчик: доктор психол. наук, зав. кафедрой Щукина Мария Алексеевна

Согласовано: канд. психолог. наук, доцент, зав. кафедрой Кузьменкова Лидия Всеволодовна

Санкт-Петербург

2022

РАЗДЕЛ 1. Учебно-методический раздел рабочей программы дисциплины

1.1. Аннотация рабочей программы дисциплины

ТЕХНОЛОГИИ ВЕДЕНИЯ ГРУПП ТРЕНИНГА ЛИЧНОСТНОГО РОСТА

Цель изучения дисциплины: изучение процесса тренинга личностного роста и приобретение опыта организации работы группы и использования тренинговых технологий в программах психологического вмешательства и консультирования.

Задачи дисциплины:

1. Сформировать представления о личностном росте как теоретическом конструкте и объекте практической деятельности в современной психологии личности.
2. Рассмотреть основные формы тренинговой работы и показать специфику тренинга личностного роста.
3. Раскрыть этапы групповой динамики во время проведения тренинга.
4. Представить этапы проведения тренинга, правила ведения тренинга, подбора упражнений и игр, организации занятий и формирования группы.

Содержание дисциплины:

Личностный рост: определение, подходы, критерии.

Тренинг как технология практической психологии.

Программы тренинга личностного роста: создание и экспертиза.

1.2. Цель и задачи обучения по дисциплине

Цель¹:

– изучение процесса тренинга личностного роста и приобретение опыта организации работы группы и использования тренинговых технологий в программах психологического вмешательства и консультирования.

Задачи²:

1. Сформировать представления о личностном росте как теоретическом конструкте и объекте практической деятельности в современной психологии личности.
2. Рассмотреть основные формы тренинговой работы и показать специфику тренинга личностного роста.
3. Раскрыть этапы групповой динамики во время проведения тренинга.
4. Представить этапы проведения тренинга, правила ведения тренинга, подбора упражнений и игр, организации занятий и формирования группы.

1.3. Язык обучения

Язык обучения – русский.

¹ Цель – представление о результатах освоения дисциплины. Цель дисциплины должна быть соотнесена с результатом освоения ОП ВО (формируемыми компетенциями). Цель должна быть обозначена кратко, четко и иметь практическую направленность. Достижение цели должно быть проверяемым

² Формулировка задач должна быть связана со знаниями, умениями и навыками (владениями), также должны быть учтены виды деятельности, указанные в ОП ВО.

1.4. Объем дисциплины в зачетных единицах с указанием количества академических часов, выделенных на контактную работу обучающихся с преподавателем по видам учебных занятий, самостоятельную работу, форму промежуточной аттестации

Форма обучения	Общий объём дисциплины			Объем в академических часах							
	В зач.ед.	В астрон. часах	В академ. часах	Объем самостоятельной работы	Объем контактной работы обучающихся с преподавателем					В том числе практическая подготовка*	Промежуточная аттестация (экзамен)**
					Всего	Виды учебных занятий					
						Всего учебных занятий	Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа			
Очная	4	108	144	72	72	68	24	44		4	
Очно-заочная	4	108	144	96	48	44	12	32		4	

*Часы на практическую подготовку выделяются в тех дисциплинах, где она предусмотрена (в лекциях, практических занятиях, коллоквиумах, кейсах и прочее)

**В случае реализации смешанного обучения рабочая программа дисциплины адаптируется преподавателем в части всех видов учебных занятий и промежуточной аттестации к использованию дистанционных образовательных технологий.

1.5. Планируемые результаты обучения по дисциплине, обеспечивающие достижение планируемых результатов освоения образовательной программы

Код компетенции наименование компетенции	Код и наименование индикатора достижения компетенции	Результаты обучения
УК-3. Способен организовывать и руководить работой команды, вырабатывая командную стратегию для достижения поставленной цели	ИУК-3.1. Осуществляет обмен информацией, знанием и опытом с членами команды, оценивает идеи других членов команды для достижения поставленной цели. ИУК-3.2. Соблюдает нормы и установленные правила командной работы, несет личную ответственность за результат.	На уровне знаний: - роль, преимущества и ограничения групповой работы в практике оказания психологической помощи; - особенности тренинга как технологии работы психолога с группой; - правила организации и проведения работы тренинговой группы; На уровне умений: - организовывать групповые занятия в рамках проведения группового тренинга; - организации взаимодействия и установления контакта в процессе групповой тренинговой работы; На уровне навыков: - организационной и руководящей работы в тренинговых группах;

<p>ОПК-5. Способен разрабатывать и реализовывать научно обоснованные программы вмешательства профилактического, развивающего, коррекционного или реабилитационного характера для решения конкретной психологической проблемы отдельных лиц, групп и (или) организаций</p>	<p>ИОПК-5.1. Знает основные стратегии, виды и формы вмешательства, принципы их применения для создания программ психологического вмешательства профилактического, развивающего, коррекционного или реабилитационного характера. ИОПК-5.2. Владеет базовыми приемами психологической помощи, развивающими и коррекционными технологиями, методами индивидуальной и групповой работы.</p>	<p>На уровне знаний: - теоретические модели личностного роста в отечественных и зарубежных теориях личности; - способы реализации, преимущества и ограничения тренинга как технологии психологической помощи в рамках программ психологического вмешательства и развития; - динамику тренингового процесса и способы управления ею; На уровне умений: - использовать модели личностного роста для проектирования развития клиентов психологической помощи и сопровождения развития; - проводить экспертную оценку тренинговых программы; - подбирать тренинговые упражнения, релевантные специфике участников группы и целям программы вмешательства; На уровне навыков: - навыками проведения тренинговых упражнений; - навыками управления групповой динамикой в процессе тренинга;</p>
<p>ОПК-6. Способен разрабатывать и реализовывать комплексные программы предоставления психологических услуг по индивидуальному, семейному и групповому психологическому консультированию в соответствии с потребностями и целями клиента</p>	<p>ИОПК-6.1. Знает концепции и методы консультирования (индивидуального, группового, семейного). ИОПК-6.2. Умеет оценить проблемы и потребности клиента, сформулировать задачи и выбрать методы консультирования.</p>	<p>На уровне знаний: - теоретические основания тренинга личностного роста как технологии группового психологического консультирования; - сферу применения, преимущества и ограничения тренинга личностного роста как технологии группового психологического консультирования; На уровне умений: - разрабатывать и экспертировать программы тренингов личностного роста в рамках группового консультирования клиентов психологических услуг; На уровне навыков: навыками создания и проведения тренинговых программ личностного роста.</p>

РАЗДЕЛ 2. Структура и содержание дисциплины

2.1. Учебно-тематический план дисциплины

Очная форма обучения

Номер темы	Название темы	Объем дисциплины (модуля), час.				Форма промежуточной аттестации (ПА)	
		Всего	Контактная работа обучающихся с преподавателем по видам учебных занятий				СР
			Л	ПЗ	ПрП		
Тема 1	Личностный рост: определение, подходы, критерии	40	8	8		24	
Тема 2	Тренинг как технология практической психологии	48	8	16		24	
Тема 3	Программы тренинга личностного роста: создание и экспертиза	52	8	20		24	
Промежуточная аттестация		4					экзамен
ВСЕГО в академических часах		144	24	44		72	

Очно-заочная форма обучения

Номер темы	Название темы	Объем дисциплины (модуля), час.				Форма промежуточной аттестации (ПА)	
		Всего	Контактная работа обучающихся с преподавателем по видам учебных занятий				СР
			Л	ПЗ	ПрП		
Тема 1	Личностный рост: определение, подходы, критерии	40	4	8		28	
Тема 2	Тренинг как технология практической психологии	48	4	12		32	
Тема 3	Программы тренинга личностного роста: создание и экспертиза	52	4	12		36	
Промежуточная аттестация		4					экзамен
ВСЕГО в академических часах		144	12	32		96	

Используемые сокращения:

Л – занятия лекционного типа (лекции и иные учебные занятия, предусматривающие преимущественную передачу учебной информации педагогическими работниками организации и (или) лицами, привлекаемыми организацией к реализации образовательных программ на иных условиях, обучающимся);

ПЗ – практические занятия (виды занятия семинарского типа за исключением лабораторных работ);

ПрП – работа обучающихся с педагогическими работниками организации и (или) лицами, привлекаемыми организацией к реализации практической подготовки;

СР – самостоятельная работа, осуществляемая без участия педагогических работников организации и (или) лиц, привлекаемых организацией к реализации образовательных программ на иных условиях.

ПА – промежуточная аттестация (зачет или экзамен).

Образовательные технологии

Учебный процесс при преподавании курса основывается на использовании традиционных, инновационных и информационных образовательных технологий. Традиционные образовательные технологии представлены лекциями и семинарскими (практическими) занятиями. Инновационные образовательные технологии используются в виде широкого применения активных и интерактивных форм проведения занятий. Информационные образовательные технологии реализуются путем активизации самостоятельной работы студентов в информационной образовательной среде.

2.2. Краткое содержание тем (разделов) дисциплины

Тема 1. Личностный рост: определение, подходы, критерии

Личностный рост в системе понятий психологии личности. Личностный рост как особая форма развития и результат развития личности. Подходы к выделению критериев личностного роста в теоретических концепциях психологии. Проблема механизмов личностного роста. Проблема психологической помощи и воздействия в сфере личностного роста. Проблема диагностики личностного роста в практике работы психолога.

Тема 2. Тренинг как технология практической психологии

Основные формы тренинговой работы в практике работы психолога. Теоретические основания практики групповой работы. Виды тренингов. Психотехнологические модели различных направлений групповой работы. Организационные особенности групповой работы. Правила ведения тренинга, подбора упражнений и игр, организации занятий и формирования группы. Этапы групповой динамики во время проведения тренинга. Этические нормы при проведении тренинговой работы.

Тема 3. Программы тренинга личностного роста: создание и экспертиза

Психотерапевтические факторы группы и личностный рост. Специфика тренинга личностного роста: цели, задачи, возможности и ограничения. Сфера применения тренинга личностного роста в практике работы психолога. Техники и приемы работы с личностью в тренинге личностного роста. Типовые программы тренинга личностного роста и принципы их создания. Экспертиза программ тренинга личностного роста.

2.3. Описание занятий семинарского типа

СЕМИНАРСКОЕ ЗАНЯТИЕ 1.

Тема: Личностный рост: определение, подходы, критерии

Цель: Сформировать представления о личностном росте как теоретическом конструкте и объекте практической деятельности в современной психологии личности.

Понятийный аппарат: личностный рост, развитие, личность.

Вопросы для обсуждения:

1. Личностный рост в системе понятий психологии личности.
2. Психология личности – особая форма развития и результат развития личности.
3. Подходы к выделению критериев личностного роста в теоретических концепциях психологии.
4. Проблема механизмов личностного роста.
5. Проблема психологической помощи и воздействия в сфере личностного роста.
6. Проблема диагностики личностного роста в практике работы психолога.

Требования к подготовке к занятию: студенты готовят ответы на вопросы на основе предварительной работы с литературой.

СЕМИНАРСКОЕ ЗАНЯТИЕ 2.

Тема: Тренинг как технология практической психологии

Цель: Рассмотреть основные формы тренинговой работы, их цели и задачи, сферу применения.

Понятийный аппарат: психологический тренинг, виды психологических тренингов, тренинг личностного роста, групповая динамика в психологическом тренинге.

Вопросы для обсуждения:

1. Основные формы тренинговой работы в практике работы психолога.
2. Теоретические основания практики групповой работы.
3. Виды тренингов.
4. Психотехнологические модели различных направлений групповой работы.
5. Организационные особенности групповой работы.
6. Правила ведения тренинга, подбора упражнений и игр, организации занятий и формирования группы.
7. Этапы групповой динамики во время проведения тренинга.
8. Этические нормы при проведении тренинговой работы.

Требования к подготовке к занятию: студенты готовят ответы на вопросы на основе предварительной работы с литературой.

СЕМИНАРСКОЕ ЗАНЯТИЕ 3.

Тема: Программы тренинга личностного роста: создание и экспертиза

Цель: Рассмотреть специфику тренинга личностного роста; раскрыть этапы групповой динамики во время проведения тренинга; рассмотреть этапы проведения тренинга, правила ведения тренинга, подбора упражнений и игр, организации занятий и формирования группы.

Понятийный аппарат: психологический тренинг, виды психологических тренингов, тренинг личностного роста, групповая динамика в психологическом тренинге.

Вопросы для обсуждения:

1. Психотерапевтические факторы группы и личностный рост.
2. Специфика тренинга личностного роста: цели, задачи, возможности и ограничения.
3. Сфера применения тренинга личностного роста в практике работы психолога.
4. Техники и приемы работы с личностью в тренинге личностного роста.
5. Типовые программы тренинга личностного роста и принципы их создания.
6. Экспертиза программ тренинга личностного роста.

Требования к подготовке к занятию: студенты готовят ответы на вопросы на основе предварительной работы с литературой.

2.4. Описание занятий в интерактивных формах

Интерактивное занятие к теме 1 «Личностный рост: определение, подходы, критерии»

Занятие проводится в форме дискуссии в мини-группах с изготовлением в качестве продукта интеллект карты на заданную тему.

Задания для обсуждения:

1. Сделайте сравнительный анализ понятий: формирование личности, развитие личности, саморазвитие личности, личностный рост, жизненный путь. Результаты обсуждения оформите в виде интеллект-карты.
2. Изобразите в виде интеллект-карты механизм личностного роста на примере анализа описаний жизненного пути в художественных произведениях. Проанализируйте и отразите в интеллект-карте социальные и внутриличностные детерминанты личностного роста, выделите критерии личностного роста.

Интерактивное занятие к теме 2 «Тренинг как технология практической психологии»

Занятие проводится в форме демонстрационного мини-тренинга (тренингового дня), где преподаватель выполняет роль тренера, студенты – роли участников тренинга (по желанию) или наблюдателей (для нежелающих принимать участие в групповой работе).

Студентам демонстрируется и разъясняется модель построения и проведения тренинговых занятий с обсуждением их вопросов, достижений, реакций и иного психологического содержания.

Интерактивное занятие к теме 3 «Программы тренинга личностного роста: создание и экспертиза»

Занятие проводится в форме дискуссии. Обсуждаются рекламные объявления в сети интернет о проведении тренингов личностного роста. При обсуждении поднимаются следующие вопросы:

- На базе какой организации организуется тренинг?
- Какова протяженность и структура тренинга?
- Каковы заявленные цели и задачи тренинга?
- Какова целевая аудитория тренинга?
- Какова стоимость участия в тренинге?
- Каковы заявленные преимущества предлагаемой тренинговой программы?
- Каково толкование авторами личностного роста? Соответствует ли оно Вашему пониманию личностного роста?
- Каковы достоинства и недостатки предлагаемой программы с точки зрения теории психологического тренинга?

2.5. Организация планирования встреч с приглашенными представителями организаций

Встречи с приглашенными представителями организаций не предусмотрены.

2.6. Особенности освоения дисциплины инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья

Обучение студентов с ограниченными возможностями здоровья при необходимости осуществляется кафедрой на основе адаптированной рабочей программы с использованием специальных методов обучения и дидактических материалов, составленных с учетом особенностей психофизического развития, индивидуальных возможностей и состояния здоровья таких обучающихся (обучающегося).

В целях освоения учебной программы дисциплины инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья кафедра обеспечивает:

- 1) для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья по зрению:
 - размещение в доступных для обучающихся, являющихся слепыми или слабовидящими, местах и в адаптированной форме справочной информации о расписании учебных занятий;

- присутствие ассистента, оказывающего обучающемуся необходимую помощь;
- выпуск альтернативных форматов методических материалов (крупный шрифт или аудиофайлы);

2) для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья по слуху:

- надлежащими звуковыми средствами воспроизведение информации;

3) для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья, имеющих нарушения опорно-двигательного аппарата:

- возможность беспрепятственного доступа обучающихся в учебные помещения, туалетные комнаты и другие помещения кафедры, а также пребывание в указанных помещениях.

Получение образования обучающимися с ограниченными возможностями здоровья может быть организовано как совместно с другими обучающимися, так и в отдельных группах или в отдельных организациях.

Перечень учебно-методического обеспечения самостоятельной работы обучающихся по дисциплине.

Учебно-методические материалы для самостоятельной работы обучающихся из числа инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья предоставляются в формах, адаптированных к ограничениям их здоровья и восприятия информации:

Категории студентов	Формы
С нарушением слуха	- в печатной форме; - в форме электронного документа
С нарушением зрения	- в печатной форме увеличенным шрифтом; - в форме электронного документа; - в форме аудиофайла
С нарушением опорно-двигательного аппарата	- в печатной форме; - в форме электронного документа; - в форме аудиофайла

Данный перечень может быть конкретизирован в зависимости от контингента обучающихся.

Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине.

Перечень фондов оценочных средств, соотнесённых с планируемыми результатами освоения образовательной программы.

Для студентов с ограниченными возможностями здоровья предусмотрены следующие оценочные средства:

Категории студентов	Виды оценочных средств	Формы контроля и оценки результатов обучения
С нарушением слуха	Тест	преимущественно

		письменная проверка
С нарушением зрения	собеседование	преимущественно устная проверка (индивидуально)
С нарушением опорно-двигательного аппарата	Решение дистанционных тестов, контрольные вопросы	-

Студентам с ограниченными возможностями здоровья увеличивается время на подготовку ответов к зачёту, разрешается готовить ответы с использованием дистанционных образовательных технологий.

Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующие этапы формирования компетенций. При проведении процедуры оценивания результатов обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья предусматривается использование технических средств, необходимых им в связи с их индивидуальными особенностями. Процедура оценивания результатов обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья по дисциплине предусматривает предоставление информации в формах, адаптированных к ограничениям их здоровья и восприятия информации:

Для лиц с нарушениями зрения:

- в печатной форме увеличенным шрифтом;
- в форме электронного документа;
- в форме аудиофайла.

Для лиц с нарушениями слуха:

- в печатной форме;
- в форме электронного документа.

Для лиц с нарушениями слуха:

- в печатной форме увеличенным шрифтом;
- в форме электронного документа;
- в форме аудиофайла.

Данный перечень может быть конкретизирован в зависимости от контингента обучающихся. При проведении процедуры оценивания результатов обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья по дисциплине (модулю) обеспечивается выполнение следующих дополнительных требований в зависимости от индивидуальных особенностей обучающихся:

- инструкция по порядку проведения процедуры оценивания предоставляется в доступной форме (устно, в письменной форме);

- доступная форма предоставления заданий оценочных средств (в печатной форме, в печатной форме увеличенным шрифтом, в форме электронного документа, задания зачитываются ассистентом);

- доступная форма предоставления ответов на задания (письменно на бумаге, набор ответов на компьютере, с использованием услуг ассистента, устно).

При необходимости для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов процедура оценивания результатов обучения по дисциплине (модулю) может проводиться в несколько этапов.

Проведение процедуры оценивания результатов обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья допускается с использованием дистанционных образовательных технологий.

Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины. Для освоения дисциплины инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья предоставляются основная и дополнительная учебная литература в виде электронного документа в фонде библиотеки и / или в электронно-библиотечных системах.

Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине Освоение дисциплины инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья осуществляется с использованием средств обучения общего и специального назначения:

- лекционная аудитория – мультимедийное оборудование (для студентов с нарушениями слуха);

- учебная аудитория для практических занятий (семинаров) мультимедийное оборудование, (для студентов с нарушениями слуха).

2.7. Методические указания для студентов по освоению дисциплины

Основными принципами изучения данной дисциплины являются:

- принцип развивающего и воспитывающего обучения;
- принцип культурно-природосообразности;
- принцип научности и связи теории с практикой;
- принцип систематичности;
- принцип наглядности;
- принцип доступности;
- принцип положительной мотивации и благоприятного климата обучения.

Методическое обеспечение дисциплины осуществляется за счёт использования

современных учебников (учебных комплексов, справочной литературы, словарей, интернет-сайтов специальных зданий и организаций) и учебных пособий, касающихся проблематики изучаемой дисциплины (психодиагностики).

2.8. Материально-техническая база, необходимая для осуществления образовательного процесса по дисциплине

Учебная аудитория, оборудованная мультимедийным оборудованием и аудио системой, с возможностью демонстрации интерактивных пособий и учебных фильмов, с доступом к сети Интернет.

РАЗДЕЛ 3. Требования к самостоятельной работе студентов в рамках освоения дисциплины

Самостоятельная работа студентов в рамках дисциплины является одним из базовых компонентов обучения, приобретения общекультурных и профессиональных компетенций, предусмотренных компетентностно-ориентированным учебным планом и рабочей программой учебной дисциплины. В процессе самостоятельной работы студенты проявляют свои творческие качества, поднимаются на более высокий уровень профессионализации.

Формы выполнения студентами самостоятельной работы могут быть разнообразны: как выполнение ряда заданий по темам, предложенным преподавателем, так и выполнение индивидуальных творческих заданий (в согласовании с преподавателем): составление библиографии, картотеки статей по определенной теме; составление опорных схем для осмысления и структурирования учебного материала; создание электронных презентаций; выступления на научно-практических конференциях и мн. др.

Типовые задания СРС:

- работа с первоисточниками;
- подготовка докладов;
- изучение отдельной темы и разработка опорного конспекта;
- решение исследовательских задач;
- составление понятийного тезауруса;
- подготовка презентации;
- написание эссе;
- составление аннотированного списка литературы по одной из тем;
- исследовательские работы (возможна разработка проекта).

Самостоятельная работа студентов – способ активного, целенаправленного приобретения студентом новых для него знаний, умений и компетенций без непосредственного участия в

этом процессе преподавателей. Самостоятельная работа по дисциплине является единым видом работы, которая может состоять из нескольких заданий.

Методические рекомендации по выполнению самостоятельной работы

Цель выполнения самостоятельной творческой работы — приобретение опыта активной самостоятельной учебно-познавательной деятельности.

Целью СРС является овладение фундаментальными знаниями, профессиональными умениями и навыками деятельности по профилю, опытом творческой, исследовательской деятельности. СРС способствует развитию самостоятельности, ответственности и организованности, творческого подхода к решению проблем учебного и профессионального уровня.

В процессе выполнения самостоятельной работы студенты должны быть ориентированы на:

- систематизацию и закрепление полученных теоретических знаний и практических умений студентов;

- формирование умений использовать нормативную, правовую, справочную документацию и специальную литературу;

- развитие познавательных способностей и активности студентов: творческой инициативы, самостоятельности, ответственности и организованности;

- формирование самостоятельности мышления, способностей к саморазвитию, самосовершенствованию и самореализации;

- развитие исследовательских умений для эффективной подготовки к зачетам и экзаменам.

Успех студента в изучении курса зависит от систематической индивидуальной деятельности по овладению учебным материалом. Студентам целесообразно наладить творческий контакт с преподавателем, придерживаться его рекомендаций и советов по успешному овладению материалом.

Требования к структуре и оформлению работы.

Данная работа в окончательном варианте, который предоставляется преподавателю, должна быть иметь следующую **структуру**:

Титульный лист (Образец титульного листа определяется Положением об аттестации учебной работы студентов института, и опубликован на сайте www.psysocwork.ru раздел «Учебный процесс» / «самостоятельная работа»).

Работа должна быть представлена на листах формата А4 в печатном варианте с выполнением основных требований оформления документов. Обязателен титульный лист и прилагаемый список литературы.

Устанавливаются следующие требования к **оформлению самостоятельной работы**:

- параметры страницы (210x297 мм) А4;
- интервал полуторный;
- шрифт 12, Times New Roman;
- поля страницы: левое – 2 см, правое – 1,5 см, верхнее – 2 см, нижнее – 2 см.
- все страницы должны иметь сквозную нумерацию арабскими цифрами в верхнем правом углу.

3.1. Задания для самостоятельной работы по каждой теме (разделу) учебно-тематического плана

Задание к теме 1 «Личностный рост: определение, подходы, критерии»

Используя одну из теоретических моделей личностного роста, проанализируйте жизненный путь литературного персонажа или исторического лица. Результаты анализа изложите не менее чем на 3 страницах, где обязательно должны быть раскрыты следующие вопросы:

- указание теоретической модели личностного роста, использованной в анализе;
- признаки наличия личностного роста на жизненном пути анализируемого лица с указанием примеров (фактов биографии и/или поведения);
- факторы, способствовавшие личностному росту анализируемого лица с указанием примеров их действия;
- барьеры личностного роста в развитии анализируемого лица с указанием примеров препятствующего росту влияния; примеры преодоления барьеров.

Задание к теме 2 «Тренинг личностного роста как форма работы практического психолога: история, область применения, цели, задачи, технологии и техники»

Составьте программу тренингового занятия в рамках гипотетического тренинга личностного роста с обязательным указанием следующих пунктов:

- Цель и задачи тренингового занятия.
- Положение и назначение данного тренингового занятия в общей структуре гипотетической тренинговой программы.
- Значимые характеристики целевой аудитории.
- Длительность тренингового занятия, временная структура занятия.
- Условия и средства, необходимые для проведения тренинга.
- План-макет тренингового занятия с указанием последовательности, времени выполнения, назначения и содержания тренинговой работы (заданий, упражнений и игр).

Задание к теме 3 «Программы тренинга личностного роста: создание и экспертиза»

Проведите экспертизу рекламного объявления о проведении тренингов личностного роста в сети интернет (текст объявления приведите в работе с ссылкой на интернет-ресурс).

При анализе ответьте на следующие вопросы:

- На базе какой организации организуется тренинг?
- Какова протяженность и структура тренинга?
- Каковы заявленные цели и задачи тренинга?
- Какова целевая аудитория тренинга?
- Какова стоимость участия в тренинге?
- Каковы заявленные преимущества предлагаемой тренинговой программы?
- Каково толкование авторами личностного роста? Соответствует ли оно Вашему пониманию личностного роста?
- Каковы достоинства и недостатки предлагаемой программы с точки зрения теории психологического тренинга?

3.2. Критерии оценки результатов выполнения самостоятельной работы

Оценка самостоятельной работы осуществляется в соответствии с Положением об аттестации учебной работы студентов института в рамках балльно-рейтинговой системы оценки учебной работы студентов.

Баллы БРС присваиваются следующим образом:

- 30 баллов – самостоятельная работа выполнена в срок, в полном объеме, все работы достойны отличной оценки;
- 25 баллов – самостоятельная работа выполнена в срок, в полном объеме, все работы в среднем достойны хорошей оценки;
- 20 баллов – самостоятельная работа выполнена в срок, в полном объеме, все работы в среднем достойны удовлетворительной оценки;
- 10 баллов – самостоятельная работа выполнена в срок, в не полном объеме (не менее 75% заданий), все работы в среднем достойны оценки не ниже хорошей;
- 0 баллов – самостоятельная работа выполнена в срок, в полном объеме, все работы в среднем достойны неудовлетворительной оценки.

РАЗДЕЛ 4. Фонд оценочных средств

4.1. Материалы, обеспечивающие методическое сопровождение оценки качества знаний по дисциплине на различных этапах ее освоения

К основным формам контроля, определяющим процедуры оценивания знаний, умений, навыков, характеризующих этапы формирования компетенций по дисциплине «Теория и практика психологического консультирования» относится рубежный контроль (тест минимальной компетентности) и промежуточная аттестация в форме экзамена по дисциплине.

Критериями и показателями оценивания компетенций на различных этапах формирования компетенций являются:

- знание терминов, понятий, категорий, концепций и теорий по дисциплине;
- понимание связей между теорией и практикой;
- сформированность аналитических способностей в процессе изучения дисциплины;
- знание специальной литературы по дисциплине.

Шкала оценивания³

Уровень знаний, аттестуемых на экзамене, оценивается по пятибалльной системе с оценками «отлично», «хорошо», «удовлетворительно», «неудовлетворительно».

ОТЛИЧНО (5 баллов)

Обучающийся показывает высокий уровень теоретических знаний, владения понятийным аппаратом дисциплины, умения решать проблемные ситуации и устанавливать междисциплинарные связи. Демонстрирует знание профессиональных терминов, понятий, категорий, концепций и теорий по дисциплине, устанавливает содержательные междисциплинарные связи, развернуто аргументирует выдвигаемые положения, приводит убедительные примеры, обнаруживает аналитический подход в освещении различных концепций, делает содержательные выводы, демонстрирует знание специальной литературы в рамках учебной программы и дополнительных источников информации. На вопросы отвечает четко, логично, уверенно, по существу. Способен принимать быстрые и нестандартные решения.

Многоплановое решение профессионально-ориентированной задачи (кейса)

Глубокое и всестороннее понимание процесса тренинга личностного роста, а также достаточное овладение умениями организации работы группы в форме тренинговых технологий в программах психологического вмешательства и консультирования.

ХОРОШО (4 балла)

Обучающийся показывает достаточный уровень владения понятийным аппаратом и знанием основ теории и закономерности учебной дисциплины. При ответе допускает

³ Критерии оценивания могут уточняться и дополняться в соответствии со спецификой дисциплины, установленных форм контроля, применяемых технологий обучения и оценивания

незначительные ошибки, неточности по критериям, которые не искажают сути ответа. В целом содержательно отвечает на дополнительные вопросы. При этом примеры, иллюстрирующие теоретическую часть ответа, приводит не вполне развернуто и обоснованно.

Решение профессионально-ориентированной задачи (кейса) с незначительными ошибками и неточностями.

Понимание в достаточной мере процесса тренинга личностного роста, а достаточное владение умениями организации работы группы в форме тренинговых технологий в программах психологического вмешательства и консультирования.

УДОВЛЕТВОРИТЕЛЬНО (3 балла)

Обучающийся показывает поверхностное владение теоретическими знаниями и понятийным аппаратом дисциплины. Продемонстрированные базовые знания частичные, отрывочные, бессистемные, теоретические и практические аспекты проблемы не связаны. В основном не может ответить на дополнительные вопросы и привести адекватные примеры

Решение профессионально-ориентированной задачи (кейса) содержит существенные ошибки и неточности.

Поверхностное понимание процесса тренинга личностного роста, а также частичное владение умениями организации работы группы в форме тренинговых технологий в программах психологического вмешательства и консультирования.

НЕУДОВЛЕТВОРИТЕЛЬНО (2 балла)

Обучающийся показывает низкий уровень компетентности, недостаточное раскрытие профессиональных понятий, категорий, концепций, теорий. Ответ содержит ряд серьезных неточностей, выводы поверхностны или неверны. Не может привести примеры из реальной практики. Неуверенно и логически непоследовательно излагает материал. Неправильно отвечает на дополнительные вопросы или затрудняется с ответом.

Профессионально-ориентированная задача (кейс) не решена или содержит грубые ошибки.

Отсутствие понимания процесса тренинга личностного роста, а также несформированное владение умениями организации работы группы в форме тренинговых технологий в программах психологического вмешательства и консультирования.

4.2. Формирование компетенций в процессе освоения дисциплины

Номер темы	Название темы	Код изучаемой компетенции
Тема 1.	Личностный рост: определение, подходы, критерии	УК-3, ОПК-5, ОПК-6
Тема 2.	Тренинг как технология практической психологии	УК-3, ОПК-5, ОПК-6
Тема 3.	Программы тренинга личностного роста: создание и экспертиза	УК-3, ОПК-5, ОПК-6

4.3. Описание форм аттестации текущего контроля успеваемости (рубежного контроля) и итогового контроля знаний по дисциплине (промежуточной аттестации по дисциплине)

Рубежный контроль (текущий контроль успеваемости) – задания или иные варианты контроля успеваемости студентов, проводимых преподавателем в процессе изучения дисциплины в форме проверочной (контрольной) работы или теста минимальной компетентности.

Рубежный контроль проводится в форме теста минимальной компетентности, студентам предлагается ответить на 10 закрытых вопросов с выбором одного ответа на каждый.

Тест проводится на занятии, вопросы проецируются на экране, время ответа 35 секунд.

Необходимо ответить на 7 вопросов из 10.

Промежуточная аттестация по дисциплине проводится в форме экзамена, предполагающего устный ответ на два теоретических вопроса.

4.4. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения дисциплины

Контроль качества усвоения знаний по дисциплине проводится в форме экзамена.

Экзамен организуется в виде публичной защиты проекта-презентации тренинга личностного роста в виде рекламного проспекта для потенциального потребителя (10-15 слайдов). В проекте обязательно осветить следующие вопросы:

- Каково Ваше понимание личностного роста? Какой позиции/концепции Вы придерживаетесь?
- На базе какой организации организуется тренинг?
- Какова целевая аудитория тренинга?
- Каковы цель и задачи тренинга?

- Какова протяженность тренинга?
- Какова протяженность и структура тренинга? План-макет тренинговых модулей/занятий.

- Какова стоимость участия в тренинге?
- Каковы преимущества предлагаемой тренинговой программы?
- Планируется ли посттренинговое сопровождение?
- Каковы условия и средства, необходимые для проведения тренинга?

Критерии оценки проектов

- Наличие ответов на все пункты задания.
- Полнота ответов на все пункты задания.
- Оригинальность проекта.
- Обоснованность предложенных программ.
- Опора на достижения в теории и практике организации тренинговой работы.
- Глубина проработки предложенных идей.

Примерные вопросы к экзамену

1. Личностный рост в системе понятий психологии личности.
2. Зрелость личности – особая форма развития и результат развития личности.
3. Подходы к выделению критериев личностного роста в отечественных теоретических концепциях психологии.
4. Проблема механизмов личностного роста.
5. Проблема психологической помощи и воздействия в сфере личностного роста.
6. Проблема диагностики личностного роста в практике работы психолога.
7. Тренинг как технология практической психологии.
8. Основные формы тренинговой работы, их цели и задачи, сфера применения.
9. Тренинги навыков.
10. Психотерапевтические группы.
11. Обучающие группы.
12. Психодинамические группы.
13. Группы тренинга личностного роста.
14. Групповая динамика в психологическом тренинге: закономерности и управление.
15. Организационные особенности групповой работы.
16. Правила ведения тренинга.
17. Принципы подбора тренинговых упражнений и игр.
18. Правила организации тренинговых занятий.

19. Требования к помещению для проведения тренинговых занятий.
20. Принципы формирования формирования группы.
21. Этапы групповой динамики во время проведения тренинга.
22. Этические нормы при проведении тренинговой работы.
23. Психотерапевтические факторы группы и личностный рост.
24. Сфера применения тренинга личностного роста в практике работы психолога.
25. Экспертиза программ тренинга личностного роста.
26. Виды тренинговых групп: классификации по различным основаниям.
27. Работа с целеполаганием участников группы.
28. Подведение итогов тренинговой работы.
29. Принципы завершения работы группы.
30. Методы оценки эффекта тренинговой работы.
31. Противопоказания к участию в тренинговой работе.

Пример типового задания в форме теста для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья

Тест 1. Выберите один правильный ответ.

К основным методологическим принципам тренинга относятся:

- А) Принцип активности
- Б) Принцип исследовательской (творческой позиции)
- В) Принцип партнерского (субъект-субъектного) общения
- Г) Принцип целевой рефлексии групповой работы
- Д) **Все варианты верны**

Тест 2. Выберите один правильный ответ.

К основным правилам поведения в тренинговой группе относятся:

- А) Правило активности
- Б) Правила равноценности
- В) Единая форма обращения друг к другу
- Г) Правило «здесь и теперь»
- Д) Правила конфиденциальности
- Е) **Все варианты верны**

Пример типового практико-ориентированного задания

Типовое задание 1.

Проанализируйте жизненную ситуацию клиента:

Подросток нуждается в развитии навыков общения со сверстниками

Выберите технологию работы с клиентом:

- А) индивидуальное консультирование
- Б) психологический тренинг**
- В) помощь в преодолении личного кризиса

Типовое задание 2. Проанализируйте ситуацию.

В тренинговом процессе при обсуждении спорного вопроса (дискуссии) вы будете, в своей инструкции, ориентировать участников группы:

- А) активно отстаивать свою точку зрения
- Б) учитывать мнение каждого, дать возможность высказаться каждому**
- В) соблюдать регламент, ориентироваться на время выполнения задания

РАЗДЕЛ 5. Глоссарий

Аутентичность – «подлинность» человека, соответствие способа бытия человека в мире внутренней природе его личности.

Групповая работа – особый род психологической и, более широко подходу, – антропологической практики профессионального воздействия на сознание, поведение и социальные установки участников различных сообществ.

Групповая динамика – совокупность событий и межличностных взаимодействий в группе, процесс движения группы как единого целого во времени. Выделяют три уровня и четыре стадии этого процесса.

Групповой тренинг – это метод активного обучения в составе специально созданной малой группы, участники которой (психически здоровые люди, имеющие психологические проблемы) с помощью ведущего-психолога осуществляют коммуникативное взаимодействие, направленное на достижение сообща поставленных целей.

Группы встреч – относительно неструктурированная форма групповой работы, обеспечивающая климат максимальной свободы для выражения личности, для исследования чувств и межличностной коммуникации. Акцент на отказе от своей защищенности дает участника возможность относиться к другим членам группы максимально открыто.

Гуманистическая психология – (англ. humanisticpsychology) – направление в психологии, предметом изучения которого является целостный человек в его высших, специфических только для человека проявлениях, в т. ч. рост и самоактуализация личности, ее высшие ценности и смыслы, любовь, творчество, свобода, ответственность, автономия, переживание мира, психическое здоровье, глубинное межличностное общение и т. п.

Инсайт – (от англ. insight – постижение, озарение): психологический феномен – внезапного постижения существенных отношений и структуры ситуации в целом, нового и

невыводимого из прошлого опыта понимания, посредством чего становится возможным решение проблемы.

Катарсис – термин, употребляемый в эстетике и в психологии искусства применительно к реакции зрителя, а в психотерапии – в связи с высвобождением вытесненного аффекта или психической энергии. В древнегреч. языке слово katharsis чаще всего означало «очищение», в особенности от чувства вины.

Конгруэнтность – (от англ. congruence) – подлинность, открытость, честность. Будучи конгруэнтным, ведущий группы старается создать равноправные межличностные отношения, а не занимать профессиональную позицию, вынуждающую его скрывать или маскировать личные чувства.

Конфронтация – в психотерапии один из основных технических приемов. Указание участнику или группе на их неосознаваемые или амбивалентные установки, отношения или стереотипы поведения с целью их осознания и проработки. Может проводиться как в прямой (жесткой, вербальной) форме, так и в скрытой – с использованием психотерапевтических метафор и невербальных приемов.

Малая группа – функциональное сообщество людей от 3 до 15-20 человек, находящихся в непосредственном контакте и в регулярном общении между собой. Малая группа позволяет моделировать процессы, происходящие в человеческом обществе, поскольку в ней проявляют себя почти все значимые социальные эффекты.

Манипулирование – обращение с людьми (или с клиентами) как с объектами личного интереса и в корыстных целях приобретения односторонних преимуществ.

Нормы группы – это совокупность правил и требований, «стандартов» поведения, регулирующих отношения и взаимодействия между участниками группы.

Обратная связь – базовый элемент группового тренинга. В принципе это любая реакция участников группы на поведение друг друга. Технологически правильная ОС является формой взаимной помощи, так как она помогает человеку оценить, насколько его поведение соответствует его же намерениям.

Поведенческий тренинг – запрограммированный курс обучения; основывается на модели поведения, принятой в бихевиоризме. Целью тренинга является обучение приспособительным умениям, необходимым при столкновении со сложными жизненными ситуациями. Подбор участников в группы осуществляется на основе сходных проблем и четких задач.

Психогимнастика – термин для обозначения комплекса разнообразных упражнений и техник в тренинговой работе, целью которых является воздействие на те или иные структуры

психики участников, например память или внимание, либо на личность каждого участника в отдельности, либо на состояние группы как целого.

Психокоррекция – психологическое воздействие, направленное на те или иные психологические структуры личности или группы с целью нормализации их функционирования.

Психотерапия – коммуникативный процесс взаимодействия врача (психолога) с клиентом (группой клиентов), имеющий целью вызвать устойчивые изменения в сущностно важных сферах жизни клиента. Этот процесс происходит в рамках профессиональных отношений, характеризующихся наличием договорных обязательств между участвующими сторонами, доверительностью и эмпатией.

Психотехнология – научное психологическое описание способов и алгоритмов действий (операций), дающих необходимый практический эффект. Креативная составляющая деятельности специалиста в области практической психологии, целенаправленно и упорядоченно ведущая к достижению желаемого результата.

Психотренинг – это практика самопознания и развития личности. Цель тренинга в общем случае: создание непосредственного личностного опыта позитивных изменений человека в его отношениях с миром, с другими людьми и с самим собой.

Соппротивление – естественная составляющая группового процесса на этапе начала работы с группой. При недобровольном участии в тренинге часто является проблемой для тренера, т.к. участники могут демонстрировать циничное отношение к группе, либо отмалчиваться, либо развлекаться за счет группы и тренера.

Социально-психологический тренинг – область практической психологии, ориентированная на использование активных методов различных видов групповой психологической работы с целью развития компетентности в общении и личностного роста.

Сплоченность – мера привлекательности группы для ее участников; тотальное поле сил, заставляющих участников оставаться в группе.

Тренинг – (от англ. train – тренировать, дословно: научение, повторение). В отличие от других форм обучения это знание, добытое на фоне эмоционального вовлечения обучаемого в процесс обучения. Таким образом, приобретаемое знание не столько рационально, сколько интуитивно.

Фасилитация – (от англ. to facilitate – облегчать) – обеспечение условий, благоприятствующих развитию и росту; ненавязчивый способ ведения группы.

РАЗДЕЛ 6. Информационное обеспечение дисциплины**6.1. Перечень рекомендуемой литературы, необходимой для освоения дисциплины**

№	Наименование издания	Тема 1	Тема 2	Тема 3
Основная литература				
1	Бузунова Л.Г. Тренинги. Психокоррекционные программы. Деловые игры : учеб. пособие. — 3-е изд., стер. / Л.Г. Бузунова, О.П. Степанова. - Москва : Флинта, 2020. - 266 с. - ISBN 978-5-9765-2374-6. - URL: https://ibooks.ru/bookshelf/352523/reading (дата обращения: 29.03.2021). - Текст: электронный.	+	+	+
2	Рамендик, Д. М. Тренинг личностного роста : учебник и практикум для вузов / Д. М. Рамендик. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2021. — 136 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07294-5. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/470461 (дата обращения: 29.03.2021).	+	+	+
3	Слотина Т.В. Психология личности. Учебное пособие / Т.В. Слотина. - Санкт-Петербург : Питер, 2021. - 448 с. - ISBN 978-5-496-02971-1. - URL: https://ibooks.ru/bookshelf/354056/reading (дата обращения: 26.03.2021). - Текст: электронный.	+	+	+
Дополнительная литература				
1	Григорьев Н.Б. Психотехнологии группового тренинга: Учеб. пособие. / Н.Б. Григорьев. - Санкт-Петербург : СПбГИПСР, 2008. - 176 с. - ISBN 978-5-98238-012-8. - URL: https://ibooks.ru/bookshelf/24785/reading (дата обращения: 29.03.2021). - Текст: электронный.	+	+	+
2	Фопель К. Технология ведения тренинга: теория и практика / К. Фопель. - Москва : Генезис, 2016. - 265 с. - ISBN 978-5-98563-430-3. - URL: https://ibooks.ru/bookshelf/362435/reading (дата обращения: 29.03.2021). - Текст: электронный.	+	+	+

6.2. Перечень ресурсов информационно-коммуникационной сети «Интернет», используемых при освоении дисциплины

1. Новости науки [Электронный ресурс]: психология // Элементы. – Режим доступа: https://elementy.ru/novosti_nauki/t/116855/Psikhologiya – Загл. с экрана.
2. Психология [Электронный ресурс]: портал // Постнаука. – Режим доступа: <https://postnauka.ru/themes/psihologiya> – Загл. с экрана.
3. Психология на русском языке [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.psychology.ru/> – Загл. с экрана.
4. Психология человека [Электронный ресурс] Режим доступа: <https://4brain.ru/psy/> – Загл. с экрана.
5. Флогистон: психология из первых рук [Электронный ресурс]. – 1998- . - Режим доступа: <http://flogiston.ru/> . – Загл. с экрана.

6.3. Перечень программного обеспечения, профессиональных баз данных и информационных справочных систем, необходимых для изучения дисциплины

В рамках дисциплины используется лицензионное программное обеспечение (MS OFFICE – Word, Excel, PowerPoint) и обучающие платформы (1-С: Электронное обучение. Корпоративный университет, MS Teams).

В учебном процессе используются следующие информационные базы данных и справочные системы:

Гарант-Образование: информационно-правовое обеспечение: [сайт]. – Москва. – Обновляется в течение суток. – URL: <http://study.garant.ru/> (дата обращения: 28.04.2021). – Режим доступа: для авториз. пользователей.

Электронная библиотека СПбГИПСР // Библиотека СПбГИПСР: [сайт]. – Санкт-Петербург, [2014] – URL: http://lib.gipsr.ru:8087/jirbis2/index.php?option=com_irbis&view=irbis&Itemid=456 (дата обращения: 28.04.2021). – Режим доступа: для авториз. пользователей.

Электронный каталог // Библиотека СПбГИПСР: [сайт]. – Санкт-Петербург, [2014] – URL: http://lib.gipsr.ru:8087/jirbis2/index.php?option=com_irbis&view=irbis&Itemid=435 (дата обращения: 28.04.2021).

ЮРАЙТ: образовательная платформа: [сайт]. – Москва, 2013 – URL: <https://urait.ru/> (дата обращения: 28.04.2021). – Режим доступа: для авториз. пользователей.

East View: information services: [сайт]. – [Москва], [1989] – URL: <https://dlib.eastview.com/browse/udb/12> (дата обращения: 28.04.2021). – Режим доступа: для авториз. пользователей.

iBooks.ru: электронно-библиотечная система: [сайт]. – Санкт-Петербург, 2010 – URL: <https://ibooks.ru> (дата обращения: 28.04.2021). – Режим доступа: для авториз. пользователей.

Зарубежные ресурсы:

ScienceDirect: [сайт] / Elsevier. – [Амстердам], [1997] – URL: <https://www.sciencedirect.com/> (дата обращения: 28.04.2021). – Режим доступа: для авториз. пользователей.

SpringerLink: [сайт] / Springer Nature. – [Гейдельберг], [2015] – URL: <https://link.springer.com/> (дата обращения: 28.04.2021). – Режим доступа: для авториз. пользователей.

Заведующая библиотекой

_____ Г.Л. Горохова
(подпись, расшифровка)