

**АНОТАЦІЯ**  
**навчальної дисципліни**

**«Тренінг комунікативності та особистісного зростання»**

**(ВИБІРКОВА ДИСЦИПЛІНА)**

**Опис дисципліни**

*Кількість кредитів – 3*

*Загальна кількість годин – 90 год.*

*Семестр – 4-й*

*Лекції – 16 год.*

*Практичні, семінарські – 32 год.*

*Самостійна робота – 42 год.*

**Вид підсумкового контролю** – залік.

**Керівник курсу:** Субашкевич І.Р., кандидат психологічних наук, доцент, доцент кафедри соціальної педагогіки та соціальної роботи.

**Анотація дисципліни:** Дисципліна є *вибірковою* складовою навчального плану.

Як вибіркова складова, вивчення дисципліни дозволить студенту сформувати індивідуальну освітню траєкторію.

**Мета** вибіркової навчальної дисципліни «Тренінг комунікативності та особистісного зростання» є ознайомлення студентів із загальними основами та методикою проведення тренінгу комунікативності та особистісного зростання як навчальною дисципліною та видом практичної діяльності, показати можливості використання наукових та прикладних психологічних знань у сфері освіти, формувати початкові уміння та навички інформаційно-аналітичної діяльності, розвивати професійне мислення, сприяти професійному самовизначенню та особистісному розвитку студентів.

**Завдання курсу:**

- виробити навички самопрезентації;
- оволодіти навичками ефективного міжособистісного спілкування;
- сприяти розкриттю власного особистісного потенціалу;
- забезпечити підвищення емоційної стабільності, толерантності, здатності працювати у команді

**Програмні компетентності**

**Інтегральна компетентність:**

- ІК Здатність розв'язувати складні спеціалізовані задачі та практичні проблеми професійної діяльності, процесу навчання, що передбачає проведення досліджень та застосування певних теорій, методів соціальної роботи, соціально-психологічної реабілітації та науково-дослідної, науково-педагогічної діяльності характеризується комплексністю та невизначеністю умов і вимог. Загальні компетентності:

**Загальні компетентності:**

- ЗК1. Здатність реалізувати свої права і обов'язки як члена суспільства, усвідомлювати цінності громадянського (вільного демократичного) суспільства та необхідність його сталого розвитку, верховенства права, прав і свобод людини громадянина в Україні.
- ЗК2. 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.

- ЗК3. Здатність до абстрактного мислення, аналізу та синтезу.
- ЗК4. Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях.
- ЗК5. Здатність планувати та управляти часом.
- ЗК8. Навички використання інформаційних і комунікаційних технологій.
- ЗК9. Здатність вчитися і оволодівати сучасними знаннями.
- ЗК10. Здатність до пошуку, оброблення та аналізу інформації з різних джерел.
- ЗК12. Здатність приймати обґрунтовані рішення.
- ЗК13. Здатність мотивувати людей та рухатися до спільної мети
- ЗК14. Визначеність і наполегливість щодо поставлених завдань і взятих обов'язків.
- ЗК15. Здатність діяти соціально відповідально та свідомо.

#### ***Фахові компетентності:***

- ФК4. Здатність до аналізу соціально-психологічних явищ, процесів становлення, розвитку та соціалізації особистості, розвитку соціальної групи і громади.
- ФК8. Здатність застосовувати сучасні експериментальні методи роботи з соціальними об'єктами в польових і лабораторних умовах.
- ФК9. Здатність оцінювати соціальні проблеми, потреби, особливості та ресурси клієнтів.
- ФК10. Здатність розробляти шляхи подолання соціальних проблем і знаходити ефективні методи їх вирішення.
- ФК14. Здатність до застосування методів менеджменту для організації власної професійної діяльності та управління діяльністю соціальних робітників і волонтерів, іншого персоналу.
- ФК15. Здатність взаємодіяти з клієнтами, представниками різних професійних груп та громад.
- ФК20. Здатність до сприяння підвищенню добробуту і соціального захисту осіб, здійснення соціальної допомоги та надання підтримки тим, хто перебуває у складних життєвих обставинах.

#### **Змістдисципліни:**

##### ***Змістовий модуль 1. Теоретичні й методичні основи проведення тренінгу особистісного зростання.***

Тема 1. Загальна характеристика психологічного тренінгу

Тема 2. Предмет, проблеми і методи дослідження професійної ідентичності працівників.

Тема 3. Група як важливий чинник психологічного тренінгу.

Тема 4. Змістові, організаційні та методичні аспекти проведення тренінгів.

Тема 5. Характеристика основних тренінгових методів і форм.

Тема 6. Технологія ведення тренінгу професійної ідентичності.

Тема 7. Професійна ідентифікація в умовах тренінгу.

Тема 8. Особистість на шляху до особистісного зростання.

Тема 9. Програмування професійної комунікації та особистісного зростання.

##### ***Змістовий модуль 2. Організаційно-практичні аспекти та процес групового тренінгу.***

Тема 10. Тренінг комунікативної компетенції майбутніх працівників.

Тема 11. Професійна ідентичність та професійне зростання.

Тема 12. Трансформація особистості у тренінгах

Тема 13. Вимоги до підготовки тренінгових матеріалів.

Тема 14. Складання програми тренінгу комунікативності та особистісного зростання.

## Рекомендована література

### Базова

1. Федорчук В. М. Тренінг особистісного зростання: навч. посіб. / В. М. Федорчук – К.: «Центр учбової літератури», 2017. – 250 с.
2. Афанасьєва Н.Є., Перелигіна Л.А. Теоретико-методологічні основи соціально-психологічного тренінгу: навчальний посібник. – Харків: НУЦЗУ, 2016. – 251 с.
3. Теоретико-методологічні основи соціально-психологічного тренінгу [Текст] : навч. посіб. / Афанасьєва Н. Є., Перелигіна Л. А.; Нац. ун-т цивільного захисту України. – Харків : ХНАДУ, 2017. – 315 с.
4. Минуллина А.Ф., Гурьянова О.А. Тренинг личностного роста: Методическое пособие. / А.Ф. Минуллина, О.А. Гурьянова – Казань: Издательство «Бриг», 2018. – 96 с.
5. Ремендик Д. М. Тренинг личностного роста: Учебное пособие / Д.М. Ремендик – М.: ФОРУМ: ИНФРА-М, 2017. – 176 с.
6. Карпенко Є. Основи психотренінгу: навч. посібник. – Дрогобич: Дрогобицький державний педагогічний університет імені Івана Франка, 2016. – 80 с.
7. Соціально-психологічний тренінг і маніпуляція [Текст]: навч.-метод. посіб./ В.В. Балахтар. – Вишня : Видавництво «Черемош», 2017. – 432 с.
8. 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.
9. Шевцова И. В. Тренинг личностного роста / И. В. Шевцова. – СПб.: Речь, 2016. – 144 с.

### Допоміжна

1. Подоляк Л.Г., Юрченко В.І. Психологія вищої школи: Практикум.- К., 2008.- 336 с.
2. Психогимнастика в тренінге / Под ред. Н.Ю. Хрящевой. – СПб., 2001.- 256 с.
3. Гуменюк О.Є. Психологія Я-концепції: Навчальний посібник. – Тернопіль: Економічна думка, 2004. – 310 с.
4. Бернацька О.Б. „Сім кольорів життя...” Програма арт-терапевтичних занять з підлітками (30 тем). Використання елементів арттерапії у вихованні самостійності: науково-методичний посібник для педагогів та психологів / О.Б. Бернацька – Миколаїв, 2011. – 116 с.

### Інтернет-ресурси:

1. Найкращі поради для тренінгу комунікативності та особистісного зростання <https://alexus.com.ua/metodichna-rozrobka-trening-osobistisnogo-zrostannya/>