



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 №10 от 21.05.2024 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

РЯЗАНЬ, 2024

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

ИОФ	Ученая степень, ученое звание	Место работы (организация)	Должность
А.В. Баранова	-	ФГБОУ ВО РязГМУ Минздрава России	преподаватель кафедры общей и специальной психологии с курсом педагогики

Рецензент (ы):

ИОФ	Ученая степень, ученое звание	Место работы (организация)	Должность
О.В. Полякова	доцент, к.пед.н.	ФГБОУ ВО РязГМУ Минздрава России	доцент кафедры психологии, педагогики и инклюзивного образования ФДПО
И.С. Исаева	доцент, к.психол.н.	РГУ имени С.А. Есенина	доцент кафедры общей психологии РГУ имени С.А. Есенина

Одобрено учебно-методической комиссией по специальности Клиническая психология
Протокол № 8 от 25.03. 2024 г.

Одобрено учебно-методическим советом.
Протокол № 7 от 25.04. 2024г.

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. N 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

Формируемые компетенции	Планируемые результаты обучения В результате изучения дисциплины студент должен:	
<p>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</p>	<p>ПК 1.1 Знает теоретические основы, методологию и технологию разработки и применения программ психологического обследования, обучения и коррекции для различных категорий населения и в различных сферах социальной жизни: семейная, производственная, учебная и др.</p> <p>ПК 1.2 Использует диагностические методы и процедуры оценки личности, особенностей социального взаимодействия и групповой динамики</p> <p>ПК 1.3 Применяет технологии создания, методы реализации и руководства коллективом реализаторов программ обследования, обучения и коррекции различных групп населения в связи с задачами реабилитации, развития, профилактики заболеваний и (или) иных связанных со здоровьем состояниях в учреждениях системы здравоохранения.</p>	<p>Знать: специфику и основные компоненты психологического воздействия в процессе проведения тренинга личностного роста; характеристики малых социальных групп и особенности межличностного взаимодействия в группе; закономерности функционирования рефлексивных процессов и их роль в регуляции деятельности личности; современные направления и методы личностного и профессионального развития психолога как тренера и организатора тренинга личностного роста</p> <p>Уметь: определять и создавать условия для влияния на уровень развития и особенности познавательной и личностной сфер с целью гармонизации психического развития личности, укрепления ее роли в саморазвитии; грамотно ставить и решать актуальные задачи самопонимания и саморазвития в профессиональном и личностном плане.</p> <p>Владеть: основными методами диагностики рефлексии и формирования собственной рефлексивной компетентности, иметь опыт проведения упражнений в группе тренинга; навыками анализа своей деятельности как ведущего тренинга личностного роста с целью оптимизации, нахождения путей и ресурсов для творческого решения возникающих ситуаций в тренинге</p>

2. Место дисциплины в структуре образовательной программы

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

Для освоения дисциплины необходимым условием является освоение знаний, умений и готовности, сформированных при освоении предшествующих дисциплин «Философия», «Общая психология», «Профессиональная этика».

Освоение данной дисциплины необходимо как предшествующее для освоения дисциплин «Введение в современные методы психотерапии и психокоррекции», «Психологическое консультирование», «Психотерапия», и прохождения студентами учебной

практики по получению первичных профессиональных умений и навыков, в том числе первичных умений и навыков научно-исследовательской деятельности.

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	10	10
Разработка программы тренинга, подготовка к проведению упражнений	30	30
Вид промежуточной аттестации (зачет)	зачет	зачет
Общая трудоемкость	час. 72	72

4. Содержание дисциплины

4.1 Контактная работа

Лекции не предусмотрены

Семинары, практические работы

№ раздела	№ семинара, ПР	Темы семинаров, практических занятий	Кол-во часов	Формы текущего контроля
Семестр 3				
Раздел 1. Тренинг личностного роста				
1	1	Понятие "тренинг". Типологии и классификации тренинга	2	Пр
1	2	Тренинговые группы	2	Пр
1	3	Тренинг личностного роста	2	КЗ
1	4	Условия личностного роста	2	Пр
1	5	Принципы и правила тренинга личностного роста.	2	Пр
Раздел 2. Личностный рост и групповая динамика				
2	6	Понятие самосознания	2	Пр
2	7	Психология рефлексии.	2	Пр
2	8	Групповая динамика	2	С,ПР
2	9	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	10	Общение как условие личностного роста. Барьеры общения в тренинге и работа с ними	2	Пр
2	11	Соппротивление в тренинге личностного роста	2	Пр
Раздел 3. Основные методы тренинга личностного роста				
3	12	Основные методы тренинга личностного роста: общие принципы	2	Пр
3	13	Игровые методы тренинга личностного роста	2	Пр
3	14	Методы арт-терапии в тренинге личностного роста	2	С,ПР
3	15	Биографические методы тренинга личностного роста. Рефлексивные методы тренинга личностного роста	2	Пр
3	16	Итоговое занятие	2	Пр
		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.	3	Раздел 1. Тренинг личностного роста	Проработка методических материалов, подготовка к занятиям	5	КЗ
2.	3	Раздел 2. Личностный рост и групповая динамика	Проработка методических материалов, подготовка к занятиям	5	С,Пр
3.	3	Раздел 3. Основные методы тренинга личностного роста	Разработка программы тренинга, подготовка к проведению упражнений	30	Пр,КР
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	Наименование оценочного средства

		(компетенции (или её части))	
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

7. Учебно-методическое и информационное и обеспечение реализации программы дисциплины (модуля).

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

7.1.1. 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>

7.1.2. 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.

7.2 Перечень электронных образовательных ресурсов

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 литературе и дополнительным материалам, https://www.studentlibrary.ru/ http://www.medcollegelib.ru/	Доступ неограничен (после авторизации)
ЭБС «Юрайт» – ресурс представляет собой виртуальный читальный зал учебников и учебных пособий от авторов ведущих вузов России по	Доступ неограничен

экономическим, юридическим, гуманитарным, инженерно-техническим и естественно-научным направлениям и специальностям, https://urait.ru/	(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.rzgm.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 знания, http://crm.ics.org.ru/	Открытый доступ
Портал научных журналов на платформе ЭКО-ВЕКТОР – доступ к электронной базе данных российских научных рецензируемых журналов организован в многопользовательском режиме, без ограничения числа	Открытый доступ

<p>одновременных подключений к ресурсу и предоставляет возможность частичного копирования данных и распечатки</p> <p>https://journals.eco-vector.com/index/search/category/784</p>	
<p>БД EastView</p> <p>Электронная база данных периодических изданий «EastView» в рамках определенной коллекции. Полные тексты статей из журналов представлены в форматах html, pdf.</p> <p>https://dlib.eastview.com/</p>	Открытый доступ
<p>ЭБС «Лань»</p> <p>Здесь представлены учебники, пособия, монографии, научные журналы и другой электронный контент. Читать литературу без регистрации можно с компьютеров университета.</p> <p>https://e.lanbook.com/</p>	Открытый доступ
<p>«Большая медицинская библиотека» (БМБ)</p> <p>В рамках проекта сформировано единое электронное образовательное пространство медицинских вузов России и стран СНГ. Участникам проекта предоставляется безвозмездный доступ к ресурсам БМБ: учебникам и пособиям, интерактивным текстам и медиаконтенту.</p> <p>Издания РязГМУ и других участников проекта можно найти на <u>«Электронных полках учебных дисциплин»</u>. Часть изданий, размещенных в «Большой медицинской библиотеке», содержит текстовые задания для самопроверки - <u>Книги, содержащие тесты</u>. Учебно-методическая литература коллекции БМБ на английском, немецком и французском языках для иностранных студентов размещена в составе <u>«Иностранной коллекции»</u>.</p>	Открытый доступ
<p>Национальная электронная библиотека (НЭБ)</p> <p>Это государственная информационная система, которая объединяет оцифрованные фонды российских библиотек.</p> <p>http://нэб.рф</p> <p>https://rusneb.ru/</p>	Открытый доступ
<p>Коллекция медицинских учебников на французском языке ElsevierMasson. Электронные книги для корпоративных, медицинских, академических и профессиональных библиотек по всему миру.</p> <p>https://123library.org/user/my-library/books</p>	Открытый доступ
<p>Вестник современной клинической медицины</p> <p>Журнал «Вестник Современной Клинической Медицины», в котором содержатся статьи медицинской направленности: оригинальные исследования, обмен опытом, обзоры, организация здравоохранения.</p> <p>http://vskmjournal.org/ru/vypuski-zhurnala.html</p>	Открытый доступ
<p>Библиотека журналов по кардиологии и сердечно-сосудистой медицине включает архивы шести крупнейших журналов по кардиологии: артериальная гипертензия, кардиология, кардиоваскулярная терапия и профилактика, комплексные проблемы сердечно-сосудистых заболеваний, рациональная Фармакотерапия в Кардиологии, Российский кардиологический журнал.</p> <p>https://www.cardiojournal.online/</p>	Открытый доступ

8. Материально-техническое обеспечение:

№ п\п	Наименование специальных* помещений и помещений для самостоятельной работы	Оснащенность специальных помещений и помещений для самостоятельной работы
1.	Кафедра биологической химии с курсом клинической лабораторной диагностики ФДПО. Каб. №415. Помещение для самостоятельной работы обучающихся (г.Рязань, ул. Высоковольтная, д.9, учебно-лабораторный корпус, 4 этаж).	25 компьютеров с возможностью подключения к сети "Интернет" и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду Организации
2.	Научная библиотека. Каб. 309. 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 Организации
3.	Кафедра математики, физики и медицинской информатики. Каб. 307 Помещение для самостоятельной работы обучающихся. (г. Рязань, ул. Высоковольтная, д.7, к.1, 2 этаж, 3)	15 компьютеров с возможностью подключения к сети "Интернет" и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду Организации
4.	Кафедра патофизиологии. Помещение для самостоятельной работы обучающихся (г. Рязань, ул. Полонского, д. 13 (физиологический корпус), 2 этаж)	10 компьютеров с возможностью подключения к сети "Интернет" и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду Организации
5.	Кафедра общей и фармацевтической химии. Каб. 12. 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 Организации

*Специальные помещения - учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, курсового проектирования (выполнения курсовых работ), групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации, а также помещения для самостоятельной работы.