

АНОТАЦІЯ НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

«Тренінг спілкування та самопізнання»

VIII семестр

Дисципліна № _____
Кількість кредитів ЄКТС 3

I. Основна мета засвоєння курсу полягає у сприянні особистісному розвитку студентів, шляхом розширення їх навичок у міжособистісному спілкуванні та самопізнанні. Засобами інтерактивного навчання передбачено розширення знань про можливості удосконалення комунікативних здібностей. Крім того, курсом передбачено застосування психологічних методів спрямованих на пізнання особистого внутрішнього світу майбутніх психологів, системи їх когнітивної, емоційно-ціннісної, поведінкової, мотиваційної сфер.

II. Місце навчальної дисципліни у програмі підготовки практичних психологів.

Навчальна дисципліна «Тренінг спілкування та самопізнання» є складовою навчальної програми підготовки психологів, вона спрямована поглибити знання студентів, які були отримані ними у результаті вивчення «Загальної психології», «Вікової психології», «Психології особистості», «Соціальної психології» та інтегрувати отримані знання у систему власного особистісного зростання.

III. Завдання дисципліни: розвиток навичок ефективного міжособистісного спілкування; підвищення рівня комунікативної компетентності; ознайомлення із методами самоаналізу, саморозвитку, самопізнання у процесі психологічного тренінгу; актуалізація мотивації до пізнання власної особистості та особистісного розвитку.

IV. Основні знання та уміння яких набуває студент опанування даної дисципліни

Знати:

- психологічні закономірності, механізми, способи міжособистісної взаємодії для ефективного міжособистісного спілкування;
- категоріальний апарат психології самопізнання;
- психологічні закономірності, механізми та методи самопізнання особистості.

Вміти:

- застосовувати категоріальний апарат психології спілкування та самопізнання;
- володіти техніками розвитку комунікативних навичок;
- проявляти ініціативу у спілкуванні або передавати її партнеру;
- володіти техніками професійного спілкування психолога;
- проявляти емпатію до вербальної та невербальної експресії;
- володіти техніками самопізнання особистості;
- реалізовувати пізнавальну активність у вивченні можливостей самопізнання у майбутній професійній діяльності.

V. Короткий зміст дисципліни

Модуль I. Розвиток навичок ефективного міжособистісного спілкування

Тема 1. Особливості міжособистісної взаємодії учасників тренінгу. Етапи, правила групової роботи, виявлення очікувань учасників тренінгу. Презентація програми тренінгу. Принципи роботи у групі. Рівень згуртованості групи. Встановлення позитивної атмосфери у групі, налагодження ефективної комунікативної взаємодії. Презентація індивідуальності.

Тема 2 Ефективність комунікативної взаємодії та чинники її зниження. Поняття «комунікативна взаємодія», критерії її ефективності. Труднощі та бар'єри у комунікативному процесі. Страх у стосунках з іншими людьми. Групова згуртованість та атмосфера відвертості як шляхи подолання страху спілкування у студентському колективі. Співпраця як умова ефективної тренінгової роботи у групі. Усвідомлення своєї ролі у

груповій взаємодії, рівня комунікативної компетентності та бар'єрів, які заважають ефективному комунікативному процесу.

Тема 3. Розвиток навичок комунікативної компетентності психологів. Оволодіння техніками активного слухання та ведення бесіди. Відпрацювання навичок ставити закриті, відкриті запитання та надавати відповіді на них. Вербальне та невербальне розуміння партнера. Формування єдності, співпраці та взаєморозуміння учасників тренінгу. Усвідомлення власного емоційного стану та переживань партнера по спілкуванню. Психологічний захист у комунікативному процесі. Значення емпатії та рефлексії у процесі спілкування.

Модуль II. Можливості самопізнання у процесі міжособистісної взаємодії учасників психологічного тренінгу

Тема 1. Зміст, структура та механізми самопізнання особистості. Підходи до визначення поняття «самопізнання». Структурні елементи самопізнання та їх змістова характеристика. Самопізнання як процес, його закономірності, цілі, мотиви та результат.

Тема 2. Застосування психодіагностичних методів у процесі самопізнання. Роль психодіагностики у процесі самопізнання. Особливості підбору методів для дослідження власної особистості. Застосування психологічних методів дослідження відповідно до структурних компонентів особистості як системний, комплексний підхід у процесі самопізнання.

Тема 3. Психологічні методи та техніки самопізнання. Застосування психологічних технік спрямованих на: мотивацію до самопізнання, розкриття особистісного потенціалу, креативності, усвідомлення особистісних якостей та можливостей, актуалізацію відповідальності, подолання бар'єрів, особистісних протиріч та конфліктів.

VI. Назва кафедри та викладацький склад, який буде забезпечувати викладання дисципліни

Кафедра психології та педагогіки Факультету педагогіки та психології. Викладач дисципліни – кандидат психологічних наук, доцент Дзюбенко О. А.

VII. Обсяги навчального навантаження та терміни викладання курсу

На вивчення дисципліни відводиться 90 годин (3 кредити ЄКТС), з яких: 12 годин - лабораторні заняття, самостійна робота складає 78 годин.

Дисципліна викладається впродовж VIII семестру.

VIII. Основні інформаційні джерела до вивчення дисципліни

1. Васильєва М. О. Тренінг "Професійна рефлексія у діяльності соціального працівника" / М. О. Васильєва // Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова : збірник наукових праць. Серія 12. Психологічні науки. Вип. 26 (50), Ч. 2 / М-во освіти і науки України, Нац. пед. ун-т ім. М. П. Драгоманова ; [редкол. В. П. Андрущенко [та ін.]]. - К. : Вид-во НПУ ім. М. П. Драгоманова, 2009. – С. 203-210.

2. Годлевська Д. М. Індивідуальний стиль спілкування як складова професійної культури спілкування майбутніх фахівців / Д. М. Годлевська, В. В. Крижанівська // Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова : збірник наукових праць. Серія 11. Соціальна робота. Соціальна педагогіка. Вип. 17, Ч. 3 / М-во освіти і науки України, Нац. пед. ун-т ім. М. П. Драгоманова ; [ред.кол. В. П. Андрущенко [та ін.]]. - К. : Вид-во НПУ ім. М. П. Драгоманова, 2013. - С. 135-141.

3. Годлевська Д. М. Невербальне спілкування як одна з умов успішної взаємодії соціального працівника з клієнтом / Д. М. Годлевська // Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова : збірник наукових праць. Серія 11. Соціальна робота. Соціальна педагогіка. Вип. 9 / М-во освіти і науки України, Нац. пед. ун-т ім. М. П. Драгоманова ; [редкол. В. П. Андрущенко [та ін.]]. - К. : НПУ ім. М. П. Драгоманова, 2009. – С. 28-33.

4. Джонсон Д. В. Тренінг саморозкриття / Д.В. Джонсон // Практична психологія та соціальна робота : науково-практичний освітньо-методичний журнал. - Київ : "СОЦИС" ; Київ : Практична психологія та соціальна робота, 1997. - С.52-64.
5. Дімітрова А. Ти - цілий світ. Тренінг / А. Дімітрова // Соціальний педагог. Шкільний світ / Благодійна організація "Благодійний фонд "Перше вересня" (Київ) : Житомирська облдрукарня, 2011. - № 9. - С.14-17.
6. Духневич В. М. Прикладні питання технологій підготовки та проведення когнітивно орієнтованих тренінгів спілкування : методичні рекомендації / В. М. Духневич // Нац. акад. пед. наук України, Ін-т соціальної і політичної психології. - Київ : Міленіум, 2014. - 84 с.
7. Киричок В. Тренінги на розвиток комунікацій / В. Киричок // Відкритий урок: Розробки. Технології, Досвід : Освітянський науково-методичний журнал. - Київ : Плеяди, 2001. - С.51-61.
8. Коваленко А. Розвиток головних компонентів розуміння в процесі проведення занять у формі творчого тренінгу / А. Коваленко // Методологія та технології практичної психології в системі вищої освіти : міжнар. наук.-практ. конференція : тези доповідей / М-во освіти і науки України, Нац. пед. ун-т ім. М. П. Драгоманова ; редкол. В. І. Бондар [и др.]. - К. : Вид-во НПУ ім. М. П. Драгоманова, 2007. - С.12-13
9. Коршун Ю. Учимося розуміти одне одного : тренінг / Ю. Коршун // Психолог дошкілля. - Київ : Шкільний світ, 2009. - С.33-35.
10. Кручак О. Загасити полум'я суперечки : тренінгове заняття / О. Кручак. – Психолог : Всеукраїнська газета. Шкільний світ / Благодійна організація "Благодійний фонд "Перше вересня". - Київ : Шкільний світ, 2002. - С.7-13.
11. Кручак О. Хто я? Який я? : Тренінгове заняття із самопізнання / О. Кручак // Психолог : Всеукраїнська газета. Шкільний світ / Благодійна організація "Благодійний фонд "Перше вересня". - Київ : Шкільний світ, 2002. - С. 39-42.
12. Ларіонова О. Як подолати агресію та бути толерантним : заняття з елементами тренінгу / О. Ларіонова // Психолог : Всеукраїнська газета. Шкільний світ / Благодійна організація "Благодійний фонд "Перше вересня". - Київ : Шкільний світ, 2002. - С.32-34.
13. Міщиха, Л. П. Спілкування як прояв творчої активності особистості / Л. П. Міщиха // Обдарована дитина : науково-практичний освітньо-популярний журнал/ Міністерство освіти і науки України; АПН України; Інститут психології України ім. Г.С.Костюка АПН України; Товариство психологів України; Інститут педагогіки і психології професійної освіти АПН України. - Київ : Социс. -. С.13-19
14. Нечипорук Н. Від упевненості до гармонії : Тренінг особистісного зростання для студентів / Н. Нечипорук, К. Демида // Психолог : Всеукраїнська газета. Шкільний світ / Благодійна організація "Благодійний фонд "Перше вересня". - Київ : Шкільний світ, 2002. - С.17-22.
15. Низовець О. А. Розвиток комунікативної компетентності студентів-психологів в умовах тренінгової роботи / О. А. Низовець // Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова : збірник наукових праць. Серія 12. Психологічні науки. Вип. 28 (52) / М-во освіти і науки України, Нац. пед. ун-т ім. М. П. Драгоманова ; [редкол. В. П. Андрущенко [та ін.]]. - К. : Вид-во НПУ ім. М. П. Драгоманова, 2009. - С.130-136
16. Петренко С. Є. Спілкування - найцінніший скарб / С. Є. Петренко // Обдарована дитина : науково-практичний освітньо-популярний журнал / Міністерство освіти і науки України; АПН України; Інститут психології України ім. Г.С.Костюка АПН України; Товариство психологів України; Інститут педагогіки і психології професійної освіти АПН України. - Київ : Социс. - С. 62.
17. Печенізький В. П. Алгоритм і технологія проведення соціально-психологічного тренінгу спілкування / В.П. Печенізький. - Психологія : зб.наук.праць / МО України.НПУ

ім.М.П.Драгоманова; Редкол.: С.Д.Максименко та ін. - Київ : [б. в.], 2000 - ., Вип. 2 (9), Ч. 1. - С. 186-191.

18. Пісоцький О. Тренінгові технології та особливості їх застосування у підвищенні інтелектуального потенціалу майбутнього психолога / О. Пісоцький // *Методологія та технології практичної психології в системі вищої освіти : міжнар. наук.-практ. конференція : тези доповідей / М-во освіти і науки України, Нац. пед. ун-т ім. М. П. Драгоманова ; редкол. В. І. Бондар [и др.]*. - К. : НПУ ім. М. П. Драгоманова, 2007. - С .139-141.

19. Примак-Моргус О. Формування навичок спілкування, поведінки у конфлікті та зниження агресивності. Тренінг/ О. Примак-Моргус // *Соціальний педагог. Шкільний світ / Благодійна організація "Благодійний фонд "Перше вересня" (Київ) : Житомирська облдрукарня, 2011. - № 9. –С. 38-47.*

20. Прокопчук Н. Я – особистість : Тренінг-спілкування для учнів 9-11-х класів / Н. Прокопчук // *Психолог : Всеукраїнська газета. Шкільний світ / Благодійна організація "Благодійний фонд "Перше вересня". - Київ : Шкільний світ, 2002. - С. 29-35.*

21. Романова Н. Ф. Особливості тренінгового навчання майбутніх фахівців у вищому навчальному закладі / Н. Ф. Романова, Г. А. Полякова. // *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова : збірник наукових праць. Серія 11. Соціальна робота. Соціальна педагогіка. Вип. 17, Ч. 3 / М-во освіти і науки України, Нац. пед. ун-т ім. М. П. Драгоманова ; [редкол. В. П. Андрущенко [та ін.]]. - К. : НПУ ім. М. П. Драгоманова, 2013. -С. - 177-185.*

22. Тренінги спілкування : сборник / Упоряд. Т. Гончаренко. - Київ : Редакції загальнопедагогічних газет, 2004. - 120 с.

ІХ. Методи навчання: поєднання міні-лекцій та інтерактивних форм навчання (психологічні вправи, дидактичні та організаційно-навчальні ігри, творчі завдання тощо).

Х. Система оцінювання:

Поточний контроль: оцінювання виконання завдань на лабораторних заняттях, виконання творчих індивідуальних завдань.

Підсумковий контроль: залік у VIII семестрі.

ХІ. Реєстрація на навчальну дисципліну: у деканаті.