

Подписано электронной подписью:
Вержицкий Данил Григорьевич
Должность: Директор КГПИ КемГУ
МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«КЕМЕРОВСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»
Кузбасский гуманитарно-педагогический институт

Факультет психологии и педагогики

УТВЕРЖДАЮ:

Декан факультета

Л. Я. Лозован

«23» марта 2025

Рабочая программа дисциплины

К.М.08.11 Тренинг личностного роста

Код, название дисциплины

Направление подготовки

44.03.02 Психолого-педагогическое образование

Направленность (профиль) подготовки

Психология образования

Программа бакалавриата

Квалификация выпускника

бакалавр

Форма обучения

очная

Год набора 2025

Новокузнецк 2025

Лист внесения изменений
в РПД К.М.08.11 Тренинг личностного роста
(код по учебному плану, название дисциплины)

Сведения об утверждении:

утверждена Ученым советом факультета психологии и педагогики
(протокол Ученого совета факультета № 9 от 22.04.2025 г.)

для ОПОП 2025 год набора на 2025 / 2026 учебный год
по направлению подготовки 44.03.02 Психолого-педагогическое образование
направленность (профиль) Психология образования

Одобрена на заседании методической комиссии факультета психологии и педагогики
протокол методической комиссии факультета № 5 от 28.03.2025 г.)

Одобрена на заседании обеспечивающей кафедры психологии и общей педагогики
протокол № 7 от 27.03.2025 г. _____ (Алонцева А.И.)

Оглавление

1 Цель дисциплины	4
2 Объём и трудоёмкость дисциплины по видам учебных занятий. Формы промежуточной аттестации.	5
3. Учебно-тематический план и содержание дисциплины.....	5
4 Порядок оценивания успеваемости и сформированности компетенций обучающегося в текущей и промежуточной аттестации.....	6
5 Материально-техническое, программное и учебно-методическое обеспечение дисциплины	7
5.1 Учебная литература	7
5.2 Материально-техническое и программное обеспечение дисциплины.....	8
5.3 Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы.....	8
6 Иные сведения и (или) материалы.....	9
6.1. Примерные темы письменных учебных работ	9

1 Цель дисциплины

В результате освоения данной дисциплины у обучающегося должны быть сформированы компетенции основной профессиональной образовательной программы бакалавриата (далее - ОПОП):

ОПК-3. Способен организовывать совместную и индивидуальную учебную и воспитательную деятельность обучающихся, в том числе с особыми образовательными потребностями, в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов;

ПК-1. Способен планировать и проводить диагностические исследования с использованием стандартизированного инструментария, организовывать работу по предупреждению возможного неблагополучия в психическом и личностном развитии, а также разрабатывать и реализовать программы коррекционно-развивающей работы и тренинговых занятий с обучающимися.

Содержание компетенций как планируемых результатов обучения по дисциплине см. таблицы 1 и 2.

Формируемые компетенции, индикаторы достижения компетенций, знания, умения, навыки

Таблица 1 – Индикаторы достижения компетенций, формируемые дисциплиной

Код и название компетенции	Индикаторы достижения компетенции по ОПОП	Знания, умения, навыки (ЗУВ), формируемые дисциплиной
ОПК-3. Способен организовывать совместную и индивидуальную учебную и воспитательную деятельность обучающихся, в том числе с особыми образовательными потребностями, в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов	ОПК-3.3. Управляет учебными группами с целью вовлечения обучающихся в процесс обучения и воспитания, оказывает помощь и поддержку в организации деятельности ученических органов самоуправления.	Знать: -приемы организации деятельности ученических органов самоуправления Уметь: -управлять учебными группами с целью вовлечения обучающихся в процесс обучения и воспитания, оказывать помощь и поддержку в организации деятельности ученических органов самоуправления. Владеть: -навыками применения способов вовлечения обучающихся в процесс обучения и воспитания, приемы организации деятельности ученических органов самоуправления в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов.
ПК-1. Способен планировать и проводить диагностические исследования с использованием стандартизированного инструментария, организовывать работу по предупреждению возможного неблагополучия в психическом и личностном развитии, а также разрабатывать и реализовать программы коррекционно-развивающей работы и тренинговых занятий с обучающимися	ПК -1.4. Разрабатывает и реализует программы тренинговых занятий для обучающихся, направленных на развитие интеллектуальной, эмоционально-волевой сферы, познавательных процессов, оказания помощи по самоопределению и профориентации	Знать: -теоретические и методические аспекты проведения личностного роста; -основные направления развития тренингов развития личностного роста, правила и требования по организации тренингов личностного роста; -специфику организации и содержание тренинговых занятий для обучающихся, направленных на развитие интеллектуальной, эмоционально-волевой сферы, познавательных процессов, оказания помощи по самоопределению и профориентации. Уметь: -разрабатывать и реализовывать программы тренинговых занятий для обучающихся, направленных на развитие интеллектуальной, эмоционально-волевой сферы, познавательных процессов, оказания помощи по самоопределению и профориентации. Владеть: - способами разработки программы тренинговых занятий для обучающихся, направленных на развитие интеллектуальной, эмоционально-волевой сферы, познавательных процессов, оказания помощи по самоопределению и профориентации;

Место дисциплины

Дисциплина включена в модуль «Диагностико-коррекционная работа» ОПОП ВО, обязательная часть. Дисциплина осваивается на 4 курсе в 9 семестре.

2 Объем и трудоёмкость дисциплины по видам учебных занятий. Формы промежуточной аттестации.

Таблица 2 – Объем и трудоёмкость дисциплины по видам учебных занятий

Общая трудоёмкость и виды учебной работы по дисциплине, проводимые в разных формах	Объём часов по формам обучения
	ОФО
1 Общая трудоёмкость дисциплины	72
2 Контактная работа обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий) (всего)	34
Аудиторная работа (всего):	34
в том числе:	
лекции	
практические занятия, семинары	34
практикумы	
лабораторные работы	
Внеаудиторная работа (всего):	
в том числе, индивидуальная работа обучающихся с преподавателем	
подготовка курсовой работы (проекта) /контактная работа	
групповая, индивидуальная консультация и иные виды учебной деятельности, предусматривающие групповую или индивидуальную работу обучающихся с преподавателем)	
творческая работа (эссе)	
3 Самостоятельная работа обучающихся (всего)	38
4 Промежуточная аттестация обучающегося – зачет с оценкой	зачет, 9 семестр

3. Учебно-тематический план и содержание дисциплины.

Таблица 3 - Учебно-тематический план очной формы обучения

№ недели п/п	Разделы и темы дисциплины по занятиям	Общая трудоёмкость (всего час.)	Трудоёмкость занятий (час.)		Формы текущ. контроля и промежуточной аттестации
			ОФО		
			Аудиторн. занятия	СРС	
			практ		
Семестр 8					
1	Общая характеристика методов активного обучения и теоретические ориентации тренинговых групп	34	16	18	УО
1.1	Прогнозирование изменений, комплексное воздействие на уровень развития и функционирования познавательной и мотивационно-волевой сферы	16	8	8	
1.2	Психодинамическое направление в групповой форме работы	18	8	10	
2	Реализация психологических методик и технологий, ориентированных на личностный рост	38	18	20	УО

2.1	Формирование адекватного уровня притязаний и повышение самооценки. Реализация психологических методик и технологий, ориентированных на личностный рост	18	8	10	
2.2	Формирование мотивации достижения успеха. Программы, направленные на психологическое сопровождение в социальной сфере	20	10	10	
	Промежуточный контроль				зачет с оценкой
	Итого	72	34	38	

4 Порядок оценивания успеваемости и сформированности компетенций обучающегося в текущей и промежуточной аттестации.

Для положительной оценки по результатам освоения дисциплины обучающемуся необходимо выполнить все установленные виды учебной работы. Оценка результатов работы обучающегося в баллах (по видам) приведена в таблице 4.

Таблица 4 - Балльно-рейтинговая оценка результатов учебной работы обучающихся по видам (БРС)

Учебная работа (виды)	Сумма баллов	Виды и результаты учебной работы	Оценка в аттестации	Баллы за освоение дисциплины (мин.-макс.)
Текущая учебная работа в семестре (Посещение занятий по расписанию и выполнение заданий)	80 (100% /баллов приведе нной шкалы)	Практические занятия, семинары (17 занятий)	Баллы выставаются в соответствии с критериями: 2 балла – выставляется в случае, если студент выполняет задание самостоятельно; показывает полный объем знаний, умений в освоении, пройденных тем и применение их на практике; нет ошибок в логических рассуждениях; в случае устного ответа – дан полный, развернутый ответ на поставленный вопрос (вопросы), свободно оперирует понятиями, умеет выделить существенные и несущественные его признаки, причинно-следственные связи; студент демонстрирует глубокие и прочные знания материала по заданным вопросам, исчерпывающе и последовательно, грамотно и логически стройно его излагает; 1 балл – работа выполнена полностью, но обоснований шагов решения недостаточно; допущена одна ошибка или два-три недочета; при устном ответе – дан полный, но недостаточно последовательный ответ на поставленный вопрос (вопросы), но при этом показано умение выделить существенные и несущественные признаки и причинно-следственные связи; ответ логичен и изложен в терминах	27-56

			науки; студент знает материал по заданным вопросам, грамотно и последовательно его излагает, но допускает неточности в определениях. 0 баллов – работа выполнена не полностью; допущены грубые ошибки. Работа выполнена не самостоятельно. При устном ответе – дан недостаточно полный и недостаточно развернутый ответ. Логика и последовательность изложения имеют нарушения. Допущены ошибки в раскрытии понятий, употреблении терминов, обучающийся не способен самостоятельно выделить существенные и несущественные признаки и причинно-следственные связи, студент может конкретизировать обобщенные знания только с помощью преподавателя, студент знает только отдельные моменты, относящиеся к заданным вопросам, слабо владеет понятийным аппаратом..	
		Итоговый тест	13 баллов (51 - 65% правильных ответов) 18 балла (66 - 84% правильных ответов) 24 баллов (85 - 100% правильных ответов)	13-24
Итого по текущей работе в семестре				40-80
Промежуточная аттестация (зачет с оценкой)	20	Вопрос 1	3 баллов (пороговое значение) 5 баллов (максимальное значение)	3-5
		Вопрос 2	3 баллов (пороговое значение) 5 баллов (максимальное значение)	3-5
		Практическое задание	5 балла (пороговое значение) 10 баллов (максимальное значение)	5-10
Итого по промежуточной аттестации (зачету с оценкой) по приведенной шкале (20б.)				11-20 б.
Суммарная оценка по дисциплине (сумма бал. текущей и промежуточной аттестации) 51 – 100 б.				

В промежуточной аттестации оценка выставляется в ведомость в 100-балльной шкале и в буквенном эквиваленте (таблица 5)

Таблица 5 – Соотнесение 100-балльной шкалы и буквенного эквивалента оценки

Сумма набранных баллов	Уровни освоения дисциплины и компетенций	Экзамен		Зачет
		Оценка	Буквенный эквивалент	Буквенный эквивалент
86 - 100	Продвинутый	5	отлично	Зачтено
66 - 85	Повышенный	4	хорошо	
51 - 65	Пороговый	3	удовлетворительно	
0 - 50	Первый	2	неудовлетворительно	Не зачтено

5 Материально-техническое, программное и учебно-методическое обеспечение дисциплины

5.1 Учебная литература

Основная учебная литература

1. Бобченко, Т. Г. Психологические тренинги: основы тренинговой работы : учебное пособие для вузов / Т. Г. Бобченко. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва :

Издательство Юрайт, 2021. — 132 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-12444-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/476440>

2. Рамендик, Д. М. Тренинг личностного роста : учебник и практикум для вузов / Д. М. Рамендик. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 136 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07294-5. — URL : <https://urait.ru/bcode/537435>

Дополнительная учебная литература

1. Вараксин, В. Н. Психолого-педагогический практикум : учебное пособие для среднего профессионального образования / В. Н. Вараксин, Е. В. Казанцева. — 2-е изд. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 239 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-10817-0. — URL : <https://urait.ru/bcode/541637>

2. Зобков, В. А. Педагогическая деятельность и личность педагога : учебник для вузов / В. А. Зобков. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 164 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-16859-4. — URL : <https://urait.ru/bcode/544953>

3. Митина, Л. М. Психологическая подготовка учителя : учебное пособие для вузов / Л. М. Митина. — 2-е изд. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 216 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-13095-9. — URL : <https://urait.ru/bcode/543472>

4. Неумоева-Колчеданцева, Е. В. Педагогическая деонтология: современная интерпретация : учебное пособие для вузов / Е. В. Неумоева-Колчеданцева. — 2-е изд. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 149 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-17100-6. — URL : <https://urait.ru/bcode/518154>

5.2 Материально-техническое и программное обеспечение дисциплины

Учебные занятия по дисциплине проводятся в учебных аудиториях КГПИ КемГУ.

Лаборатория психологии Специализированная (учебная) мебель: доска маркерно-меловая, столы, стулья, мягкие кресла. Оборудование для презентации учебного материала: переносное - ноутбук, проектор, экран. Количество посадочных мест –54. Используемое программное обеспечение: LibreOffice (свободно распространяемое ПО), антивирусное ПО ESET EndpointSecurity, лицензия № EAV-0267348511 до 30.12.2022 г., MozillaFirefox (свободно распространяемое ПО), GoogleChrome(свободно распространяемое ПО), Opera (свободно распространяемое ПО), FoxitReader (свободно распространяемое ПО), WinDjView (свободно распространяемое ПО), Яндекс.Браузер (отечественное свободно распространяемое ПО). Интернет с обеспечением доступа в ЭИОС.	654027, Кемеровская область – Кузбасс, г. Новокузнецк, пр-кт Пионерский, д.13, пом.1, Учебный корпус №2 , аудитория 222
---	---

5.3 Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы

1. Общедоступная база данных профессиональных сообществ и их членов, Портал Профессиональные стандарт. – URL: <http://profstandart.rosmintrud.ru/obshchiiy-informatsionnyy-blok/spravochniki-i-klassifikatory-i-bazy-dannykh/centralnyj-katalog-professionalnyh-soobsestv/>

2. База данных публикаций журнала Образование и общество, Федеральный портал Российское образование www.edu.ru. – URL: <http://window.edu.ru/resource/525/2525>

3. База данных статей из области психологии (более 2500), Сайт Психологический словарь Психологического института им. Л.Г. Щукиной. – URL: www.psi.webzom.ru

4. База данных Минэкономразвития РФ «Информационные системы Министерства в сети Интернет». – URL: <http://economy.gov.ru/minec/about/svstems/infosystems/>

5. Единый информационно-аналитический портал государственной поддержки

инновационного развития бизнеса (АИС «Инновации»). – URL: <http://innovation.gov.ru/>

6. Единый архив экономических и социологических данных
http://sophist.hse.ru/data_access.shtml

7. База данных правовых актов «КонсультантПлюс»: комп. справ. правовая система / компания «КонсультантПлюс». — Электрон. прогр.–[Электронный ресурс] . – URL: <http://base.consultant.ru> , свободный. – Загл. с экрана.

6 Иные сведения и (или) материалы

6.1. Примерные темы письменных учебных работ

Примерные индивидуальные задания для самостоятельной работы студента

6.1. Примерные темы письменных учебных работ

1. Провести сравнительный анализ диагностического и терапевтического общения с группой
2. Охарактеризовать установки восприятия и техники воздействия по описанию
3. Сопоставить сплочённость как межличностную аттракцию и сплочённость как результат мотивации группового членства
4. Доказать, что необходимость самораскрытия это общее правило для большинства групп.
5. Обосновать прогнозирование изменений, комплексное воздействие на уровень развития и функционирования познавательной и мотивационно-волевой сферы
6. Сопоставить сплочённость как межличностную аттракцию и сплочённость как результат мотивации группового членства
7. Доказать, что необходимость самораскрытия это общее правило для большинства групп.
8. Обосновать прогнозирование изменений, комплексное воздействие на уровень развития и функционирования познавательной и мотивационно-волевой сферы

6.2. Примерные вопросы и задания / задачи для промежуточной аттестации

Форма промежуточной аттестации зачет с оценкой

Таблица 6 – Типовые (примерные) контрольные вопросы и задания

Разделы и темы	Примерные теоретические вопросы	Примерные практические задания / задачи
1 РАЗДЕЛ Общая характеристика методов активного обучения и теоретические ориентации тренинговых групп		
1.1 . Психологический тренинг как метод активного обучения. Механизмы групповой динамики. Прогнозирование изменений, комплексное воздействие на уровень развития и функционирования познавательной и мотивационно-волевой сферы	1. Социально-психологический тренинг как метод активного обучения 2. Основные задачи социально-психологического тренинга. 3. Соотношение понятий «тренинг», «научение», «обучение», «развитие». 4. Классификация тренинговых групп 5. Понятие «групповая динамика». 6. Цели и задачи группы. Групповые нормы. 7. Необходимость самораскрытия как общее правило для большинства групп. 8. Групповые роли. Проблемы лидерства и групп.	- Сопоставить сплочённость как межличностную аттракцию и сплочённость как результат мотивации группового членства - Доказать, что необходимость самораскрытия это общее правило для большинства групп. - Обосновать прогнозирование изменений, комплексное воздействие на уровень развития и функционирования познавательной и мотивационно-волевой сферы

	9. Формальный и неформальный лидер. 10. Групповая компетентность. 11. Сплочённость как межличностная аттракция. 12. Сплочённость как результат мотивации группового членства. 13. Сплочённость как ценностно-ориентационное единство участников группы. 14. Факторы, способствующие групповой сплочённости. 15. Двухфакторная модель развития группы (Б.Талкмен). 16. Эмоциональная динамика группообразования. 17. Нормативно-ролевая система. 18. Прогнозирование изменений, комплексное воздействие на уровень развития и функционирования познавательной и мотивационно-волевой сферы	
1.2. Психодинамическое направление в групповой форме работы.	19. Аналитическая групповая психотерапия. 20. Структура и процесс в аналитической группе. 21. Специфика диагностического и терапевтического общения с группой. 22. Установки восприятия и техники воздействия. 23. Специфика образа действий психотерапевта при использовании психоаналитической интерактивной групповой психотерапии. 24. Патогенетическая концепция неврозов. 25. Методики патогенетической психотерапии.	- Провести сравнительный анализ диагностического и терапевтического общения с группой - Охарактеризовать установки восприятия и техники воздействия по описанию
Раздел 2. Реализация психологических методик и технологий, ориентированных на личностный рост		
2.1. Формирование адекватного уровня притязаний и повышение	26. Принципы тренинга: мотивирующая сила, образность, баланс	– Написать сценарий проведения тренинга на формирование адекватного уровня притязаний

самооценки. Реализация психологических методик и технологий, ориентированных на личностный рост	комфорта и дискомфорта, направленность на применение результатов в учебной деятельности. 27. Формирование в тренинге адекватного уровня притязаний и повышение самооценки. 28. Методические основы тренинга на формирование адекватного уровня притязаний и повышение самооценки. 29. Реализация психологических методик и технологий, ориентированных на личностный рост	– Написать сценарий проведения тренинга на повышение самооценки. - Обосновать реализацию психологических методик и технологий, ориентированных на личностный рост
2.2. Формирование мотивации достижения успеха. Программы, направленные на психологическое сопровождение в социальной сфере	30. Методические основы мотивационного тренинга 31. Программы, направленные на психологическое сопровождение в социальной сфере	- Написать сценарий проведения мотивационного тренинга - Написать сценарий проведения тренинга на повышение мотивации достижения - Разработать программу, направленную на предупреждение нарушений и отклонений в социальном и личностном статусе, психическом развитии сотрудников, военнослужащих и иных лиц, рисков асоциального поведения, профессиональных рисков, профессиональной деформации
Компетенции		
ОПК-3. Способен организовывать совместную и индивидуальную учебную и воспитательную деятельность обучающихся, в том числе с особыми образовательными потребностями, в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов	Кейс-задание 1 Составить программу тренинга развития организаторских способностей	
	Кейс-задание 2 Составить программу тренинга сензитивности	
ПК-1 – Способен планировать и проводить диагностические исследования с использованием стандартизированного инструментария, организовывать работу по предупреждению возможного неблагополучия в психическом и личностном	Кейс-задание 1 Составить программу мотивационного тренинга	
	Кейс задание 2	

развитии, а также разрабатывать и реализовать программы коррекционно-развивающей работы и тренинговых занятий с обучающимися	Составить программу тренинга эмоционального интеллекта.
--	---

Составитель: Васильев И.А., ассистент кафедры психологии и общей педагогики КГПИ КемГУ