


	<p align="center"><b>Силабус навчальної дисципліни «ТОРІЯ І ПРАКТИКА ПСИХОТРЕНІНГУ»</b></p> <p align="center"><b>Освітньо-професійна програма: Психологія Спеціальність: С 4 Психологія Галузь знань: С Соціальні науки, журналістика, інформація та міжнародні відносини</b></p>
Рівень вищої освіти	перший (бакалаврський) рівень
Статус дисципліни	Навчальна дисципліна циклу професійної підготовки
Семестр	весняний семестр
Обсяг дисципліни, кредити ЄКТС/години	3,5 кредити / 105 годин
Мова викладання	українська
Що буде вивчатися (предмет вивчення)	Теоретичні та практичні особливості проведення психотренінгів.
Чому це цікаво/треба вивчати (мета)	Оволодіння основними підходами сучасного психологічного тренінгу; засвоєння теоретичних і практичних основ психологічного тренінгу; набуття вмінь і навичок з аналізу функціонування тренінгових груп та групової динаміки; розробка та проведення психологічного тренінгу, моніторинг його ефективності.
Чому можна навчитися (результати навчання)	Аналізувати та пояснювати психічні явища, ідентифікувати психологічні проблеми та пропонувати шляхи їх розв'язання. Складати та реалізовувати програму психопрофілактичних та просвітницьких дій, заходів психологічної допомоги у формі ігор, тренінгів, тощо, відповідно до вимог замовника. Взаємодіяти, вступати у комунікацію, бути зрозумілим, толерантно ставитися до осіб, що мають інші культуральні чи гендерно-вікові відмінності. Ефективно виконувати різні ролі у команді у процесі вирішення фахових завдань, у тому числі демонструвати лідерські якості. Проводити психологічні тренінги, аналіз конфліктних ситуацій, розробляти заходи по їх попередженню та вирішенню. Вживати ефективних заходів щодо збереження здоров'я (власного й оточення) та за потреби визначати зміст запиту до супервізії.
Як можна користуватися набутими знаннями і уміннями (компетентності)	<p><b>Загальні компетентності:</b></p> <p><b>ЗК1.</b> Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях.</p> <p><b>ЗК2.</b> Знання та розуміння предметної області та розуміння професійної діяльності.</p> <p><b>ЗК4.</b> Здатність вчитися і оволодівати сучасними знаннями.</p> <p><b>ЗК5.</b> Здатність бути критичним і самокритичним.</p> <p><b>ЗК8.</b> Навички міжособистісної взаємодії.</p> <p><b>Спеціальні (фахові) компетентності:</b></p> <p><b>СК1.</b> Здатність оперувати категоріально-понятійним апаратом психології.</p> <p><b>СК3.</b> Здатність до розуміння природи поведінки, діяльності та вчинків в звичайних умовах.</p> <p><b>СК4.</b> Здатність самостійно збирати та критично опрацьовувати, аналізувати та узагальнювати психологічну інформацію з різних джерел.</p> <p><b>СК7.</b> Здатність аналізувати та систематизувати одержані результати, формулювати аргументовані висновки та рекомендації.</p> <p><b>СК8.</b> Здатність організовувати та надавати психологічну допомогу (індивідуальну та групову).</p> <p><b>СК10.</b> Здатність дотримуватися норм професійної етики.</p> <p><b>СК11.</b> Здатність до особистісного та професійного самовдосконалення,</p>

	<p>навчання та саморозвитку.  <b>Додаткові компетентності:</b>  <b>СК12.</b>Здатність до фахового спілкування з непрофесіоналами у різних галузях, в т.ч. і в авіаційній галузі.</p>
<b>Навчальна логістика</b>	<p><b>Зміст дисципліни:</b>          Тема 1. Мета та завдання навчальної дисципліни «Теорія і практика психотренінгу». Тренінг як ефективна форма групової роботи.          Тема 2. Історичні передумови виникнення психотренінгу.          Тема 3. Психологічний зміст взаємодії в тренінговій групі.          Тема 4. Класифікація та основні види тренінгових груп.          Тема 5. Компоненти психотренінгу та сфера їх впливу на особистість.          Тема 6. Складові та структура соціально-психологічного тренінгу.          Тема 7. Групова динаміка і її роль в процесі тренінгової роботи.          Тема 8. Особистість тренера та його роль у тренінговому процесі.          Тема 9. Ефективність психотренінгу.          Тема 10. Психотренінг подолання горя.          Тема 11. Тренінг управління персоналом.          Тема 12. Тренінг комунікативної компетентності.          Тема 13. Тренінг розв'язання конфліктів.          Тема 14. Майндфулнесс підхід у тренінгах розвитку автентичності.          Тема 15. Тренінг профілактики професійного вигорання.  <b>Види занять:</b> лекції та практичні заняття, домашнє завдання, або контрольна (домашня) робота.  <b>Методи навчання:</b> пояснювально-ілюстративний метод; метод проблемного викладу; презентація, семінар-дискусія, тренінгові вправи, ситуаційні задачі, кейс-метод. Реалізація цих методів здійснюється при проведенні лекцій та практичних занять, самостійному вирішенні завдань.  <b>Форми навчання:</b> очна та заочна (+онлайн-підтримка Google meet, Вайбер).</p>
<b>Пререквізити</b>	<p>«Вступ до спеціальності», «Загальна психологія», «Вікова психологія», «Соціальна психологія», «Психофізіологія», «Психодіагностика», «Психологія сім'ї», «Основи психологічної практики», «Патопсихологія»</p>
<b>Пореквізити</b>	<p>Знання з теорії і практики психотренінгу можуть бути використані при вивченні дисциплін «Практикум з групової психокорекції», «Основи психотерапії та постстрессова реабілітація», «Основи психодрами».</p>
<b>Інформаційне забезпечення з репозитарію та фонду НТБ КАІ</b>	<p><b>Науково-технічна бібліотека НАУ. Репозитарій НТБ НАУ:</b>          1. Лефтеров В.О., Форманюк Ю.В., Третьякова Т.М. Теорія і практика психологічного тренінгу: методичні рекомендації для самостійної роботи здобувачів. Одеса: Фенікс, 2021. 44 с.          2. Афанасьєва Н.С., Перелигіна Л.А ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ ОСНОВИ СОЦІАЛЬНОПСИХОЛОГІЧНОГО ТРЕНІНГУ Навчальний посібник. <a href="http://repositsc.nuczu.edu.ua/bitstream/BA.pdf">http://repositsc.nuczu.edu.ua/bitstream/BA.pdf</a>          3. Irvin D. Yalom, Moly Leszcz. The Theory and Practice of Group Psychotherapy. New York: Basic Books, 2020. <a href="https://books.google.com.ua/books?id=7cTbDwAAQBAJ&amp;pg=PT542&amp;lp_g=PT542&amp;dq=scientific">https://books.google.com.ua/books?id=7cTbDwAAQBAJ&amp;pg=PT542&amp;lp_g=PT542&amp;dq=scientific</a>          4. Тимошенко О. А. Психологічний тренінг “самопізнання та саморегуляція” для майбутніх практичних психологів [Електронний ресурс] / О. А. Тимошенко – Режим доступу: <a href="http://psych.kiev.ua/nma-referats/fla-refers/lang-1/referat-116/referatpart-4/index.html">http://psych.kiev.ua/nma-referats/fla-refers/lang-1/referat-116/referatpart-4/index.html</a>.          5. Максименко С.Д. Загальна психологія [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <a href="http://studentbooks.com.ua/content/view/1264/1/">http://studentbooks.com.ua/content/view/1264/1/</a>          6. Вдовиченко О. В. Методичні рекомендації до організації самостійної роботи з навчальної дисципліни «ТЕХНОЛОГІЇ ПРОВЕДЕННЯ</p>

	ПСИХОЛОГІЧНОГО ТРЕНІНГУ». Одеса. 2021. <a href="http://dspace.pdpu.edu.ua/jspui/bitstream/123456789/14649/1/VK%20Technology%20proved%20treningu.pdf">http://dspace.pdpu.edu.ua/jspui/bitstream/123456789/14649/1/VK%20Technology%20proved%20treningu.pdf</a> 7. Теорія та практика психологічного тренінгу Режим доступу: <a href="http://www.subject.com.ua/pdf/215.pdf">http://www.subject.com.ua/pdf/215.pdf</a>
<b>Локація та матеріально-технічне забезпечення</b>	Мультимедійна аудиторія кафедри 8.1203 (кабінет з комп'ютером, екраном та проєктором для демонстрації медіа-матеріалів), презентації, бланки тестів, творчі завдання.
<b>Семестровий контроль, екзаменаційна методика</b>	Екзамен
<b>Кафедра</b>	авіаційної психології та управління людським фактором
<b>Факультет</b>	психології, комунікацій та перекладу
<b>Викладач(і)</b>	<b>Мужанова Наталія Володимирівна</b> <b>Посада:</b> доцент кафедри авіаційної психології <b>Вчене звання:</b> <b>Науковий ступінь:</b> кандидат психологічних наук <b>Профіль Google Scholar:</b> <a href="https://scholar.google.com.ua/citations?user=qraj2zIAAAJ&amp;hl=uk">https://scholar.google.com.ua/citations?user=qraj2zIAAAJ&amp;hl=uk</a>
	 <b>Профіль ORCID:</b> <a href="https://orcid.org/0000-0003-0072-6816">https://orcid.org/0000-0003-0072-6816</a> <b>Профіль Google Scholar:</b> <a href="https://ua.h-index.com/uk/author/xayBSzIAAAJ">https://ua.h-index.com/uk/author/xayBSzIAAAJ</a>
<b>Оригінальність навчальної дисципліни</b>	Укладена на основі надбань у галузі сучасних психологічних знань та тренігових інноваційних технологій.
<b>Лінк на дисципліну</b>	—

Розробник

Наталія МУЖАНОВА

В.о. завідувача кафедри

Лада ЯКОВИЦЬКА