



Министерство здравоохранения Российской Федерации

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Рязанский государственный медицинский университет
имени академика И.П. Павлова»
Министерства здравоохранения Российской Федерации
ФГБОУ ВО РязГМУ Минздрава России

Утверждено решением ученого совета
Протокол № 1 от 01.09.2023 г

Рабочая программа дисциплины	«Тренинг личностного роста»
Образовательная программа	Основная профессиональная образовательная программа высшего образования - программа специалитета по специальности 37.05.01 Клиническая психология
Квалификация	Клинический психолог
Форма обучения	Очная

Разработчик (и): кафедра общей и специальной психологии с курсом педагогики

ИОФ	Ученая степень, ученое звание	Место работы (организация)	Должность
Н.В. Яковлева	канд. психол. наук, доц.	ФГБОУ ВО РязГМУ Минздрава России	заведующий кафедрой
М.И. Разживина	-	ФГБОУ ВО РязГМУ им. И.П. Павлова	старший преподаватель
А.В. Баранова	-	ФГБОУ ВО РязГМУ им. И.П. Павлова	преподаватель

Рецензент (ы):

ИОФ	Ученая степень, ученое звание	Место работы (организация)	Должность
М.Г. Гераськина	канд. психол. наук	ФГБОУ ВО РГУ им. С.А. Есенина	доцент
М.Н. Дмитриева	канд. пед. наук, доцент	ФГБОУ ВО РязГМУ им. И.П. Павлова	доцент

Одобрено учебно-методической комиссией специальности Клиническая психология
Протокол № 11 от 26.06.2023г.

Одобрено учебно-методическим советом.
Протокол № 10 от 27.06.2023г

Нормативная справка.

Рабочая программа дисциплины «Тренинг личностного роста» разработана в соответствии с:

ФГОС ВО	Приказ Минобрнауки России от 26.05.2020 № 683 "Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта высшего образования - специалитет по специальности 37.05.01 Клиническая психология"
Порядок организации и осуществления образовательной деятельности	Приказ Министерства науки и высшего образования РФ от 6 апреля 2021 г. № 245 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по образовательным программам высшего образования - программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры"

1. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине

Наименование профессиональной компетенции выпускника	Индикаторы достижения компетенций
ПК 1. Способность популяризировать психологические знания; формировать установки, направленные на гармоничное развитие, продуктивное преодоление жизненных трудностей, гуманистическое взаимодействие с окружающим миром, здоровый образ жизни; применять на практике диагностические методы и процедуры оценки сохранных и нарушенных звеньев в структуре психики на разных этапах онтогенеза, составлять и реализовывать программы обследования, обучения и коррекции в учреждениях системы здравоохранения	Знать: основные направления и теории личностного роста; основные компоненты психологического воздействия в процессе проведения тренинга личностного роста; диагностические методы и процедуры оценки личности в рамках тренинговой работы для различных категорий населения и в различных сферах социальной жизни; Уметь: анализировать непосредственную ситуацию; определять условия для влияния на особенности познавательной и личностной сфер с целью гармонизации психического развития личности; определять задачи профессионального и личностного развития и применять диагностические методы; Владеть: технологиями анализа ситуации тренинга личностного роста и своей профессиональной деятельности с целью ее оптимизации, методами диагностики компонентов личностного роста, самосознания и группового взаимодействия различных групп населения.

2. Место дисциплины в структуре образовательной программы

Дисциплина «Тренинг личностного роста» относится к вариативной части блока 1ОПОП специалитета 37.05.01 Клиническая психология.

Для освоения дисциплины необходимым условием является освоение знаний, умений и готовности, сформированных при освоении предшествующих дисциплин «Русский язык и культура речи», «Общая психология», «Введение в профессию», «Психология личности», «Методология психологического тренинга»: обучающийся должен знать об основных современных коммуникативных технологиях, научно обоснованных методах оценки состояния когнитивных функций и эмоциональной сферы, развития личности; также иметь представления о способах формирования установок, направленных на формирование гармоничного развития, продуктивное преодоление жизненных трудностей, уметь их применять в работе на базовом уровне и быть готовым к их использованию; основах структуры и ведения тренинговых занятия.

Освоение данной дисциплины необходимо как предшествующее для освоения дисциплин «Основы консультативной психологии», «Психологическое консультирование», «Практикум по психотерапии» и прохождения студентами производственной практики под супервизией.

3. Объем дисциплины и виды учебной работы

Трудоемкость дисциплины: в з.е. 2/ час 72.

Вид учебной работы	Всего часов	Семестр
		5
Контактная работа	32	32
В том числе:		
Лекции	-	-
Практические занятия (ПЗ)	32	32
Семинары (С)		
Самостоятельная работа (всего)	40	40
В том числе:		
Проработка методических материалов, подготовка к занятиям	30	30
Разработка программы тренинга, подготовка к проведению упражнений	10	10
Вид промежуточной аттестации (зачет)	зачет	зачет
Общая трудоемкость	час.	72
	з.е.	2

4. Содержание дисциплины

4.1 Контактная работа

Лекции не предусмотрены рабочим учебным планом

Лабораторные работы не предусмотрены рабочим учебным планом

Семинары, практические работы

№ раздела	№ семинара, ПР	Темы семинаров, практических занятий	Кол-во часов	Формы текущего контроля
Семестр 5				
Раздел 1. Тренинг личностного роста. Типология, классификация, основные понятия тренинга личностного роста				
1	1	Понятие "тренинг". Личностный рост и его условия. Тренинг личностного роста: принципы и правила.	2	Пр
1	2	Тренинговые группы и их классификации. Структура тренинга.	2	Пр
1	3	Ведение тренинговой группы, этика ведущего.	2	Пр
1	4	Разработка программы тренинга личностного роста и упражнений к нему	2	КЗ
Раздел 2. Личностный рост и групповая динамика				
2	5	Самосознание и его роль в личностном росте.	2	Пр
2	6	Психология рефлексии.	2	Пр
2	7	Групповая динамика	2	С, ПР
2	8	Самораскрытие, обратная связь и рефлексия как основные механизмы групповой динамики.	2	Пр

№ раздела	№ семинара, ПР	Темы семинаров, практических занятий	Кол-во часов	Формы текущего контроля
2	9	Общение как условие личностного роста. Барьеры общения в тренинге и работа с ними	2	Пр
2	10	Сопротивление в тренинге личностного роста	2	Пр
Раздел 3. Основные методы тренинга личностного роста				
3	11	Основные психотерапевтические техники и упражнения, используемые в тренинге личностного роста.	2	Пр
3	12	Игровые методы тренинга личностного роста	2	Пр
3	13	Ведение групповой дискуссии.	2	С,ПР
3	14	Биографические методы тренинга личностного роста	2	Пр
3	15	Рефлексивные методы тренинга личностного роста	2	Пр
3	16	Техники различных направлений и их использование в рамках тренинга личностного роста.	2	Пр,Т
		ИТОГО часов в семестре	32	

5. Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы обучающихся по дисциплине

5.1 Самостоятельная работа обучающихся

№ п/п	№ семестра	Наименование раздела/темы учебной дисциплины	Виды СРС	Всего часов	Вид контроля
1	2	3	4	5	6
1.	2	Раздел 1. Тренинг личностного роста	Проработка методических материалов, подготовка к занятиям	15	КЗ
2.	2	Раздел 2. Личностный рост и групповая динамика	Проработка методических материалов, подготовка к занятиям	15	С,Пр
3.	2	Раздел 3. Основные методы тренинга личностного роста	Разработка программы тренинга, подготовка к проведению упражнений	10	Пр,КЗ
ИТОГО часов в семестре				40	

6. Обеспечение достижения запланированных результатов обучения.

6.1 Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы

№ п/п	Контролируемые разделы дисциплины (результаты по разделам)	Код контролируемой компетенции (или её части)	Наименование оценочного средства
1.	Раздел 1. Тренинг личностного роста	ПК-1	Собеседование, оценка практических навыков
2	Раздел 2. Личностный рост и групповая динамика	ПК-1	Собеседование, оценка практических навыков
3	Раздел 3. Основные методы тренинга личностного роста	ПК-1	Собеседование, тестирование, оценка практических навыков

6.2 Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания:

Показатели оценивания	Критерии оценивания		
	Достаточный уровень (удовлетворительно)	Средний уровень (хорошо)	Высокий уровень (отлично)
ПК 1.			
Способность популяризировать психологические знания; формировать установки, направленные гармоничное развитие, продуктивное преодоление жизненных трудностей, гуманистическое взаимодействие с окружающим миром, здоровый образ жизни; применять на практике диагностические методы и процедуры оценки сохранных и нарушенных звеньев в структуре психики на разных этапах онтогенеза, составлять и реализовывать программы обследования, обучения и коррекции в учреждениях системы здравоохранения			
Знать:	<p>основные направления и теории личностного роста; основные компоненты психологического воздействия в процессе проведения тренинга личностного роста;</p> <p>основные диагностические методы и процедуры оценки личности в рамках тренинговой работы</p> <p>направления личностного и профессионального развития психолога</p>	<p>основные направления , подходы , теории личностного роста и психологического тренинга как метода достижения личностного роста ; основные компоненты психологического воздействия в процессе проведения тренинга личностного роста;</p> <p>особенности межличностного взаимодействия в группе; закономерности функционирования рефлексивных процессов и их роль в регуляции деятельности личности</p> <p>диагностические методы и процедуры</p>	<p>основные направления , подходы , теории личностного роста и психологического тренинга как метода достижения личностного роста , историю и современные тенденции развития концепций тренинга личностного роста и технологий его разработки и применения; специфику и основные компоненты психологического воздействия в процессе проведения тренинга личностного роста; характеристики малых социальных групп и особенности межличностного взаимодействия в</p>

		<p>оценки личности в рамках тренинговой работы, а также особенностей социального взаимодействия и групповой динамики</p> <p>современные направления и методы личностного и профессионального развития психолога</p>	<p>группе; закономерности функционирования рефлексивных процессов и их роль в регуляции деятельности личности</p> <p>особенности применения и использования, цели и задачи диагностических методов в рамках тренинга личностного роста, направленных на исследование компонентов личностного роста, самосознания и социального взаимодействия и групповой динамики</p> <p>современные направления и методы личностного и профессионального развития психолога как тренера и организатора тренинга личностного роста</p>
<p>Уметь:</p>	<p>анализировать непосредственную ситуацию тренинга личностного роста</p> <p>определять условия для влияния на особенности познавательной и личностной сфер с целью гармонизации психического развития личности</p> <p>определять задачи профессионального и личностного развития</p>	<p>анализировать непосредственную ситуацию тренинга личностного роста, прогнозировать изменение уровня функционирования рефлексивных процессов психики</p> <p>определять и создавать условия для влияния на уровень развития и особенности познавательной и личностной сфер с целью гармонизации психического развития личности</p> <p>определять задачи</p>	<p>анализировать непосредственную ситуацию тренинга личностного роста, свои действия как ведущего, прогнозировать изменение уровня функционирования рефлексивных процессов психики,</p> <p>определять и создавать условия для диагностики и на ее основе влияния на уровень развития и особенности познавательной и личностной сфер с целью гармонизации</p>

		<p>профессионального и личностного развития, находить пути их решения</p>	<p>психического развития личности, укрепления ее роли в саморазвитии</p> <p>грамотно ставить и решать актуальные задачи самопонимания и саморазвития в профессиональном и личностном плане</p>
<p>Владеть (иметь навыки и/или опыт):</p>	<p>навыками анализа ситуации тренинга личностного роста</p> <p>методами диагностики компонентов личностного роста, самосознания и группового взаимодействия</p> <p>навыками анализа своей деятельности с целью ее оптимизации</p>	<p>навыками анализа непосредственной ситуации тренинга личностного роста</p> <p>основными методами диагностики рефлексии, компонентов личностного роста, самосознания и группового взаимодействия и формирования собственной рефлексивной компетентности</p> <p>навыками анализа своей деятельности как ведущего тренинга личностного роста с целью оптимизации, нахождения путей и ресурсов для решения возникающих ситуаций</p>	<p>навыками анализа непосредственной ситуации тренинга личностного роста и прогнозирования ее динамики</p> <p>основными методами диагностики компонентов личностного роста, самосознания и группового взаимодействия, рефлексии и формирования собственной рефлексивной компетентности, иметь опыт проведения упражнений в группе тренинга</p> <p>навыками анализа своей деятельности как ведущего тренинга личностного роста с целью оптимизации, нахождения путей и ресурсов для творческого решения возникающих ситуаций в тренинге</p>

7. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины (модуля)

7.1. Основная учебная литература:

1. Рамендик, Д. М. Тренинг личностного роста: учебник и практикум для вузов / Д. М. Рамендик. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2020. — 136 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07294-5. — Текст: электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/451538>

2. Бобченко, Т. Г. Психологические тренинги: основы тренинговой работы : учебное пособие для вузов / Т. Г. Бобченко. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 132 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-12444-6. — Текст: электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/447487>
3. Тренинг личностного роста: учебное пособие для обучающихся по специальности 37.05.01 Клиническая психология / сост. М.И. Разживина, А.В. Баранова. - ФГБОУ ВО РязГМУ Минздрава России. - Рязань: ОТСиОП, 2023. -164 с.
4. Тренинг личностного роста: методические рекомендации для обучающихся по специальности Клиническая психология / сост.: М.И. Разживина, А.В. Баранова; ФГБОУ ВО РязГМУ Минздрава России. – Рязань: ОТСиОП, 2023. – 55 с.

7.2. Дополнительная учебная литература:

1. Шнейдер, Л. Б. Психология идентичности : учебник и практикум для вузов / Л. Б. Шнейдер. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 328 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-09779-5. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/454761>
2. Бурнард, Ф. Тренинг межличностного взаимодействия / пер. с англ. А. Ракитина. - М.;СПб.;Харьков;Минск : Питер, 2001. - 304 с.
3. Фопель, К. Технология ведения тренинга: теория и практика : пер. с нем. - М. : Генезис, 2003. - 272 с.

8. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины:

8.1. Справочные правовые системы:

- СПС «Консультант-плюс» - <http://www.consultant.ru/>

8.2. Базы данных и информационно-справочные системы

- Коллекция полнотекстовых книг по психологии ProQuest ebrary-Psychology and Social Work; ссылка <http://site.ebrary.com/lib/rzgmru>.
- Библиографическая и реферативная база данных Scopus; ссылка www.scopus.com.
- Polpred.com. Обзор СМИ; ссылка <http://polpred.com>.
- Технология тренинга: игры и упражнения для тренингов <https://trainingtechnology.ru/igry-i-uprazhneniya-dlya-treningov/>

9. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (перечень программного обеспечения и информационно-справочных систем)

9.1. Перечень лицензионного программного обеспечения:

- Программное обеспечение OpenOffice -

9.2. Перечень электронно-библиотечных систем (ЭБС):

Электронные образовательные ресурсы	Доступ к ресурсу
ЭБС «Консультант студента» – многопрофильный образовательный ресурс "Консультант студента" является электронной библиотечной системой (ЭБС), предоставляющей доступ через сеть Интернет к учебной	Доступ неограничен (после

литературе и дополнительным материалам, https://www.studentlibrary.ru/ http://www.medcollegelib.ru/	авторизации)
ЭБС «Юрайт» – ресурс представляет собой виртуальный читальный зал учебников и учебных пособий от авторов ведущих вузов России по экономическим, юридическим, гуманитарным, инженерно-техническим и естественно-научным направлениям и специальностям, https://urait.ru/	Доступ неограничен (после авторизации)
Электронная библиотека РязГМУ – электронный каталог содержит библиографические описания отечественных и зарубежных изданий из фонда библиотеки университета, а также электронные издания, используемые для информационного обеспечения образовательного и научно-исследовательского процесса университета, https://lib.rzgmu.ru/	Доступ неограничен (после авторизации)
ЭМБ «Консультант врача» – ресурс предоставляет достоверную профессиональную информацию для широкого спектра врачебных специальностей в виде периодических изданий, книг, новостной информации и электронных обучающих модулей для непрерывного медицинского образования, https://www.rosmedlib.ru/	Доступ с ПК Центра развития образования
Система «КонсультантПлюс» – информационная справочная система, http://www.consultant.ru/	Доступ с ПК Центра развития образования
Официальный интернет-портал правовой информации http://www.pravo.gov.ru/	Открытый доступ
Федеральная электронная медицинская библиотека – часть единой государственной информационной системы в сфере здравоохранения в качестве справочной системы: клинические рекомендации (протоколы лечения) предназначены для внедрения в повседневную клиническую практику наиболее эффективных и безопасных медицинских технологий, в том числе лекарственных средств; электронный каталог научных работ по медицине и здравоохранению; журналы и другие периодические издания, публикующие медицинские статьи и монографии, ориентированные на специалистов в различных областях здравоохранения; электронные книги, учебные и справочные пособия по различным направлениям медицинской науки; уникальные редкие издания по медицине и фармакологии, представляющие историческую и научную ценность, https://femb.ru	Открытый доступ
MedLinks.ru – универсальный многопрофильный медицинский сервер, включающий в себя библиотеку, архив рефератов, новости медицины, календарь медицинских событий, биржу труда, доски объявлений, каталоги медицинских сайтов и учреждений, медицинские форумы и психологические тесты, http://www.medlinks.ru/	Открытый доступ
Медико-биологический информационный портал, http://www.medline.ru/	Открытый доступ
DoctorSPB.ru - информационно-справочный портал о медицине, здоровье. На сайте размещены учебные медицинские фильмы, медицинские книги и методические пособия, рефераты и историй болезней для студентов и практикующих врачей, https://doctorspb.ru/	Открытый доступ
Компьютерные исследования и моделирование – результаты оригинальных исследований и работы обзорного характера в области компьютерных исследований и математического моделирования в физике, технике, биологии, экологии, экономике, психологии и других областях	Открытый доступ

знания,
<http://crm.ics.org.ru/>

10. Материально-техническая база, необходимая для осуществления образовательного процесса по дисциплине: «Тренинг личностного роста»

Справка

о материально-техническом обеспечении рабочей программы дисциплины

№ п/п	Наименование специальных помещений и помещений для самостоятельной работы	Оснащенность специальных помещений и помещений для самостоятельной работы
1.	Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа (г. Рязань, ул. Шевченко, 34, корп. 2; 1 этаж, ауд. № 112)	Учебная мебель, место преподавателя, доска учебная. Наборы демонстрационного оборудования и учебно-наглядных пособий, обеспечивающие тематические иллюстрации, соответствующие примерным программам дисциплин, рабочим учебным программам дисциплин. Телевизор, ноутбук, беспроводной микрофон Ultralink ULM300USB
2.	Учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа, курсового проектирования (выполнения курсовых работ), групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации, а также помещения для самостоятельной работы (г. Рязань, ул. Шевченко, 34, корп. 2; 1 этаж, ауд. № 104)	Учебная мебель, место преподавателя, доска учебная, мультимедийный проектор, видеотехника. Учебная мебель, место преподавателя, доска учебная, компьютер с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду ФГБОУ ВО РязГМУ Минздрава России, мультимедийный проектор. Программное обеспечение Microsoft OLP 021-10548 OfficeStd 2016 rus OLP NL Academic (приобретен 9.11.2017, бессрочно). Лицензия для операционной системы Windows Server 2016 Standart (приобретен 17.11.2017, бессрочно). MyOffice Стандартный. Лицензия корпоративная на пользование для образовательной организации, бессрочно. Программа для статистической обработки результатов исследования STADIA (договор № 501 от 20.10.2014, бессрочно). Программное обеспечение «Psychometric Expert-8» (договор № 407 от 22.07.2016, бессрочно). Психодиагностические методики фирмы «Амалтея» (договор № 1-М от 26.04.2007, лицензия Росохранкультуры № ВАФ 77-252, бессрочно). Профессиональный психологический инструментальный «ИМАТОН» (договор № 1521 от 20.11.2013, договор № 1474 от 9.11.2017, бессрочно).

3.	Кафедра биологической химии с курсом клинической лабораторной диагностики ФДПО. Каб. № 415, 4 этаж Помещение для самостоятельной работы обучающихся (г.Рязань, ул. Высоковольтная, д.9,)	25 компьютеров с возможностью подключения к сети "Интернет" и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду ФГБОУ ВО РязГМУ Минздрава России
4.	Библиоцентр. каб. 309. 3 этаж Помещение для самостоятельной работы обучающихся. (г. Рязань, ул. Шевченко, д. 34, к.2)	20 компьютеров с возможностью подключения к сети "Интернет" и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду ФГБОУ ВО РязГМУ Минздрава России
5.	Кафедра патофизиологии. Помещение для самостоятельной работы обучающихся (г. Рязань, ул. Полонского, д. 13, 2 этаж)	10 компьютеров с возможностью подключения к сети "Интернет" и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду ФГБОУ ВО РязГМУ Минздрава России
6.	Кафедра общей и фармацевтической химии. каб. 12., 2 этаж. Помещение для самостоятельной работы обучающихся г. Рязань, ул. Маяковского 105	20 компьютеров с возможностью подключения к сети "Интернет" и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду ФГБОУ ВО РязГМУ Минздрава России