

Назва дисципліни	Тренінг особистісного зростання
Викладач	Старший викладач кафедри практичної психології Калька Наталія Миколаївна
Курс та семестр у якому планується вивчення дисципліни	4 курс «бакалавр», 7-й семестр
Освітній ступінь, для якого рекомендується дана дисципліна	бакалавр
Перелік компетентностей та результатів навчання, які дозволяє поглибити дана дисципліна	Вивчення навчальної дисципліни «Тренінг особистісного зростання» здобувачами освітньо-професійної програми «Психологія» дозволить набути таких соціальних компетентностей: - здатність працювати в команді; - здатність виконувати різні функції та ролі в колективі; - вміння визначати особисті цілі; - відкритість у спілкуванні; - здатність до самоконтролю; - вміння робити вибір; - здатність брати відповідальність. А також розширити: такі загальні компетентності: - здатність застосовувати теоретичні знання у практичній діяльності; - здатність вчитися і оволодівати сучасними знаннями та практичними техніками у професійній діяльності; - здатність бути критичним і самокритичним в процесі засвоєння знань; - здатність генерувати нові ідеї (креативність) у процесі засвоєння знань; - навички міжособистісної взаємодії у процесі групової роботи; здатність працювати в команді. такі спеціальні компетентності: - здатність дотримуватися норм професійної етики; здатність до особистісного та професійного самовдосконалення, навчання та саморозвитку; - готовність до організації заходів щодо особистісного розвитку; - готовність до складання програм тренінгу; - здатність організовувати тренінгову діяльність з різними категоріями осіб спрямованими на особистісне зростання. За результатами вивчення навчальної дисципліни здобувачі повинні <i>знати</i>: — специфіку тренінгу як форми психологічної роботи; — особливості психодинаміки учасників та групи; — основні аспекти закономірностей розвитку групи; — правила організації групової роботи; — закономірності розвитку малої групи (груповий тиск, лідерство, динаміка); — основні підходи до складання і проведення тренінгів особистісного зростання для різних категорій осіб. За набутими знаннями і навичками здобувач повинен <i>вміти</i>: — включатися в групову роботу, налаштовувати і підтримувати

	контакт у групі; – проводити групові дискусії в рамках тренінгової роботи; – застосовувати основні методи активного соціально-психологічного навчання; – організовувати роботу групи, базуючись на принципах надання психологічної допомоги; – скласти програму тренінгу; – виокремлювати етапи тренінгу, підбирати вправи та техніки відповідно до завдань тренінгу; – долати психологічний опір учасників групи; – оцінювати результативність тренінгу.
Обсяг дисципліни	4 кредити ECTS (120 годин), з яких 48 годин аудиторних занять
Форма контролю	залік
Інформаційний обсяг	Тема 1. Можливості та організація проведення тренінгів особистісного зростання для різних категорій осіб.
	Тема 2. Компоненти особистісного зростання.
	Тема 3. Я-концепція особистості в контексті особистісного зростання.
	Тема 4. Впевненість у собі як запорука особистісного зростання.
	Тема 5. Цілепокладання та мотивація у системі особистісного зростання.
	Тема 6. Система таймменеджменту як основна особистісного зростання.
	Тема 7. Особистісний стресменеджмент і особистісне зростання.
	Тема 8. Життєвий успіх особистості у контексті особистісного зростання.
	Тема 9. Аналіз життєвого шляху і розробка особистих життєвих програм.
	Тема 10. Життєві особистісні програми як шлях до особистісного розвитку і росту.
Мова викладання	українська