

**МІНІСТЕРСТВО КУЛЬТУРИ УКРАЇНИ
ХАРКІВСЬКА ДЕРЖАВНА АКАДЕМІЯ КУЛЬТУРИ**

ТРЕНІНГ З ПРОФЕСІЙНОГО РОЗВИТКУ

ПРОГРАМА
навчальної дисципліни за вибором
підготовки Магістрів
напряму 03 Гуманітарні науки
професійне спрямування 0.34 Культурологія

**Харків
2016 рік**

РОЗРОБЛЕНО ТА ВНЕСЕНО:

Харківська державна академія культури

РОЗРОБНИКИ ПРОГРАМИ:

М.В. Церковна, ст. викл.,

А.О. Церковний, доц., канд. психол. наук.

Програма затверджена на засіданні кафедри менеджменту соціокультурної діяльності

Протокол від «27» серпня 2016 року № 1

Завідувач кафедри менеджменту соціокультурної діяльності

_____ (Церковний А.О.)

«27» серпня 2016 року

Схвалено навчально-методичною радою факультету культурології ХДАК за напрямом 03 Гуманітарні науки професійне спрямування 0.34 «Культурологія».

Протокол від «21» вересня 2016 року № 2

«21» вересня 2016 року

Голова

_____ (Тишевська Л.Г.)

ВСТУП

Програма вивчення навчальної дисципліни за вибором «Тренінг з професійного розвитку» складена відповідно до освітньо-професійної програми підготовки магістрів напряму 03 Гуманітарні науки, професійне спрямування 0.34 "Культурологія".

Предметом є процес особистісного розвитку, як основа професійного становлення.

Міждисциплінарні зв'язки: Теорія масової інформації та комунікації, Організаційна культура та комунікації, Управління людськими ресурсами.

Програма навчальної дисципліни складається з таких змістових модулів:

1 МОДУЛЬ містить 3 теми: Тема 1. Агресивність і конфліктність. Тема 2. Невпевненість і маніпулятивність. Тема 3. Зовнішня та внутрішня референція.

2 МОДУЛЬ містить 3 теми: Тема 4. Толерантність і комунікабельність. Тема 5. Компетентність і асертивність. Тема 6. Світогляд і самореалізація.

1. Мета і завдання навчальної дисципліни.

1.1. Метою викладання навчальної дисципліни «Тренінг з професійного розвитку» є створення умов для оволодіння практичними інструментами самопізнання, саморозвитку та індивідуальної мотиваційної трансформації особистості в контексті групової динаміки та професійної ідентифікації.

1.2. Основними завданнями вивчення дисципліни «Тренінг особистісного та професійного розвитку» є:

- сформуванню потреби в адекватному розумінні самого себе та створити умови для корекції самооцінки;
- розширити уявлення про себе, про непродуктивні способи самопрезентації та патерни поведінки;
- прояснити ціннісні орієнтації та життєві плани на основі зіставлення різноманітних філософських підходів;
- розширити діапазон можливих варіантів реакцій і поведінкових сценаріїв для вибору оптимальних в ситуаціях напружених і конфліктних відносин;
- формування власного досвіду з практичним використанням технік тренінгу, як бази для майбутнього професійного та особистісного зростання;
- розвиток толерантного, гуманістичного підходу в спілкуванні та дослідженні світогляду інших людей;
- формування почуття професійної та особистісної самоідентичності.

1.3. Згідно з вимогами освітньо-професійної програми студенти повинні:

Знати:

- принципи і правила роботи у тренінгу, етику тренінгового спілкування;
- особливості ригідності і стереотипності соціальної поведінки;
- особливості та напрямки самосприйняття особистості;
- поняття «самооцінка» та методи її діагностики;
- поняття «самодостатність» та механізми її формування;
- поняття саморегуляції, прийоми психічної саморегуляції;

- поняття «самопрезентація», стратегії і тактики самопрезентації;
- поняття «конфлікт» і «конфліктна ситуація», їх конструктивні та деструктивні наслідки та стилі поведінки в конфлікті;
- поняття «агресія» та варіанти розуміння причин агресивної поведінки;
- проблеми особистісних установок: зайва самокритичність і невпевненість у собі;
- взаємозв'язок між рівнем компетентності та впевненості в собі;
- поняття «маніпуляція» і «гра» а також прийоми, які використовуються при захисті від них;
- сутність поняття «комунікація», її види і роль в житті і діяльності людини;
- поняття «толерантність», якості толерантної особистості;
- поняття «емоційний інтелект», складові емоційного інтелекту;
- поняття «асертивність», характеристики впевненої поведінки;
- основні закономірності спілкування, специфіку ділових і публічних комунікацій;
- особливості механізмів індивідуального і групового впливу на особистість в контексті міжособистісного і професійного спілкування.

Вміти:

- використовувати базові прийоми самодіагностики емоційного і психологічного стану для здійснення спілкування з якісним рівнем рефлексії;
- коректно формулювати життєві і професійні цілі і використовувати гнучку позицію в ситуації їх необхідної корекції;
- реалізовувати принципи ефективного професійного спілкування, організувати ділові бесіди, наради і переговори;
- аналізувати комунікації, складати прогноз їх подальшого розвитку і передбачати своє місце, роль і ступінь свого впливу на інших людей і результати спілкування;
- використовувати навички підвищення конструктивності і оптимізму в соціальній взаємодії;
- визначати стилі спілкування партнерів по взаємодії і діагностувати індивідуальні особливості;
- діагностувати спроби маніпуляції, тенденції до конфлікту і деструкції та вміти їм протистояти;
- прогнозувати можливі труднощі в спілкуванні і використовувати прийоми для корекції відносин;
- вести діалог і відстоювати свою позицію без шкоди міжособистісним відносинам;
- використовувати методи самодіагностики і саморегуляції свого стану з метою досягнення асертивної поведінки та створення сприятливого середовища для комунікації.

На вивчення навчальної нормативної дисципліни «Тренінг особистісного та професійного розвитку» відводиться 72 годин / 2 кредити ECTS.

2. Інформаційний обсяг навчальної дисципліни.

Заліковий модуль 1.

Змістовий модуль 1.

- Тема 1. Агресивність і конфліктність.**
Тема 2. Невпевненість і маніпулятивність.
Тема 3. Зовнішня та внутрішня референція.
Змістовий модуль 2.
Заліковий модуль 2.
Тема 4. Толерантність і комунікабельність.
Тема 5. Компетентність і асертивність.
Тема 6. Світогляд і самореалізація.

3. Рекомендована література.

Базова.

1. Васильев Н.Н. Тренинг преодоления конфликтов. –СПб.: Речь, 2008. - 170 с.
2. Вачков И.В. Основы технологии группового тренинга. Психотехники – М.: Ось-89, 2005. – 256 с.
3. Вачков И.В. Психология тренинговой работы: Содержательные, организационные и методические аспекты ведения тренинговой группы. – М.: Эксмо, 2007
4. Жуков Ю.М. Коммуникативный тренинг. М.: Гардарики, 2003. 254 с.
5. Игра в тренинге. Возможности игрового взаимодействия / Под ред. Е. А. Левановой. –СПб.: Речь, 2006.
6. Камалов М.Н. Техники переговоров: тренинги и мастер-классы для индивидуального и группового обучения. – Ростов н/Д : Феникс, 2009. – 316 с.
7. Ли Дэвид. Практика группового тренинга. – 3-е изд. – СПб.: Питер, 2009. – 216 с.
8. Льюис Д. Тренинг эффективного общения. – М.: Изд-во Эксмо, 2002. – 224с.
9. Марасанов Г,И. Социально-психологический тренинг. – М.: Когито-Центр, 2001. – 249 с.
10. Пахальян В. Э. Групповой психологический тренинг. – СПб.: Питер, 2006. – 224 с.
11. Петровская Л.А. Общение – компетентность – тренинг: избранные труды / ред.-сост. О. В. Соловьева. – М.: Смысл, 2007. – 686 с.
12. Психогимнастика в тренинге / Под ред. Н.Ю. Хрящовой. – СПб.: Речь, 2002
13. Рудестам К. Групповая психотерапия. – СПб.: «Питер», 2002. – 384 с.
14. Цзен Н.К., Пахомов Ю. В. Психотренинг: игры и упражнения. – М.: Класс, 2001. – 272 с.

Додаткова

15. Вильямс К. Тренинг по управлению стрессом. – М.: Эксмо-Пресс, 2002
16. Грант Э. Коучинг принятия решений / Э. Грант, Дж. Грин. – М.: Питер, 2005. –137 с.
17. Дилтс Р. НЛП: навыки эффективного лидерства. Эффективный тренинг – СПб.: Питер, 2002
18. Зинкевич-Евстигнеева Т.Д. Теория и практика командообразования: современные технологии создания команд / Т. Д. Зинкевич – СПб.: Речь, 2004. – 289 с.
19. Игра в тренинге. Возможности игрового взаимодействия / Под ред. Е.А. Левановой – СПб.: Питер, 2006. – 208 с.
20. Кипнис М. Тренинг коммуникации. – М.: Ось-89, 2004. – 128 с.
21. Крукович Е.И. Тренинг уверенности: основы профессионального мастерства / Е.И. Крукович – Минск: Европейский гуманитарный ун-т, 2001. - 127 с.
22. Лойшен Ш. Психологический тренинг умений. Школа В. Сатир. – СПб.: Питер, 2001. – 160 с.
23. Оганесян Н.Т. Методы активного социально-психологического обучения: тренинги, дискуссии, игры. – М.: Ось-89, 2002. – 176 с.
24. Прихожан А.М. Психология неудачника: Тренинг уверенности в себе. – М.: ТЦ Сфера, 2001. – 192 с.
25. Сидоренко Е.В. Мотивационный тренинг: Практическое руководство / Елена Сидоренко. - СПб.: Речь, 2001. – 233 с.
26. Сидоренко Е.В. Тренинг влияния и противостояния влиянию – СПб.: Речь, 2001. – 255 с.

27. Сидоренко Е.В. Тренинг коммуникативной компетентности в деловом взаимодействии. – СПб.: Речь, 2003. – 208 с.
28. Смит М. Дж. Тренинг уверенности в себе / Мануэль Дж. Смит. - СПб.: Речь, 2000. – 242 с.
29. Стаут С. Управленческий тренинг / Санни Стаут. – СПб.: Питер, 2002. – 250 с.
30. Суховершина К., Тихомирова Е., Скоромная Ю. Тренинг коммуникативной компетенции. – М.: Академический проект, 2006. – 112 с.
31. Фопель К. Барьеры, блокады и кризисы в групповой работе. – М.: Генезис, 2003. – 160 с.
32. Фопель К. Сплоченность и толерантность в группе. Психологические игры и упражнения. – М.: Генезис, 2005. – 336 с.

4. Форма підсумкового контролю успішності навчання – залік.

5. Засоби діагностики успішності навчання.

Перевірка глибини засвоєння знань, рівня сформованості навичок та умінь студентів відбувається у формі поточного, проміжного та підсумкового видів контролю.

Поточний контроль здійснюється на кожному занятті в межах навчального модуля та має навчальний характер.

Проміжний контроль передбачає перевірку рівня засвоєння студентами теоретичного і практичного матеріалу модулів і здійснення в межах семестру наприкінці планового вивчення дисципліни. Рівень практичних навичок оцінюється в процесі виконання студентами аналізу матеріалів за тематикою навчальної дисципліни.