

## **АННОТАЦИЯ ДИСЦИПЛИНЫ «ТРЕНИНГ ЛИЧНОЙ ЭФФЕКТИВНОСТИ»**

Направление подготовки: 37.03.01 *ПСИХОЛОГИЯ*

Уровень высшего образования: *БАКАЛАВРИАТ*

Форма обучения: *ОЧНАЯ*

Семестр: *I СЕМЕСТР*

### **1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ «ТРЕНИНГ ЛИЧНОЙ ЭФФЕКТИВНОСТИ»**

**Основные цели курса:** познакомить с основными методами психологического воздействия - их целями, формами, содержанием, механизмами, эффектами; обеспечить условия психологической безопасности для приобретения студентами нового опыта переживаний в процессе группового взаимодействия и достижения на этой основе личностного и профессионального роста; развивать у студентов способности эффективно взаимодействовать с окружающими людьми; вырабатывать способности к адекватному познанию себя и других людей, преодолению стереотипов в восприятии людей и в общении с ними, порождаемых профессиональными, социальными и возрастными факторами;

#### **Задачи освоения содержания курса**

- умение формировать цель;
- освоить понятие личной эффективности;
- изучить структура GoMAD;
- рассмотреть навыки личной эффективности;
- научиться работать в команде.

### **2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ «ТРЕНИНГ ЛИЧНОСТНОЙ ЭФФЕКТИВНОСТИ» В СТРУКТУРЕ ОПОП ВО**

Дисциплина «Тренинг личной эффективности» включена в вариативную часть, в предметы по выбору образовательной программы Б1.Б.20

Изучению курса предшествуют следующие дисциплины: «Общая психология», «Консультативная психология», «Методика преподавания психологии» и «Психодиагностика».

### **3. КОМПЕТЕНЦИИ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ, ФОРМИРУЕМЫЕ В РЕЗУЛЬТАТЕ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ «ТРЕНИНГ ЛИЧНОЙ ЭФФЕКТИВНОСТИ»**

В процессе освоения данной дисциплины студент формирует и демонстрирует следующие **профессиональные компетенции (ПК)** :

способность и готовность к:

- способностью к реализации стандартных программ, направленных на предупреждение отклонений в социальном и личностном статусе и развитии, профессиональных рисков в различных видах деятельности (ПК-1);
- способностью к осуществлению стандартных базовых процедур оказания индивиду, группе, организации психологической помощи с использованием традиционных методов и технологий (ПК-3);

- способностью к использованию дидактических приёмов при реализации стандартных коррекционных, реабилитационных и обучающих программ по оптимизации психической деятельности человека (ПК-11).

В результате освоения дисциплины обучающийся должен демонстрировать следующие результаты образования:

**Знать:**

- 1) научно-методические основы активного психологического обучения (ПК-1);
- 2) особенности психологии малой группы (ПК-1);
- 3) сущность, содержание и организационные особенности использования в образовательно-воспитательных целях дискуссионных методов активного обучения (ПК\_1);
- 4) организационно-методические требования к разработке и проведению психологического обучения (ПК-11).

**Уметь:**

- 1) разрабатывать занятия в рамках активного психологического обучения (ПК-3);
- 2) разрабатывать занятия в рамках компетентности, профессиональной психолого-педагогической культуры, активизации профессионального самоопределения учащихся (ПК-3).

**Владеть:**

- 1) методами активного психологического обучения (ПК-11);
- 2) материалом для выявления потребности в обучении (ПК-3);
- 3) навыками планирования групповой работы (ПК-1).

#### 4. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ «ТРЕНИНГ ЛИЧНОЙ ЭФФЕКТИВНОСТИ»

№ п/п	Раздел (тема) дисциплины	Семестр	Неделя семестра	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)						Объем учебной работы, с применением интерактивных методов (в часах / %)	Формы текущего контроля успеваемости (по неделям семестра) , форма промежуточной аттестации (по семестрам)
				Лекции	Практические занятия	Лабораторные работы	Контрольные работы	СРС	КП / КР		
1	<b>Раздел 1. ЛИЧНАЯ ЭФФЕКТИВНОСТЬ: ФОРМУЛА УСПЕХА</b>										
	Тема 1. Понятие личной эффективности	7	1-3	4	4			20		6/50%	
	Тема 2. Целеполагание	7	4-7	4	4			20		6/50%	рейтинг-контроль №1
	Тема 3. Структура GoMAD	7	8-11	4	4			20		6/50%	

Тема 4. Навыки личной эффективно сти	7	13- 15	4	4		20	6/50%	рейтинг-контроль №2
Тема 5. Самопрезен тация	7	16- 18	2	2		20	3/50%	рейтинг-контроль №3
<b>Итого</b>		<b>1- 18</b>	<b>18</b>	<b>18</b>		<b>90</b>	<b>27/50 %</b>	<b>зачет</b>

### 5. ВИД АТТЕСТАЦИИ

Изучение дисциплины заканчивается *зачетом*.

### 6. КОЛИЧЕСТВО ЗАЧЕТНЫХ ЕДИНИЦ

Общая трудоемкость дисциплины составляет *3 зачетных единицы, 108 часов*.

Составитель:

доцент кафедры общей и  
педагогической психологии, к.психол.н.

  
(ФИО, подпись)

Пронина Е.В.

Заведующая кафедрой  
общей и педагогической психологии  
к. психол.н.



Пронина Е.В.

(ФИО, подпись)

Председатель  
учебно-методической комиссии  
направления 37.03.01 Психология  
Зав.каф. ПЛиСП ГумИ ВлГУ, к.психол. н., доцент



Филатова О.В.

(ФИО, подпись)

Дата: 19.06.2018

Печать института 

