



МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования

«Магнитогорский государственный технический университет им. Г.И. Носова»



УТВЕРЖДАЮ:

Директор института
гуманитарного образования

Г.Е. Абрамзон

«16» октября 2018 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

ТРЕНИНГ ЛИЧНОСТНОГО РОСТА

Специальность

37.05.02 ПСИХОЛОГИЯ СЛУЖЕБНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Специализация

МОРАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ СЛУЖЕБНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Уровень высшего образования –

СПЕЦИАЛИТЕТ

Форма обучения

Очная

Институт

Гуманитарного образования

Кафедра

Психологии

Курс

3

Семестр

5

Магнитогорск

2018 г.

Рабочая программа составлена на основе требований ФГОС ВО по специальности 37.05.02 Психология служебной деятельности, утвержденного приказом МОиН РФ от 19 декабря 2016 г. N 1613 для специализации Морально-психологическое обеспечение служебной деятельности

Рабочая программа рассмотрена и одобрена на заседании кафедры психологии «05» октября 2018 г., протокол № 2.

Зав. кафедрой  / О.П. Степанова/

Рабочая программа одобрена методической комиссией института гуманитарного образования «16» октября 2018 г., протокол № 3.

Председатель  / Т.Е. Абрамзон/

Рабочая программа составлена: доцент, канд. пед. наук, доцент

 / О.В. Токарь/

Рецензент:

Помощник начальника управления-
Начальник ОРПС управления МВД России по
г. Магнитогорску, подполковник внутренней службы



 / С.В. Брыков/

1 Цели освоения дисциплины (модуля)

Целью освоения дисциплины (модуля) «Тренинг личностного роста» является: формирование у студентов профессиональных умений в области психологических методик и технологий, ориентированных на личностный рост, охрану здоровья индивидов и групп, осуществлять консультирование в области интерперсональных отношений, профессионального и личностного роста.

2 Место дисциплины (модуля) в структуре образовательной программы подготовки бакалавра (магистра, специалиста)

Дисциплина «Тренинг личностного роста» входит в цикл дисциплин по выбору – Б1.В.ДВ.01.02 образовательной программы по направлению подготовки 37.05.02 Психология служебной деятельности.

Для изучения дисциплины необходимы знания (умения, владения), сформированные в результате изучения дисциплин: Анатомия и физиология центральной нервной системы.

Дисциплина изучается одновременно с Технологиями личностного развития, Психологии здоровья.

Знания (умения, владения), полученные при изучении данной дисциплины будут необходимы при изучении следующих дисциплин:

Социально-психологический тренинг, Основы психиатрии, Гештальттерапия, Нейролингвистическое программирование, Телесно-ориентированная терапия, Основы психотерапии, Корпоративный тренинг, Тренинг асертивности, Психологическое консультирование, Психология кадрового менеджмента, Психология семьи и для прохождения Производственной - практики по получению профессиональных умений и опыта профессиональной деятельности, Производственной – преддипломной практики, для Подготовки к сдаче и сдача государственного экзамена.

3 Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения дисциплины (модуля) и планируемые результаты обучения

В результате освоения дисциплины (модуля) «Тренинг личностного роста» обучающийся должен обладать следующими компетенциями:

Структурный элемент компетенции	Планируемые результаты обучения
ПК-12: способность реализовывать психологические методики и технологии, ориентированные на личностный рост, охрану здоровья индивидов и групп	
Знать	основные оказания психологической помощи индивиду, группе, организации с использованием активных методов социально-психологического обучения
Уметь	профессионально воздействовать на уровень развития социально-психологических особенностей личности и группы с целью гармонизации психического функционирования; осуществлять организацию и проведение тренинга.
Владеть	Навыками реализации психологических методик и технологий, ориентированных на личностный рост, охрану здоровья индивидов и групп
ПК-17 способность осуществлять консультирование в области интерперсональных отношений, профориентации, планирования карьеры, профессионального и личностного роста	
Знать	Основы консультирования в области интерперсональных отношений, профориентации, планирования карьеры, профессионального и личностного роста
Уметь	Разрабатывать программу тренинга личностного роста
Владеть	навыками консультирования в области интерперсональных отношений, профориентации, планирования карьеры, профессионального и личностного роста

Раздел/ тема дисциплины	Семестр	Аудиторная контактная работа (в акад. часах)			Самостоятельная работа (в акад. часах)	Вид самостоятельной работы	Форма текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации	Код и структурный элемент компетенции
		лекции	лаборат. занятия	практич. занятия				
3.1. Функциональная модель ведения группы	5	3	12/12/И	3	13	Подготовка к практическому занятию Подготовка к лабораторным занятиям	Выступление на практическом занятии. Участие в дискуссии	ПК-12, ПК 17
3.2 Требования к личности и подготовке ведущего	5	3	12/12/И	3	12	Подготовка к практическому занятию Подготовка к лабораторным занятиям	Выступление на практическом занятии. Презентация программы тренинга	ПК-12, ПК 17
Итого по разделу		6	24/24/И	6	25			
Итого по дисциплине		18	72/72/И	18	71		Зачет с оценкой	

5 Образовательные и информационные технологии

1. **Традиционные образовательные технологии** ориентируются на организацию образовательного процесса, предполагающую прямую трансляцию знаний от преподавателя к студенту (преимущественно на основе объяснительно-иллюстративных методов обучения).

Формы учебных занятий, используемых при изучении дисциплины:

Информационная лекция – последовательное изложение материала в дисциплинарной логике, осуществляемое преимущественно вербальными средствами (монолог преподавателя).

Практическое занятие, посвященное освоению конкретных умений и навыков по предложенному алгоритму.

Лабораторная работа – организация учебной работы с реальными материальными и информационными объектами, экспериментальная работа с аналоговыми моделями реальных объектов.

2. **Технологии проблемного обучения** – организация образовательного процесса, которая предполагает постановку проблемных вопросов, создание учебных проблемных ситуаций для стимулирования активной познавательной деятельности студентов.

Формы учебных занятий, используемых при изучении дисциплины:

Проблемная лекция – изложение материала, предполагающее постановку проблемных и дискуссионных вопросов, освещение различных научных подходов, авторские комментарии, связанные с различными моделями интерпретации изучаемого материала.

Практическое занятие в форме практикума – организация учебной работы, направленная на решение комплексной учебно-познавательной задачи, требующей от студента применения как научно-теоретических знаний, так и практических навыков.

3. **Технологии проектного обучения** – организация образовательного процесса в соответствии с алгоритмом поэтапного решения проблемной задачи или выполнения учебного задания. Проект предполагает совместную учебно-познавательную деятельность группы студентов, направленную на выработку концепции, установление целей и задач, формулировку ожидаемых результатов, определение принципов и методик решения поставленных задач, планирование хода работы, поиск доступных и оптимальных ресурсов, поэтапную реализацию плана работы, презентацию результатов работы, их осмысление и рефлексию.

Типы проектов, используемых при изучении дисциплины:

Творческий проект, как правило, не имеет детально проработанной структуры; учебно-познавательная деятельность студентов осуществляется в рамках рамочного задания, подчиняясь логике и интересам участников проекта, жанру конечного результата (газета, фильм, праздник, издание, экскурсия и т.п.).

5. **Интерактивные технологии** – организация образовательного процесса, которая предполагает активное и нелинейное взаимодействие всех участников, достижение на этой основе лично значимого для них образовательного результата. Наряду со специализированными технологиями такого рода принцип интерактивности прослеживается в большинстве современных образовательных технологий. Интерактивность подразумевает субъект-субъектные отношения в ходе образовательного процесса и, как следствие, формирование саморазвивающейся информационно-ресурсной среды.

Формы учебных занятий, используемых при изучении дисциплины:

лекция-беседа, семинар-дискуссия – коллективное обсуждение какого-либо спорного вопроса, проблемы, выявление мнений в группе (межгрупповой диалог, дискуссия как спор-диалог).

6. **Информационно-коммуникационные образовательные технологии** – организация образовательного процесса, основанная на применении специализированных программных сред и технических средств работы с информацией.

Формы учебных занятий, используемых при изучении дисциплины:

Лекция-визуализация – изложение содержания сопровождается презентацией (демонстрацией учебных материалов, представленных в различных знаковых системах, в т.ч. иллюстративных, графических, аудио- и видеоматериалов).

Практическое занятие в форме презентации – представление результатов проектной или исследовательской деятельности с использованием специализированных программных сред.

6 Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы обучающихся

Перечень вопросов и заданий для самостоятельной работы при подготовке к практическим занятиям:

Занятие 1: Методологические основы тренинговой работы

План занятия

1. Понятие тренинга, его функции и значение.
2. История возникновения тренинга. Задачи, решаемые в тренинге.
3. Специфика тренинга в отличие от других средств обучения. Функции тренинга.

Занятие 2: Теория и методология личностного роста

План занятия

1. Понимание личности в отечественной и зарубежной психологии
2. Подходы к личностному развитию
3. Методики и технологии, ориентированные на личностный рост, охрану здоровья индивидов и групп

Занятие 3: Методы тренинговой работы

План занятия

1. Понятие тренинговых методов как способов обучения. Тренинговая техника как общий способ и особенность обучающего воздействия.
2. Групповая дискуссия в тренинге
3. Психодраматические приемы в тренинге
4. Проективное рисование в тренинге
5. Психогимнастика в тренинге
6. Тренинговые техники: информационная, симуляционная (имитационная) : упражнения по практическому выполнению работы (производственное обучение); групподинамические упражнения.

Занятие 4: Функциональная модель ведения группы

1. Предмет работы ведущего в группе: работа с личностью, работа с группой.
2. Роли в тренинговой группе. Значение тренинга.
3. Уровень анализа потребностей в тренинге. Анализ потребностей на уровне организации, на уровне группы, на уровне отдельного сотрудника.
4. Основы консультирования в области интерперсональных отношений, профориентации, планирования карьеры, профессионального и личностного роста

Занятие 4: Требования к личности и подготовке ведущего

1. Требования к профессиональной подготовке ведущего в тренинге
2. Оптимальные личностные качества тренера. Личность тренера как психотерапевтический инструмент.
3. Качества специалиста, снижающие эффективность тренинга
4. Функции ведущего (тренера) в тренинге личностного роста

Перечень вопросов и заданий для самостоятельной работы при подготовке к лабораторным занятиям:

Лабораторные занятия проводятся в виде учебного тренинга личностного роста
Цель занятий: способствовать профессиональной идентификации студентов – психологов.

Задачи:

1. развитие профессионально важных качеств студентов;
2. формирование мотивации к овладению знаниями по проблематике тренинговой работы;
3. получение опыта участия в тренинговой группе;
4. знакомство с методическими приемами и техниками групповой

работы;

5. получение опыта ведения группы.

Временная организация тренинга: 12 занятий, по 1,5 часа каждое.

Занятия проводятся 1 раз в неделю.

Формы и методы работы: групповая и индивидуальная работа, ролевые игры, групповые дискуссии, психогимнастические упражнения и др.

Методическое и материально – техническое обеспечение:

методические материалы к некоторым упражнениям (например, бланки «Незаконченных предложений об ответственности»), цветной телевизор, видеомангитфон, видеокамера, бумага разного формата (А1, А4), фломастеры, маркеры, краски, кисти, цветная бумага, карандаши, ножницы, скотч.

Оценка эффективности тренинга: получение обратной связи от участников, выполнение контрольных мероприятий.

Занятие 1. Знакомство

Цель: знакомство для famili-group, сбор ожиданий и заключение контракта с группой.

Основные упражнения: разминки (например, Ураган), Лобное место, диады, ожидания, галерея ожиданий, Передай-ка.

Занятия 2-3. Развитие групповой сплоченности

Цель: способствовать сплочению группы

Основные упражнения: Мостик, Тролли, Лабиринт, Рисунок группы

Занятие 4. Развитие невербальной коммуникации

Цель: развитие навыков невербальной коммуникации

Основные упражнения: Слепой и поводырь 2, Роженица,

Коммуникативное рисование, Разговор больших пальцев, Общение руками, Дистанция, Интонирование

Занятие 5. Речевое общение

Цель: развитие письменной и устной речи, осознание проблемы

«Эффективная коммуникация»

Основные упражнения: Марфуша, Сообщение, Монолог, Рисование по инструкции

Занятие 6. Межличностное общение и эмпатия

Цель: развитие навыков межличностного общения в разных ситуациях, работа с эмпатией

Основные упражнения: Воздушный шар, Потерпевшие кораблекрушение, Пустыня, Ковбой, Мафия, Садовник, Переполненный автобус

Занятия 7-8. Ответственность

Цель: Осознание зон личной и профессиональной ответственности

Основные упражнения: Всегда, иногда, никогда; Незаконченные предложения об ответственности, Табу, Мост

Занятия 9-10. Конфликты

Цель: развитие навыков конструктивного разрешения конфликтов

Основные упражнения: Фирма, Выталкивание из рядов, Прорвись в круг, Стул желаний

Занятие 11. Профессионально важные качества. Рефлексия

Цель: развитие рефлексии

Основные упражнения: Любимое / ненавистное животное, Не могу / не хочу, Замри, Субличности

Занятие 12. Подведение итогов

Цель: подведение итогов работы, обратная связь

Основные упражнения: Чемодан, Телеграммы, Волшебный магазин, пожелания, Дерево, Ресурсы, Тепло наших сердец.

7 Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации

Зачет с оценкой в 5 семестре

а) Планируемые результаты обучения и оценочные средства для проведения промежуточной аттестации:

Структурный элемент компетенции	Планируемые результаты обучения	Оценочные средства
ПК-12: способность реализовывать психологические методики и технологии, ориентированные на личностный рост, охрану здоровья индивидов и групп		
Знать	основные оказания психологической помощи индивиду, группе, организации с использованием активных методов социально-психологического обучения	<p>Перечень теоретических вопросов к зачету:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Понятие тренинга, его функции и значение. 2. История возникновения тренинга. Задачи, решаемые в тренинге. 3. Специфика тренинга в отличие от других средств обучения. Функции тренинга. 4. Методические средства, используемые в тренинге: групповая дискуссия, психодраматические приемы, проективное рисование, психогимнастика. 5. Предмет работы ведущего в группе: работа с личностью, работа с группой. 6. Роли в тренинговой группе. Значение тренинга. 7. Уровень анализа потребностей в тренинге. Анализ потребностей на уровне организации, на уровне группы, на уровне отдельного сотрудника. 8. Понятие тренинговых методов как способов обучения. Тренинговая техника как общий способ и особенность обучающего воздействия. 9. Тренинговые техники: информационная, симуляционная (имитационная) : упражнения по практическому выполнению работы (производственное обучение); групподинамические упражнения.
Уметь	профессионально воздействовать на уровень развития социально-психологических особенностей личности и группы с целью гармонизации психического функционирования; осуществлять организацию и проведение тренинга	<p><i>Задания на решение задач из профессиональной области, комплексные задания</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Составить и провести тренинговые встречи по темам: личностного роста, уверенного поведения, лидерских качеств, ассертивности, коммуникативных навыков. 2. Подобрать и провести упражнения для индивидуальной работы с детьми, подростками и их родителями, юношами, зрелым человеком, пожилым человеком по любой психологической проблематике.

Структурный элемент компетенции	Планируемые результаты обучения	Оценочные средства
		3. и пр.
Владеть	навыками реализации психологических методик и технологий, ориентированных на личностный рост, охрану здоровья индивидов и групп	<p>Подготовка и проведение тренингового занятия согласно перечню тем к лабораторным занятиям:</p> <p>Занятие 1. Знакомство Цель: знакомство для famili-group, сбор ожиданий и заключение контракта с группой. Основные упражнения: разминки (например, Ураган), Лобное место, диады, ожидания, галерея ожиданий, Передай-ка.</p> <p>Занятия 2-3. Развитие групповой сплоченности Цель: способствовать сплочению группы Основные упражнения: Мостик, Тролли, Лабиринт, Рисунок группы</p> <p>Занятие 4. Развитие невербальной коммуникации Цель: развитие навыков невербальной коммуникации Основные упражнения: Слепой и поводырь 2, Роженица, Коммуникативное рисование, Разговор больших пальцев, Общение руками, Дистанция, Интонирование</p> <p>Занятие 5. Речевое общение Цель: развитие письменной и устной речи, осознание проблемы «Эффективная коммуникация» Основные упражнения: Марфуша, Сообщение, Монолог, Рисование по инструкции</p> <p>Занятие 6. Межличностное общение и эмпатия Цель: развитие навыков межличностного общения в разных ситуациях, работа с эмпатией Основные упражнения: Воздушный шар, Потерпевшие кораблекрушение, Пустыня, Ковбой, Мафия, Садовник, Переполненный автобус</p> <p>Занятия 7-8. Ответственность Цель: Осознание зон личной и профессиональной ответственности Основные упражнения: Всегда, иногда, никогда; Незаконченные предложения об ответственности, Табу, Мост</p> <p>Занятия 9-10. Конфликты Цель: развитие навыков конструктивного разрешения конфликтов Основные упражнения: Фирма, Выталкивание из рядов, Прорвись в круг, Стул желаний</p> <p>Занятие 11. Профессионально важные качества. Рефлексия</p>

Структурный элемент компетенции	Планируемые результаты обучения	Оценочные средства
		Цель: развитие рефлексии Основные упражнения: Любимое / ненавистное животное, Не могу / не хочу, Замри, Субличности Занятие 12. Подведение итогов Цель: подведение итогов работы, обратная связь Основные упражнения: Чемодан, Телеграммы, Волшебный магазин, пожелания, Дерево, Ресурсы, Тепло наших сердец.
ПК-17 способность осуществлять консультирование в области интерперсональных отношений, профориентации, планирования карьеры, профессионального и личностного роста		
Знать	основы консультирования в области интерперсональных отношений, профориентации, планирования карьеры, профессионального и личностного роста	<ol style="list-style-type: none"> 1. Понимание личности в отечественной и зарубежной психологии 2. Подходы к личностному развитию 3. Методики и технологии, ориентированные на личностный рост, охрану здоровья индивидов и групп 4. Требования к профессиональной подготовке ведущего в тренинге 5. Оптимальные личностные качества тренера. Личность тренера как психотерапевтический инструмент. 6. Качества специалиста, снижающие эффективность тренинга 7. Функции ведущего (тренера) в тренинге личностного роста 8. Основы консультирования в области интерперсональных отношений, профориентации, планирования карьеры, профессионального и личностного роста
Уметь	Разрабатывать программу тренинга личностного роста	Разработка и презентация тренинговой программы по следующим направлениям: <ol style="list-style-type: none"> 1. Тренинг личностного роста для подростков 2. Тренинг личностного роста для юношеского возраста 3. Тренинг личностного роста для лиц, находящихся в возрасте ранней взрослости 4. Тренинг личностного роста для лиц, находящихся в возрасте средней взрослости 5. Тренинг личностного роста для лиц, находящихся в возрасте ранней взрослости 6. Тренинг личностного роста для лиц, находящихся в возрасте поздней

Структурный элемент компетенции	Планируемые результаты обучения	Оценочные средства
		взрослости
Владеть	<p>навыками консультирования в области интерперсональных отношений, профориентации, планирования карьеры, профессионального и личностного роста</p>	<p>Проанализировать ситуации консультирования в области интерперсональных отношений, профориентации, планирования карьеры, профессионального и личностного роста.</p> <p style="text-align: center;"><i>Примеры ситуаций:</i></p> <p>1. Вы приняли на работу молодого способного юриста (только что окончившего Институт внешнеэкономических связей, экономики и права), который превосходно справляется с работой. Он провел уже несколько консультаций, и клиенты им очень довольны. Вместе с тем, он резок и заносчив в общении с другими работниками, особенно с Услуживающим персоналом. Вы каждый день получаете такого рода сигналы, а сегодня поступило письменное заявление от вашего секретаря по поводу его грубости. Какие замечания и каким образом необходимо сделать молодому специалисту, чтобы изменить его стиль общения в коллективе? Составьте план консультации в области интерперсональных отношений данного специалиста.</p> <p>2. За психологической консультацией обратился отец молодого человека, консультация нужна его сыну. Отец позвонил по телефону по просьбе сына, ему 19 лет. Обратиться за помощью хотели 6 месяцев назад, но тогда молодой человек был против обращения к психологу. ... Аргументируйте ответ основными критериями различия. Если запрос терапевтический, то каким образом он может быть переформулирован в консультативный (задачи консультирования)? Какие переносные реакции можно ожидать от такой клиентки в консультативном процессе? Составьте план консультации для отца.</p> <p>3. На консультацию пришли родители подростка. Сыну 16 лет. В интерпретации он ведет себя странно: стал нервным, скрытным. Часто у него «блестят глаза». Ухудшились успеваемость и поведение. Сформулируйте возникшие у вас гипотезы о возможных причинах трудностей клиента. По каким признакам родители могут определить, что их ребенок стал употреблять спиртное (другие психоактивные вещества)? Определите основные этапы работы над проблемой.</p> <p>4. К психологу пришла мама ученицы, которая учится в 10 классе и попросила помощи. Она рассказала, что ее дочь до 6–7 класса была веселой, активной девочкой, хорошо училась в школе, любила общаться с детьми и одноклассниками, много времени отдавала внеклассной работе. Сейчас, она совсем изменилась. Замкнулась, перестала общаться с друзьями, теряется в присутствии незнакомых людей, сторонится компаний и шумных собраний. Стала хуже учиться. Все свободное время проводит в своей комнате. Придирчиво относится к своей внешности. Живет своей довольно напряженной жизнью, иногда прорывающейся в нервных репликах и подавленном настроении. На искренний разговор не идет. Как вернуть дочь к нормальной жизни? Что с ней происходит?</p>

б) Порядок проведения промежуточной аттестации, показатели и критерии оценивания

Зачет проводится в устной форме.

Показатели и критерии оценивания «зачета с оценкой»

– на оценку «отлично» – обучающийся показывает высокий уровень сформированности компетенций, т.е. иметь систематизированные знания в области технологий развития личности. Знать особенности предмета и метода психологических исследований в различных отраслях психологии, существующие теоретические подходы, понятийный аппарат, необходимый для разработки методологии психологического исследования и развития личности.

– на оценку «хорошо» – обучающийся показывает средний уровень сформированности компетенций, т.е. знание основных и специфических требований к технологиям развития личности, адекватных целей развития личности, уметь осуществлять оценку качества технологий личностного развития, владеть способами измерения и построения технологий диагностики уровня развития личности и формирования необходимых личностных качеств в практических областях психологии.

– на оценку «удовлетворительно» – обучающийся показывает пороговый уровень сформированности компетенций, т.е. знание основных требований к технологиям личностного развития, может применить базовые методы развития личности в практической психологии.

– на оценку «неудовлетворительно» – результат обучения не достигнут, обучающийся не может показать знания на уровне воспроизведения и объяснения информации, не может показать интеллектуальные навыки решения простых задач

Курсовая работа по дисциплине «Тренинг личностного роста» не предусмотрена.

8 Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины (модуля)

а) Основная литература:

Гурьянова, И. В. Технология командообразования и саморазвития : практикум / И. В. Гурьянова ; МГТУ. - Магнитогорск : МГТУ, 2019. - 1 электрон. опт. диск (CD-ROM). - Загл. с титул. экрана. - URL : <https://magtu.informsystema.ru/uploader/fileUpload?name=3879.pdf&show=dcatalogues/1/1530049/3879.pdf&view=true> (дата обращения: 14.05.2020). - Макрообъект. - Текст : электронный. - Сведения доступны также на CD-ROM.

б) Дополнительная литература:

Голуб, А. Н. Методика профессионального обучения : учебное пособие [для СПО] / А. Н. Голуб ; МГТУ. - Магнитогорск : МГТУ, 2015. - 1 электрон. опт. диск (CD-ROM). - Загл. с титул. экрана. - URL: <https://magtu.informsystema.ru/uploader/fileUpload?name=1476.pdf&show=dcatalogues/1/1124001/1476.pdf&view=true> (дата обращения: 14.05.2020). - Макрообъект. - Текст : электронный. - Сведения доступны также на CD-ROM.

Пикулева, О. А. Психология самопрезентации личности : монография / О. А. Пикулева. – Москва : ИНФРА-М, 2020. – 320 с. – (Научная мысль). - ISBN 978-5-16-006926-5. - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/1091021> (дата обращения: 16.09.2020). – Режим доступа: по подписке.

Поройков, С. Ю. Архетипические психологические типы : монография / С.Ю. Поройков. – Москва : ИНФРА-М, 2020. - 597 с. – (Научная мысль). – www.dx.doi.org/10.12737/1535. - ISBN 978-5-16-011617-4. - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/1045713> (дата обращения: 16.09.2020). – Режим доступа: по подписке.

в) Методические указания:

1. Самостоятельная работа студентов вуза : практикум / составители: Т. Г. Неретина, Н. Р. Уразаева, Е. М. Разумова, Т. Ф. Орехова ; Магнитогорский гос. технический ун-т им. Г. И. Носова. - Магнитогорск : МГТУ им. Г. И. Носова, 2019. - 1 CD-ROM. - Загл. с титул. экрана. - URL: <https://magtu.informsystema.ru/uploader/fileUpload?name=3816.pdf&show=dcatalogues/1/1530261/3816.pdf&view=true> (дата обращения: 22.10.2019). - Макрообъект. - Текст : электронный. - Сведения доступны также на CD-ROM.

г) Программное обеспечение и Интернет-ресурсы:

Наименование ПО	№ договора	Срок действия лицензии
MS Windows 7	Д-1227 от 08.10.2018	11.10.2021
MS Office 2007	№ 135 от 17.09.2007	бессрочно
FAR Manager	свободно распространяемое ПО	бессрочно
7Zip	свободно распространяемое	бессрочно

Профессиональные базы данных и информационные справочные системы

Название курса	Ссылка
Электронная база периодических изданий East View Information Services, ООО	https://dlib.eastview.com/
Национальная информационно-аналитическая система – Российский индекс научного цитирования (РИНЦ)	URL: https://elibrary.ru/project_risc.asp
Поисковая система Академия Google (Google Scholar)	URL: https://scholar.google.ru/
Информационная система - Единое окно доступа к информационным ресурсам	URL: http://window.edu.ru/
Российская Государственная библиотека. Каталоги	https://www.rsl.ru/ru/4readers/catalogues/
Электронные ресурсы библиотеки МГТУ им. Г.И. Носова	http://magtu.ru:8085/marcweb2/Default.asp
Университетская информационная система РОССИЯ	https://uisrussia.msu.ru
Международная наукометрическая реферативная и полнотекстовая база данных научных изданий «Web of science»	http://webofscience.com
Международная реферативная и полнотекстовая справочная база данных научных изданий «Scopus»	http://scopus.com
Международная база полнотекстовых журналов Springer Journals	http://link.springer.com/
Международная база справочных изданий по всем отраслям знаний SpringerReference	http://www.springer.com/references

9. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля)

Тип и название аудитории	Оснащение аудитории
Учебные аудитории для	Доска, мультимедийные средства хранения, пе-

проведения занятий лекционного типа	редачи и представления информации.
Учебные аудитории для проведения практических занятий, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации	Доска, мультимедийный проектор, экран
Учебная аудитория для проведения лабораторных работ:	Доска, персональные компьютеры с пакетом MS Office, выходом в Интернет и с доступом в электронную информационно-образовательную среду университета
Учебные аудитории, для проведения психологических тренингов, занятий по психологическому консультированию	Современная аудио- и видеотехника, компьютерные мультимедийные проекторы и другая техника для презентаций учебного материала
Помещения для самостоятельной работы обучающихся	Персональные компьютеры с пакетом MS Office, выходом в Интернет и с доступом в электронную информационно-образовательную среду университета
Помещение для хранения и профилактического обслуживания учебного оборудования	Стеллажи для хранения учебно-наглядных пособий и учебно-методической документации.

Приложение 1

Методические рекомендации

Самостоятельная работа студентов по дисциплине «Тренинг личностного роста» предполагает более глубокую проработку ими отдельных тем курса, определенных программой. Основными видами и формами самостоятельной работы студентов по данной дисциплине являются: подготовка сообщений и докладов к семинарским занятиям; выполнение практических заданий; самоподготовка по вопросам; подготовка к зачету.

В процессе изучения данной дисциплины учитывается посещаемость лекций, оценивается активность студентов на семинарских занятиях, а также качество и своевременность подготовки теоретических материалов, творческих заданий и презентаций рефератов. По окончании изучения дисциплины проводится индивидуальный зачет по предложенным вопросам.

Вопросы, выносимые на зачет, должны служить постоянными ориентирами при организации самостоятельной работы студента. Таким образом, усвоение учебного предмета в процессе самостоятельного изучения учебной и научной литературы является и подготовкой к зачету, а сам зачет становится формой проверки качества всего процесса самостоятельной учебной деятельности студента. Студент, показавший высокий уровень владения знаниями, умениями и навыками по предложенному вопросу, считается успешно освоившим учебный курс. В случае большого количества затруднений при раскрытии предложенного на зачёте вопроса студенту предлагается повторная подготовка и перезачёт.

Для успешного овладения курсом необходимо выполнять следующие требования: 1) посещать все занятия, т.к. весь тематический материал взаимосвязан между собой и теоретического овладения пропущенного недостаточно для качественного усвоения; 2) все рассматриваемые на семинарских занятиях вопросы обязательно фиксировать в отдельную тетрадь и сохранять её до окончания обучения в вузе; 3) обязательно выполнять все домашние задания; 4) проявлять активность на занятиях и при подготовке, т.к. конечный результат овладения содержанием дисциплины необходим, в первую очередь, самому

студенту; 5) в случаях пропуска занятий, по каким-либо причинам, обязательно «отрабатывать» пропущенное занятие преподавателю во время индивидуальных консультаций.