

Теми практичних занять

Тема 1.

- Поняття «тренінг», ТОЗ, ТКС, «соціально-психологічний тренінг»
- Історія розвитку, концептуальні ідеї, ключові поняття
- Становлення групових методів психологічної роботи
- Історико-методологічні основи тренінгової роботи
- Характеристика Т-груп, груп зустрічей

Тема 2.

- Тренінг як ефективний метод роботи педагога, психолога
- Види та класифікації тренінгів
- Загальна характеристика групового тренінгу: тренінгу особистісного зростання (ТОЗ) та тренінгу комунікативної компетенції (ТКС)
- Специфічні риси тренінгу
- Характеристика цільової аудиторії і її аналіз
- Тренінгові моделі і цикли навчання

Тема 3.

- Цілі, завдання тренінгів
- Дизайн і структура тренінгу
- Створення логічної структури тренінгу
- Інформаційна складова тренінгу
- Робота з тренінговою вправою

Тема 4.

- Алгоритм підготовки та проведення тренінгу
- Закони засвоєння інформації та формування навичок
- Основні засади інтерактивного навчання
- Тренінг як форма групового впливу
- Структурні вправи на різних етапах тренінгу

Тема 5.

- Функції та основні ролі ведучого тренінгової групи (організатор, тренер, коуч, фасилітатор, керівник групи, наставник/супервізор, ведучий тощо)
- Особисті якості та професійні компетенції тренера
- Вимоги до особистості ведучого тренінгу
- Специфіка роботи команди тренерів
- Формування авторського стилю тренера

Тема 6.

- Групова динаміка та етапи розвитку групи
- Структура групи та типи учасників
- Група як важливий чинник психологічного тренінгу
- Групова напруга. Групова єдність. Поняття про групову згуртованість.
- Зворотний зв'язок. Шерінг. Рефлексія

- Переваги групової форми роботи
- Основні аспекти групового процесу
- Способи мотивації учасників

Тема 7.

- Методологічні засади підготовки та проведення ефективного тренінгу
- Методичні характеристики тренінгового заняття
- Методика організації групової взаємодії
- Тренінгові методи роботи
- Інтерактивні методи
- Арт-методи
- Проєктивні методи

Тема 8.

- Зворотний зв'язок та його види
- Робота з емоційними станами
- Збір інформації по результати тренінгу
- Анкета учасника тренінгу
- Методи оцінки ефективності проведення тренінгового заняття
- Посттренінговий моніторинг

Тема 9.

- Організаційно-практичні аспекти та процес підготовки та планування тренінгу
- Плановий, сценарний, модульний, проєктний та процесуальний підходи до формування макроструктури тренінгу
- Особливості укладання тренінгової програми
- Вимоги до комплектування групи
- Обладнання приміщення для тренінгу
- Просторова і часова організація тренінгу
- Норми, правила та основні положення тренінгового заняття
- Традиційна схема (структура) організації тренінгового заняття

Тема 10.

- Основні частини/етапи тренінгу: вступна, основна та завершальна (рефлексивна).
- Фаза знайомства
- Занурення в тему
- Планування та з'ясування очікувань
- Логіка взаємозв'язку між різними етапами тренінгу та видами роботи, їх сумісність, відповідність етапу групової динаміки
- Змістове наповнення тренінгу
- Передача та аналіз інформації
- Емоційне розвантаження, розминки
- Підведення підсумків роботи групи. Розробка перспективного плану подальшого зростання

Тема 11.

- Розробка плану проведення групового тренінгу (ТОЗ, ТКК)

- Техніки, вправи та ігрові методи, що використовуються в тренінговій роботі
- Характеристика основних тренінгових методів і форм
- Специфіка, переваги та недоліки групової дискусії, ігрових методів, психогімнастики, проєктивних методів, кейс-методу, методів розвитку соціальної перцепції, методів тілесно-орієнтовано психотерапії, медитативних технік, арт-терапії, музичної терапії
- Створення тренінгових технік
- Нестандартні та кризові ситуації у тренінгу
- Секрети успішного тренера

Тема 12.

- Особистість на шляху до особистісного зростання
- Поняття «особистість» та «Я-концепція»
- Психологічна структура особистісного зростання
- Саморозкриття і усвідомлення сильних сторін особистості
- Розвиток упевненості в собі, подолання бар'єрів, які заважають повноцінному самовираженню, самовдосконаленню
- Поглиблення навичок самоаналізу і самовираження, глибокий і всебічний аналіз особистості кожного учасника тренінгу
- Закріплення навичок і умінь особистісного зростання.