

**федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования «Мордовский государственный педагогический
университет имени М.Е. Евсевьева»**

Факультет психологии и дефектологии
Кафедра психологии

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

Тренинг профессионально-личностного роста

Направление подготовки: 44.03.02 Психолого-педагогическое образование

Профиль подготовки: Психология и педагогика инклюзивного образования

Форма обучения: Очная

Разработчики:

Михалкина С. А., канд. психол. наук, доцент кафедры психологии

Программа рассмотрена и утверждена на заседании кафедры, протокол № 13 от 21.04.2017 года

Зав. кафедрой _____ Варданян Ю. В.

1. Цель и задачи изучения дисциплины

Цель изучения дисциплины - вооружение будущих бакалавров знаниями, способствующими осознанию собственных личностных особенностей и реализации системы действий по их совершенствованию с учетом специфики предстоящей профессиональной деятельности, развитие профессионального мышления и способности к систематическому профессиональному самообразованию, формирование готовности и способности к профессиональной деятельности.

Задачи дисциплины:

- развитие адекватного понимания и принятия собственных личностных и профессионально-личностных особенностей;
- совершенствование мотивации самопознания, самокоррекции и саморазвития;
- освоение психотехнологий отражения собственной личностной значимости и ценности, укрепления чувства собственного достоинства;
- развитие умений саморегуляции, самоорганизации и самообразования;
- выработка стратегии профессионально-личностного самосовершенствования.

2. Место дисциплины в структуре ОПОП ВО

Дисциплина Б1.В.ДВ.02.02 «Тренинг профессионально-личностного роста» относится к вариативной части учебного плана.

Дисциплина изучается на 1 курсе, в 1 семестре.

Для изучения дисциплины требуется: знание основ личности и профессиональной деятельности.

Освоение дисциплины Б1.В.ДВ.02.02 «Тренинг профессионально-личностного роста» является необходимой основой для последующего изучения дисциплин (практик):

Общая психология;

Профессиональная этика в психолого-педагогической деятельности.

Область профессиональной деятельности, на которую ориентирует дисциплина «Тренинг профессионально-личностного роста», включает: сферы образования, культуры, здравоохранения, а также социальную сферу..

Освоение дисциплины готовит к работе со следующими объектами профессиональной деятельности:

- обучение;
- воспитание;
- социализация;
- индивидуально-личностное развитие обучающихся;
- здоровье обучающихся;
- психолого-педагогическое и социальное сопровождение обучающихся, педагогических работников и родителей (законных представителей) в образовательных организациях различного типа.

В процессе изучения дисциплины студент готовится к видам профессиональной деятельности и решению профессиональных задач, предусмотренных ФГОС ВО и учебным планом.

3. Требования к результатам освоения дисциплины

Выпускник должен обладать следующими общекультурными компетенциями (ОК):

ОК-7. способностью к самоорганизации и самообразованию	
ОК-7 способностью к самоорганизации и самообразованию	знать: - приемы самоорганизации; - формы деятельности по самообразованию и условия их эффективной реализации;

	уметь: - реализовывать приемы самоорганизации; - обеспечивать условия для эффективного самообразования; - осуществлять самообразование; - планировать собственное самообразование; владеть: - навыками самоорганизации; - навыками самообразования.
--	---

Выпускник должен обладать следующими общепрофессиональными компетенциями (ОПК):

ОПК-8. способностью понимать высокую социальную значимость профессии, ответственно и качественно выполнять профессиональные задачи, соблюдая принципы профессиональной этики

ОПК-8 способностью понимать высокую социальную значимость профессии, ответственно и качественно выполнять профессиональные задачи, соблюдая принципы профессиональной этики	знать: профессиональные задачи, принципы профессиональной этики уметь: понимать высокую социальную значимость профессии, ответственно и качественно выполнять профессиональные задачи, соблюдая принципы профессиональной этики владеть: способностью понимать высокую социальную значимость профессии, ответственно и качественно выполнять профессиональные задачи, соблюдая принципы профессиональной этики
---	---

Выпускник должен обладать следующими профессиональными компетенциями (ПК) в соответствии с видами деятельности:

ПК-25. способностью к рефлексии способов и результатов своих профессиональных действий

психолого-педагогическое сопровождение общего образования, профессионального образования, дополнительного образования и профессионального обучения деятельность

ПК-25 способностью к рефлексии способов и результатов своих профессиональных действий	знать: - сущность рефлексии как процесса и ее значение в профессиональной деятельности; - характеристики и требования к способам и результатам профессиональных действий; уметь: - использовать качественные и количественные методы психологического обследования; - осуществлять рефлексии способов и результатов своих профессиональных действий в соответствии с требованиями к реализации трудовых функций; - осуществлять мониторинг результатов своих профессиональных действий, обрабатывать и интерпретировать результаты деятельности; владеть: - приемами рефлексии способов и результатов своих профессиональных действий.
---	--

4. Объем дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Всего часов	Первый семестр
Контактная работа (всего)	36	36
Практические	36	36
Самостоятельная работа (всего)	72	72
Виды промежуточной аттестации		
Зачет		+
Общая трудоемкость часы	108	108
Общая трудоемкость зачетные единицы	3	3

5. Содержание дисциплины

5.1. Содержание модулей дисциплины

Модуль 1. Теоретические основы профессионально-личностного роста:

Цели тренинговой работы. Психологические особенности и принципы работы тренинговой группы. Личность и личностный рост. Психологическая структура личности, ее профессионально-значимые компоненты. Самосознание. Я-концепция. Я-образ. Самооценка и уровень притязаний. Развитие личности. Самопознание уровня развития личности, самопринятие, саморазвитие.

Общение как условие личностного роста.

Модуль 2. Практические аспекты профессионально-личностного роста:

Межличностное восприятие и взаимопонимание (как я вижу, чувствую и понимаю других). Эффекты и механизмы межличностного восприятия. Обратная связь в общении как источник личностного развития под влиянием внешнего мира. Потенциал образовательной и профессиональной среды для развития взаимопонимания. Оптимальное поведение субъекта образовательной среды в ситуации конфликта, агрессии, манипуляции. Мотивационно-ценностная сфера. Творческий потенциал личности. Психическая саморегуляция (преодоление стрессов). Основные методы психической саморегуляции, их особенности. Моя точка опоры. Достоинства личности. Стратегия возвращения достоинств личности, ее развивающие возможности. Личностные проблемы и психотехнологии их решения. Базовые личностные недостатки. Уверенность в себе. Чувство собственного достоинства как базовый источник уверенного поведения. Моё будущее. Жизненные планы.

5.2. Содержание дисциплины: Практические (36 ч.)

Модуль 1. Теоретические основы профессионально-личностного роста (18 ч.)

Тема 1. Введение (2 ч.)

1. Понятие о социально-психологическом тренинге. Цели тренинговой работы.
2. Психологические особенности тренинговой группы.
3. Принципы работы тренинговой группы.
4. Упражнение «Выбрось пальцы» на умение группы действовать согласованно.
5. Тест «Каков я на самом деле?».
6. Рефлексия занятия: «Мнение».
7. Подведение итогов.

Тема 2. Личность и личностный рост (2 ч.)

1. Личность, психологическая структура личности, ее профессионально-значимые компоненты.
2. Самосознание. Я-концепция. Я-образ. Самооценка и уровень притязаний.
3. Личностный рост. Самопознание уровня развития личности, самопринятие, саморазвитие.
4. Оценка степени выраженности своих личностных качеств.

5. Самооценка личности.
6. Упражнение «Принятие себя».
7. Групповое обсуждение и составление перечня личностных качеств педагога, необходимых ему для профессиональной деятельности.
8. Рефлексия занятия: «Мнение».
9. Подведение итогов.

Тема 3. Личность и личностный рост (2 ч.)

1. Личность, психологическая структура личности, ее профессионально-значимые компоненты.
2. Самосознание. Я-концепция. Я-образ. Самооценка и уровень притязаний.
3. Личностный рост. Самопознание уровня развития личности, самопринятие, саморазвитие.
4. Оценка степени выраженности своих личностных качеств.
5. Самооценка личности.
6. Упражнение «Принятие себя».
7. Групповое обсуждение и составление перечня личностных качеств педагога, необходимых ему для профессиональной деятельности.
8. Рефлексия занятия: «Мнение».
9. Подведение итогов.

Тема 4. Общение как условие личностного роста (2 ч.)

1. Речь как средство воздействия и передачи информации.
2. Невербальные средства общения.
3. Барьеры общения.
4. Техники активного слушания.
5. Эффективность общения.
6. Упражнения: «Мысль одна, а слов много», «Не слышу», «Фраза по кругу», «Тихий разговор», «Взаимодействие», «Пустое место», «Шарады», «Кто больше», «Пирамида из слов», «Пильщики», «Каузальная атрибуция».
7. Рефлексия занятия: «Мнение».
8. Подведение итогов.

Тема 5. Общение как условие личностного роста (2 ч.)

1. Речь как средство воздействия и передачи информации.
2. Невербальные средства общения.
3. Барьеры общения.
4. Техники активного слушания.
5. Эффективность общения.
6. Упражнения: «Мысль одна, а слов много», «Не слышу», «Фраза по кругу», «Тихий разговор», «Взаимодействие», «Пустое место», «Шарады», «Кто больше», «Пирамида из слов», «Пильщики», «Каузальная атрибуция».
7. Рефлексия занятия: «Мнение».
8. Подведение итогов.

Тема 6. Межличностное восприятие и взаимопонимание (2 ч.)

1. Эффекты межличностного восприятия.
2. Механизмы взаимопонимания.
3. Обратная связь в общении как источник личностного развития под влиянием внешнего мира.
4. Потенциал образовательной и профессиональной среды для коррекции и развития взаимопонимания.
5. Упражнения: «Счет» и «Созвучие», «Ассоциация», «Идеал», «Эмиграция», «Каким меня видят окружающие», «Интересный вопрос», «Зеркало», «Мы с тобой одной крови», «Инопланетянин», «Шериф и убийца», «Отражение чувств».

6. Рефлексия занятия: «Мнение».

7. Подведение итогов.

Тема 7. Межличностное восприятие и взаимопонимание (2 ч.)

1. Эффекты межличностного восприятия.

2. Механизмы взаимопонимания.

3. Обратная связь в общении как источник личностного развития под влиянием внешнего мира.

4. Потенциал образовательной и профессиональной среды для коррекции и развития взаимопонимания.

5. Упражнения: «Счет» и «Созвучие», «Ассоциация», «Идеал», «Эмиграция», «Каким меня видят окружающие», «Интересный вопрос», «Зеркало», «Мы с тобой одной крови», «Инопланетянин», «Шериф и убийца», «Отражение чувств».

6. Рефлексия занятия: «Мнение».

7. Подведение итогов.

Тема 8. Поведение в ситуации конфликта, агрессии, манипуляции (2 ч.)

1. Межличностный конфликт. Стратегии поведения в конфликте.

2. Агрессия и агрессивность. Приёмы ответа на агрессию.

3. Манипуляция.

4. Оптимальное поведение субъекта образовательной среды в ситуации конфликта, агрессии, манипуляции.

5. Упражнения: «Агрессивный контакт», «Нападающий, защищающий, миротворец», ролевая игра «Колобок».

6. Рефлексия занятия: «Мнение».

7. Подведение итогов.

Тема 9. Поведение в ситуации конфликта, агрессии, манипуляции (2 ч.)

1. Межличностный конфликт. Стратегии поведения в конфликте.

2. Агрессия и агрессивность. Приёмы ответа на агрессию.

3. Манипуляция.

4. Оптимальное поведение субъекта образовательной среды в ситуации конфликта, агрессии, манипуляции.

5. Упражнения: «Агрессивный контакт», «Нападающий, защищающий, миротворец», ролевая игра «Колобок».

6. Рефлексия занятия: «Мнение».

7. Подведение итогов.

Модуль 2. Практические аспекты профессионально-личностного роста (18 ч.)

Тема 10. Мотивационно-ценностная сфера (2 ч.)

1. Мотивация.

2. Жизненные цели. Ценностные ориентации.

3. Сопоставительный анализ стратегий достижения успеха и избегания неудач.

4. Профессионально-значимые компоненты ценностно-мотивационной сферы личности будущего специалиста

5. «Методика оценки профессиональной направленности личности».

6. Упражнения: «По секрету», «Круг субличностей», «Разработка групповых жизненных ценностей».

7. Рефлексия занятия: «Мнение».

8. Подведение итогов.

Тема 11. Творческий потенциал личности (2 ч.)

1. Способности, одаренность, талант.

2. Креативность. Творчество.

3. Педагогические способности

4. Упражнения: «Творческая личность», «Умение неинтересный объект превратить в интересный», упражнение на развитие уверенности в наличии способностей и возможности достижения поставленных целей.

5. Рефлексия занятия: «Мнение».

6. Подведение итогов.

Тема 12. Психическая саморегуляция (преодоление стрессов) (2 ч.)

1. Понятие о психической саморегуляции. Роль психической саморегуляции в жизни человека.

2. Понятие о психологическом стрессе. Динамика протекания стресса.

3. Причины возникновения психологических стрессов (субъективные и объективные).

4. Диагностика предрасположенности к стрессу и стрессоустойчивости. Первая помощь после действия стрессовых факторов. Средства и способы снятия стресса.

5. Основные методы психической саморегуляции (релаксация, аутогенная тренировка, медитация), их особенности.

Тема 13. "Моя точка опоры" (2 ч.)

1. Достоинства личности. Осознание собственных достоинств.

2. Стратегия возвращения достоинств личности, ее развивающие возможности.

3. Упражнения: «Точка опоры», «Сильные стороны», «Эмиграция», «Маленькие успехи», «Мне удастся».

4. Рефлексия занятия: «Мнение».

5. Подведение итогов.

Тема 14. "Моя точка опоры" (2 ч.)

1. Достоинства личности. Осознание собственных достоинств.

2. Стратегия возвращения достоинств личности, ее развивающие возможности.

3. Упражнения: «Точка опоры», «Сильные стороны», «Эмиграция», «Маленькие успехи», «Мне удастся».

4. Рефлексия занятия: «Мнение».

5. Подведение итогов.

Тема 15. Личностные проблемы и психотехнологии их решения (2 ч.)

1. Недостатки личности. Базовые личностные недостатки: высокомерие, жадность, нетерпеливость, упрямство, самоуничтожение, мученичество, саморазрушение.

2. Осознание собственных недостатков.

3. Стратегия борьбы за устранение недостатков личности.

4. Упражнения «Под микроскопом», «Обратная сторона медали», «Все равно ты молодец, потому что...», «Моя Вселенная».

5. Рефлексия занятия: «Мнение».

6. Подведение итогов.

Тема 16. Уверенность в себе (2 ч.)

1. Психологические особенности уверенного и неуверенного поведения.

2. Преимущества уверенного поведения.

3. Чувство собственного достоинства как базовый источник уверенного поведения.

4. Психотехнологии поддержания и развития уверенности в себе. Уверенность как источник профессионального успеха.

5. Тест на определение чувства неуверенности в себе.

6. Упражнения «Принимаю ответственность на себя», «Преодоление», «Автопилот», «Уверенность в себе».

7. Рефлексия занятия: «Мнение».

8. Подведение итогов.

Тема 17. Уверенность в себе (2 ч.)

1. Психологические особенности уверенного и неуверенного поведения.

2. Преимущества уверенного поведения.
 3. Чувство собственного достоинства как базовый источник уверенного поведения.
 4. Психотехнологии поддержания и развития уверенности в себе. Уверенность как источник профессионального успеха.
 5. Тест на определение чувства неуверенности в себе.
 6. Упражнения «Принимаю ответственность на себя», «Преодоление», «Автопилот», «Уверенность в себе».
 7. Рефлексия занятия: «Мнение».
 8. Подведение итогов.
- Тема 18. Мое будущее (2 ч.)

1. Жизненные планы.
2. Упражнения «Спасательная шлюпка», «А что дальше?», «Мои жизненные планы», «Чемодан».
3. Рефлексия занятия: «Мнение».
4. Подведение итогов.

6. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю)

6.1 Вопросы и задания для самостоятельной работы Первый семестр (48 ч.)

Модуль 1. Теоретические основы профессионально-личностного роста (36 ч.)

Вид СРС: *Подготовка к контрольной работе

Вид СРС: *Выполнение индивидуальных заданий

Модуль 2. Практические аспекты профессионально-личностного роста (36 ч.)

Вид СРС: *Выполнение индивидуальных заданий

Вид СРС: *Подготовка к тестированию

7. Тематика курсовых работ (проектов)

Курсовые работы (проекты) по дисциплине не предусмотрены.

8. Оценочные средства

8.1. Компетенции и этапы формирования

Коды компетенций	Этапы формирования		
	Курс, семестр	Форма контроля	Модули (разделы) дисциплины
ОК-7	1 курс, Первый семестр	Зачет	Модуль 1: Теоретические основы профессионально-личностного роста.
ОПК-8 ПК-25	1 курс, Первый семестр	Зачет	Модуль 2: Практические аспекты профессионально-личностного роста.

Сведения об иных дисциплинах, участвующих в формировании данных компетенций:

Компетенция ОК-7 формируется в процессе изучения дисциплин:

Основы научной организации труда и научно-исследовательской деятельности студентов, Основы психолого-педагогической деятельности, Тренинг профессионально-личностного роста.

Компетенция ОПК-8 формируется в процессе изучения дисциплин:

Актуальные проблемы инклюзивного образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, Инновационная деятельность педагога инклюзивного образования,

Моделирование в образовательном процессе, Основы психолого-педагогической деятельности, Педагогическая практика, Педагогический мастер-класс, Практика по получению первичных профессиональных умений и навыков, Практика по получению профессиональных умений и опыта профессиональной деятельности, Преддипломная практика, Профессиональная этика в психолого-педагогической деятельности, Социальная педагогика.

Компетенция ПК-25 формируется в процессе изучения дисциплин:

Инновационная деятельность педагога инклюзивного образования, Организация досуговой деятельности в инклюзивном образовании, Основы научной организации труда и научно-исследовательской деятельности студентов, Основы психолого-педагогической деятельности, Педагогическая психология, Тренинг профессионально-личностного роста.

8.2. Показатели и критерии оценивания компетенций, шкалы оценивания

В рамках изучаемой дисциплины студент демонстрирует уровни овладения компетенциями:

Повышенный уровень:

знает и понимает теоретическое содержание дисциплины; творчески использует ресурсы (технологии, средства) для решения профессиональных задач; владеет навыками решения практических задач.

Базовый уровень:

знает и понимает теоретическое содержание; в достаточной степени сформированы умения применять на практике и переносить из одной научной области в другую теоретические знания; умения и навыки демонстрируются в учебной и практической деятельности; имеет навыки оценивания собственных достижений; умеет определять проблемы и потребности в конкретной области профессиональной деятельности.

Пороговый уровень:

понимает теоретическое содержание; имеет представление о проблемах, процессах, явлениях; знаком с терминологией, сущностью, характеристиками изучаемых явлений; демонстрирует практические умения применения знаний в конкретных ситуациях профессиональной деятельности.

Уровень ниже порогового:

имеются пробелы в знаниях основного учебно-программного материала, студент допускает принципиальные ошибки в выполнении предусмотренных программой заданий, не способен продолжить обучение или приступить к профессиональной деятельности по окончании вуза без дополнительных занятий по соответствующей дисциплине.

Уровень сформированности компетенции	Шкала оценивания для промежуточной аттестации		Шкала оценивания по БРС
	Экзамен (дифференцированный зачет)	Зачет	
Повышенный	5 (отлично)	зачтено	90 – 100%
Базовый	4 (хорошо)	зачтено	76 – 89%
Пороговый	3 (удовлетворительно)	зачтено	60 – 75%
Ниже порогового	2 (неудовлетворительно)	незачтено	Ниже 60%

Критерии оценки знаний студентов по дисциплине

Оценка	Показатели
Зачтено	Студент понимает теоретическое содержание; имеет представление о проблемах, процессах, явлениях; знаком с терминологией, сущностью, характеристиками изучаемых явлений; демонстрирует практические умения применения знаний в конкретных ситуациях

	профессиональной деятельности.
Незачтено	У студента имеются пробелы в знаниях основного программного материала, он допускает принципиальные ошибки в выполнении предусмотренных программой заданий, не способен продолжить обучение или приступить к профессиональной деятельности по окончании вуза без дополнительных занятий по соответствующей дисциплине.

8.3. Вопросы, задания текущего контроля

Модуль 1: Теоретические основы профессионально-личностного роста

ОК-7 способностью к самоорганизации и самообразованию

1. Составить библиографический список статей в журналах «Вопросы психологии» и «Психологический журнал» по проблемам психологии личности, самопознания, саморазвития.
2. Составить перечень личностных качеств педагога, необходимых ему для профессиональной деятельности, распределив их по степени значимости. Оценить степень представленности у себя каждого из указанных качеств.

Модуль 2: Практические аспекты профессионально-личностного роста

ОПК-8 способностью понимать высокую социальную значимость профессии, ответственно и качественно выполнять профессиональные задачи, соблюдая принципы профессиональной этики

1. Сформулировать для каждого участника группы один вопрос, ответ на который поможет лучше узнать и понять его.
2. Подготовка к работе в группе с упражнением «Каким меня видят окружающие?»: в тетради необходимо написать ответ на вопрос: «Каким человеком меня воспринимает группа и отдельные ее участники?».

ПК-25 способностью к рефлексии способов и результатов своих профессиональных действий

1. Описать конфликт из собственного жизненного опыта или литературных источников и указать возможные варианты его разрешения с помощью разных стратегий поведения в конфликте.
2. Оформить «Дневник личностного и профессионального самоизучения», ответив на вопросы и выполнив задания, предлагаемые в процессе освоения курса.

8.4. Вопросы промежуточной аттестации

Первый семестр (Зачет, ОК-7, ОПК-8, ПК-25)

1. Изложить суть и особенности жизненных целей и планов личности.
2. Дать определение и охарактеризовать особенности личностного роста.
3. Охарактеризовать психологические особенности и принципы работы тренинговой группы.
4. Охарактеризовать общение как условие личностного роста.
5. Изложить суть и особенности мотивов и ценностных ориентаций.
6. Проанализировать особенности понятия «творческий потенциал личности».
7. Представить понятие психической саморегуляции.
8. Охарактеризовать психологический стресс и его особенности.
9. Охарактеризовать основные методы психической саморегуляции (релаксацию, аутогенную тренировку, медитацию), их особенности.
10. Изложить суть и особенности жизненных целей и планов личности.

8.5. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования

компетенций

Промежуточная аттестация проводится в форме зачета.

Зачет позволяет оценить сформированность универсальных, общепрофессиональных и профессиональных компетенций, теоретическую подготовку студента, его способность к творческому мышлению, готовность к практической деятельности, приобретенные навыки самостоятельной работы, умение синтезировать полученные знания и применять их при решении практических задач.

При балльно-рейтинговом контроле знаний итоговая оценка выставляется с учетом набранной суммы баллов.

Собеседование (устный ответ) на зачете

Для оценки сформированности компетенции посредством собеседования (устного ответа) студенту предварительно предлагается перечень вопросов или комплексных заданий, предполагающих умение ориентироваться в проблеме, знание теоретического материала, умения применять его в практической профессиональной деятельности, владение навыками и приемами выполнения практических заданий.

При оценке достижений студентов необходимо обращать особое внимание на:

- усвоение программного материала;
- умение излагать программный материал научным языком;
- умение связывать теорию с практикой;
- умение отвечать на видоизмененное задание;
- владение навыками поиска, систематизации необходимых источников литературы по изучаемой проблеме;
- умение обосновывать принятые решения;
- владение навыками и приемами выполнения практических заданий;
- умение подкреплять ответ иллюстративным материалом.

9. Перечень основной и дополнительной учебной литературы

Основная литература

1. Левкин, В.Е. Социально-психологический тренинг для психолога : учебное пособие / В.Е. Левкин. - М. ; Берлин : Директ-Медиа, 2016. - 209 с. - Библиогр.: с. 195-203. - ISBN 978-5-4475-8755-0 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=450202>
2. Левкин, В.Е. Тренинг сензитивности : учебное пособие / В.Е. Левкин. - М. ; Берлин : Директ-Медиа, 2016. - 150 с. : ил. - Библиогр.: с. 136-146. - ISBN 978-5-4475-8757-4 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=450207>
3. Проектирование и реализация тренинга с учащимися [Текст] : учеб.-метод. пособие / авт.-сост. Ю. В. Варданян, Е. А. Лежнева ; Мордов. гос. пед. ин-т. - Саранск, 2015. - 84 с.
4. Эксакусто, Т. В. Групповая психокоррекция: тренинги и роли, игры для личностного и профессионального развития [Текст] / Т. В. Эксакусто, О. Н. Истратова. - Ростов н/Д : Феникс, 2014. - 254 с.

Дополнительная литература

1. Битянова, Н. Р. Психология личностного роста / Н. Р. Битянова. – М. : МПА, 2005. – 64 с.
2. Евтихов, О. В. Практика психологического тренинга / О. В. Евтихов. – СПб. : Речь, 2005. – 256 с.

10. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»

1. <http://azps.ru/handbook/> - Психологический словарь
2. <http://bookap.info> - Библиотека психологической литературы
3. <http://docpsy.ru/testy.html> - Тесты по психологии

11. Методические указания обучающимся по освоению дисциплины (модуля)

При освоении материала дисциплины необходимо:

- спланировать и распределить время, необходимое для изучения дисциплины;
- конкретизировать для себя план изучения материала;
- ознакомиться с объемом и характером внеаудиторной самостоятельной работы для полноценного освоения каждой из тем дисциплины.

Сценарий изучения курса:

- проработайте каждую тему по предлагаемому ниже алгоритму действий;
- регулярно выполняйте задания для самостоятельной работы, своевременно отчитывайтесь преподавателю об их выполнении;
- изучив весь материал, проверьте свой уровень усвоения содержания дисциплины и готовность к сдаче зачета/экзамена, выполнив задания и ответив самостоятельно на примерные вопросы для промежуточной аттестации.

Алгоритм работы над каждой темой:

- изучите содержание темы вначале по лекционному материалу, а затем по другим источникам;
- прочитайте дополнительную литературу из списка, предложенного преподавателем;
- выпишите в тетрадь основные понятия и категории по теме, используя лекционный материал или словари, что поможет быстро повторить материал при подготовке к промежуточной аттестации;
- составьте краткий план ответа по каждому вопросу, выносимому на обсуждение на аудиторном занятии;
- повторите определения терминов, относящихся к теме;
- продумайте примеры и иллюстрации к обсуждению вопросов по изучаемой теме;
- подберите цитаты ученых, общественных деятелей, публицистов, уместные с точки зрения обсуждаемой проблемы;
- продумывайте высказывания по темам, предложенным к аудиторным занятиям.

Рекомендации по работе с литературой:

- ознакомьтесь с аннотациями к рекомендованной литературе и определите основной метод изложения материала того или иного источника;
- составьте собственные аннотации к другим источникам, что поможет при подготовке рефератов, текстов речей, при подготовке к промежуточной аттестации;
- выберите те источники, которые наиболее подходят для изучения конкретной темы;
- проработайте содержание источника, сформулируйте собственную точку зрения на проблему с опорой на полученную информацию.

12. Перечень информационных технологий

Реализация учебной программы обеспечивается доступом каждого студента к информационным ресурсам – электронной библиотеке и сетевым ресурсам Интернет. Для использования ИКТ в учебном процессе используется программное обеспечение, позволяющее осуществлять поиск, хранение, систематизацию, анализ и презентацию информации, экспорт информации на цифровые носители, организацию взаимодействия в реальной и виртуальной образовательной среде. Индивидуальные результаты освоения дисциплины студентами фиксируются в информационной системе 1С:Университет.

12.1 Перечень программного обеспечения (обновление производится по мере появления новых версий программы)

1. Microsoft Windows 7 Pro

2. Microsoft Office Professional Plus 2007
3. Microsoft Office Professional Plus 2010
4. Kaspersky Business Space Security
5. SunRav BookOffice.WEB
6. 1С: Университет ПРОФ

12.2 Перечень информационных справочных систем (обновление выполняется еженедельно)

1. Справочная правовая система «КонсультантПлюс» (<http://www.consultant.ru>)
2. Информационно-правовая система "ГАРАНТ" (<http://www.garant.ru>)

12.3 Перечень современных профессиональных баз данных

1. Профессиональная база данных «Открытые данные Министерства образования и науки РФ» (<http://xn----8sblcdzzacvuc0jbg.xn--80abucjiibhv9a.xn--p1ai/opendata/>)
2. Электронная библиотечная система Znanium.com(<http://znanium.com/>)
3. Единое окно доступа к образовательным ресурсам (<http://window.edu.ru>)

13. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля)

Для проведения аудиторных занятий необходим стандартный набор специализированной учебной мебели и учебного оборудования, а также мультимедийное оборудование для демонстрации презентаций на лекциях. Для проведения практических занятий, а также организации самостоятельной работы студентов необходим компьютерный класс с рабочими местами, обеспечивающими выход в Интернет. При изучении дисциплины используется интерактивный комплекс Flipbox для проведения презентаций и видеоконференций, система iSpring в процессе проверки знаний по электронным тест-тренажерам.

Учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации (№ 214).

Помещение укомплектовано специализированной мебелью и техническими средствами обучения.

Основное оборудование:

Наборы демонстрационного оборудования: автоматизированное рабочее место преподавателя в составе (интерактивная доска QomohoteVision, проектор EpsonEB-47SW).

Учебно-наглядные пособия:

Презентации.

Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации.

Лаборатория общей и экспериментальной психологии (№ 210).

Помещение укомплектовано специализированной мебелью и техническими средствами обучения.

Основное оборудование:

Наборы демонстрационного оборудования: автоматизированное рабочее место преподавателя в составе (компьютер, проектор, гарнитура, вебкамера, интерактивная доска, магнитно-маркерная доска, мышь, стол, стул); компьютер «Сириус» в составе (системный блок, монитор, сетевой фильтр, мышь, клавиатура) – 3 шт.; персональный компьютер в составе (системный блок, монитор, сетевой фильтр, мышь, коврик, клавиатура) – 12 шт.

Учебно-наглядные пособия:

Презентации.

Помещение для самостоятельной работы

Читальный зал электронных ресурсов № 101б.

Основное оборудование:

Компьютерная техника с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду университета: автоматизированные рабочие места (компьютер – 12 шт.).

Мультимедийный проектор, многофункциональное устройство, принтер.

Учебно-наглядные пособия:

Презентации, электронные диски с учебными и учебно-методическими пособиями.