

ЗАТВЕРДЖЕНО
Методичною радою
університету
від 26.02.2020
(протокол №5)



Силабус
навчальної дисципліни
Професійна рефлексія в тренінгу
2023-2024 навчальний рік

Освітньо-професійна програма: Психологія тренінгової роботи

Спеціальність: 053 Психологія

Галузь знань: 05 Соціальні та поведінкові науки

Рівень вищої освіти: другий (магістерський)

Викладач	Артем ПОЛУЛЯХОВ
Посилання на сайт	http://bdpu.org/faculties/fppom/structure-fppom/kaf-psiologiya/
Контактний тел.	095-617-23-71
Е-mail викладача:	gattoukrainesony@gmail.com
Графік консультацій	Індивідуальний

Обсяг курсу на поточний навчальний рік:

Кількість кредитів/ годин	Лекції	Практичні заняття	Самостійна робота	звітність
3/90	6	8	76	екзамен

Семестр: весняний

Мова навчання: українська

Ключові слова: професійна рефлексія, професійна рефлексія психолога-тренера, професійний досвід психолога-тренера, психологічні ефекти в діяльності психолога-тренера, сучасні технології професійної рефлексії психолога-тренера.

Мета та предмет курсу:

Метою вивчення навчальної дисципліни є опанування здобувачами другого (магістерського) рівня вищої освіти теоретико-методологічними основами та сучасними практико-орієнтованими технологіями професійної рефлексії в тренерській діяльності.

Предметом навчальної дисципліни є професійна рефлексія психолога-тренера в тренерській діяльності.

Основними завданнями вивчення навчальної дисципліни є:

- теоретико-методологічна підготовка здобувачів вищої освіти до здійснення професійної рефлексії в тренерській діяльності;
- опанування необхідним психологічним інструментарієм професійної рефлексії в тренерській діяльності;
- усвідомлення психологічних чинників розвитку професійної рефлексії психолога-тренера;
- розуміння сучасних тенденції професійного розвитку особистості психолога-тренера;
- опанування сучасними сучасними технологіями професійної рефлексії в тренерській діяльності;
- розвиток та вдосконалення навичок управління особистісними ресурсами в процесі тренерської діяльності;
- розвиток здатності до реалізації стратегії дослідницького самовдосконалення, професійного й особистісного саморозвитку.

Основні результати навчання і компетентності згідно з вимогами освітньо-професійної програми:

6 . Програмні компетентності (за стандартом)	
<i>Інтегральна компетентність (ІК)</i>	Здатність розв'язувати складні спеціалізовані задачі та практичні проблеми у сфері практичної психології у процесі навчання та професійної діяльності, що передбачає застосування теорій та методів психологічної науки для проведення досліджень та/або здійснення інновацій і характеризується комплексністю та невизначеністю умов.
<i>Загальні компетентності (ЗК)</i>	ЗК 1. Здатність застосовувати набуті знання у практичних ситуаціях професійної діяльності ЗК 2. Знання та розуміння предметної області та специфіки професійної діяльності практичного психолога ЗК 3. Здатність генерувати нові ідеї ЗК 4. Здатність дотримуватися законодавчих і етичних норм у професійній діяльності ЗК 5. Здатність формувати та розвивати конструктивні стосунки з іншими з повагою до унікальності ЗК 6. Здатність спілкуватися іноземною мовою
<i>Спеціальні (фахові, предметні) компетентності спеціальності (СК)</i>	СК 1. Здатність здійснювати теоретичний, методологічний та емпіричний аналіз актуальних проблем психологічної науки та / або практики СК 2. Здатність самостійно планувати, організувати та здійснювати психологічне дослідження з елементами наукової новизни та / або практичної значущості СК 3. Здатність самостійно розробляти програми тренінгових занять з використанням інноваційних методів та технік залежно від мети та структури групи, просувати створений продукт

	<p>СК 4. Здатність здійснювати тренінгову діяльність різної спрямованості, з різним методологічним підґрунтям та для різних категорій замовників</p> <p>СК 5. Здатність організовувати та реалізовувати просвітницьку та профілактичну діяльність для різних категорій населення у сфері психології</p> <p>СК 6. Здатність до ефективного міжособистісного спілкування у процесі тренінгової діяльності</p> <p>СК 7. Здатність приймати фахові рішення у складних і непередбачуваних умовах, адаптуватися до нових ситуацій професійної діяльності</p> <p>СК 8. Здатність оцінювати межі власної фахової компетентності та підвищувати професійну кваліфікацію</p>
--	---

7. Програмні результати навчання (ПРН)

ПРН 1. Здійснювати адаптацію та модифікацію існуючих наукових і практичних підходів і методів до конкретних ситуацій професійної діяльності

ПРН 2. Розуміти закономірності та особливості розвитку й функціонування психічних та соціальних явищ і феноменів у контексті вирішення професійних завдань

ПРН 3. Вміти гнучко, креативно, нестандартно мислити, продукувати нові ідеї та підходи до розв'язання професійних завдань

ПРН 4. Знати та діяти на основі нормативно-правових актів і положень законодавства, що регулюють професійну діяльність психолога, дотримуватись етичних норм при наданні психологічної допомоги

ПРН 5. Демонструвати уміння взаємодіяти з особами, що мають культурні, гендерно-вікові особливості, з гетерогенними групами на засадах емпатії, толерантності й поваги

ПРН 6. Опанувати відповідним рівнем знання іноземної мови, який забезпечуватиме необхідну для фахівця комунікативну спроможність у сферах академічного, професійного та ситуативного спілкування

ПРН 7. Здійснювати аналітичний пошук відповідної до сформульованої проблеми наукової інформації та оцінювати її за критеріями адекватності

ПРН 8. Вміти організовувати та проводити психологічне дослідження із застосуванням валідних та надійних методів; узагальнювати емпіричні дані та формулювати аргументовані висновки та рекомендації

ПРН 9. Самостійно розробляти програми та алгоритми проведення психологічного тренінгу, конструювати сценарії тренінгового заняття; вивчати потреби та реагувати на актуальні запити учасників групи; розвивати навички просування тренінгів

ПРН 10. Вміти реалізовувати тренінгові програми в різних сферах діяльності людини; організовувати роботу тренінгової групи, оцінювати динаміку групової активності; здійснювати моніторинг ефективності психологічного тренінгу

ПРН 11. Здійснювати просвітницько-профілактичну роботу відповідно до запиту; отримувати

зворотній зв'язок, оцінювати її якість

ПРН 12. Вміти використовувати різноманітні моделі тренінгової взаємодії, організувати ефективне міжособистісне спілкування, здійснювати зворотній зв'язок; демонструвати навички соціально-психологічного впливу на особистість і групу; застосовувати засоби для забезпечення соціально-психологічного благополуччя суб'єктів взаємодії.

ПРН 13. Оцінювати ступінь складності завдань діяльності, вміти оперативно вирішувати виникаючі проблеми та самостійно приймати рішення, розробляти достатню кількість їх альтернативних варіантів, обирати оптимальні рішення та нести відповідальність за їх реалізацію

ПНР 14. Оцінювати ступінь складності завдань діяльності та приймати рішення про звернення за допомогою; демонструвати відповідальне ставлення до професійного самовдосконалення задля визначення власної спеціалізації в тренінговій діяльності; впроваджувати засоби запобігання розвитку особистісних та професійних деформацій

Зміст курсу

Модуль I.

Змістовий модуль 1. Теоретичні та методичні основи професійної рефлексії в тренінгу

Тема 1. Теоретичні основи професійної рефлексії в тренерській діяльності

- 1.1. Зміст поняття «рефлексія». Види рефлексії
- 1.2. Сутність професійної рефлексії
- 1.3 Психологічні чинники професійної рефлексії
 - 1.3.1. Особистість як суб'єкт розвитку професійної рефлексії
 - 1.3.2. Психологічні чинники розвитку професійної рефлексії
- 1.4. Навчальний процес і розвиток професійної рефлексії здобувачів вищої освіти
- 1.5. Професійна рефлексія психолога-тренера як категорія наукового знання
- 1.6. Генеза формування професійної рефлексії у майбутніх психологів-тренерів

Тема 2. Методичні аспекти формування професійної рефлексії в процесі підготовки майбутніх психологів-тренерів

- 2.1. Методи формування професійної рефлексії у майбутніх психологів-тренерів
- 2.2. Характеристика методичної системи роботи з формування професійної рефлексії у майбутніх психологів-тренерів
- 2.3. Методичні рекомендації щодо підвищення результативності процесу формування професійної рефлексії у майбутніх психологів-тренерів

Модуль II.
Змістовий модуль 2. Професійний досвід та тенденції професійного розвитку особистості психолога-тренера

Тема 3. Структура та зміст професійного досвіду

- 3.1. Поняття професійного досвіду
- 3.2. Позитивний та негативний професійний досвід
- 3.3. Ефект негативізму та фонд емоцій
- 3.4. Ефект Пігмаліона або ефект Розенталя
- 3.5. Ефект Рінгельмана
- 3.6. Ефект Дааннінга-Крюгера (ефект профана)
- 3.7. Готорнський ефект
- 3.8. Принцип Парето

Тема 4. Тенденції професійного розвитку особистості в умовах євроінтеграційних процесів

- 4.1. Особливості національної системи кваліфікаційних стандартів в Україні
- 4.2. Вплив євроінтеграційних процесів на самовизначення особистості
- 4.3. Кайдзен-методика у професійному розвитку особистості
- 4.4. Міжнародна освіта на початку XXI століття: теоретичний аспект
- 4.5. Вимоги щодо якості професійної діяльності психолога-тренера в Україні
- 4.6. Вимоги щодо якості професійної діяльності психолога-тренера в ЄС
- 4.7. Вимоги щодо якості професійної діяльності психолога-тренера в США

Модуль III.

Змістовий модуль 3. Сучасні технології професійної рефлексії в тренерській діяльності

Тема 5. Сучасні технології та професійна рефлексія

- 5.1. Застосування сучасних технологій в професійній рефлексії
- 5.2. Використання Google form в тренерській діяльності
- 5.3. Використання Jamboard в тренерській діяльності
- 5.4. Аналіз джерел інформації отриманих результатів

Тема 6. Бар'єри та труднощі на шляху до професійної рефлексії

- 6.1. Структура особистості за Фройдом: Воно, Я, Над-я
- 6.2. Архетипи за Карлом Юнгом: персону – тінь
- 6.3. Особистий простір психолога-тренера
- 6.4. Професійне середовище психолога-тренера
- 6.5. Робоче місце психолога-тренера

Тема 7. Зворотній зв'язок у професійній діяльності психолога-тренера

- 7.1. Модель “Вікно Джохарі”
- 7.2. Конструктивний зворотній зв’язок
- 7.3. Правила Фідбеку
- 7.4. Метод “Сендвічу”
- 7.5. Метод “ненасильницької комунікації” Маршалла Розенберга
- 7.6. Метод “А-Е-І-О-У”
- 7.7. Рефлексивна мішень

Методи навчання: В умовах кредитної технології навчання найбільш ефективними є методи, спрямовані на формування активної позиції здобувачів вищої освіти, активізацію та стимулювання їх навчально-пізнавальної і пошукової діяльності: проблемні й оглядові лекції, міні-лекції, бесіда, презентація, дискусія, диспути, тренінги, ігри (ділові, рольові, симуляційні), метод кейсів, метод портфоліо, моделювання професійної діяльності, ситуаційні дослідження та інші.

Політика курсу (особливості проведення навчальних занять):

Політика щодо дедлайнів та перекладання. Своєчасне виконання практичних завдань та самостійної роботи є обов’язковим. Роботи, які здаються із порушенням термінів без поважних причин, оцінюються на нижчу оцінку. Відпрацювання тем курсу, що були пропущені або не підготовлені, відбувається на консультаціях згідно графіку.

Політика щодо академічної доброчесності. Дотримання норм академічної доброчесності є загальною вимогою для студентів БДПУ згідно з Положенням про академічну доброчесність у БДПУ. Очікується, що роботи студентів будуть їх оригінальними дослідженнями чи міркуваннями. Відсутність посилань на використані джерела, фабрикування джерел, списування, втручання в роботу інших студентів становлять, але не обмежують приклади можливої академічної недоброчесності. Виявлення ознак академічної недоброчесності в письмовій роботі студента є підставою для її незарахування викладачем, незалежно від масштабів плагіату чи обману. При повторних порушеннях, беручи до уваги моральний аспект проблеми, до студента можуть бути застосовані дисциплінарні заходи.

Політика щодо відвідування. Очікується, що всі здобувачі вищої освіти відвідають лекційні та практичні заняття курсу. За об’єктивних причин (хвороба, працевлаштування, міжнародне стажування тощо) навчання може відбуватись в он-лайн формі за погодженням із викладачем. Студенти мають інформувати викладача про неможливість відвідати заняття. У будь-якому випадку студенти зобов’язані дотримуватися термінів, визначених для виконання усіх видів письмових робіт, передбачених курсом.

Технічне й програмне забезпечення/обладнання, наочність: Вивчення курсу передбачає використання ТЗН (мультимедійний проектор, екран, ноутбук тощо), офіційних каналів зв'язку (Viber, Google, Zoom, Skype, електронна пошта тощо) та освітніх платформ (MOODLE та ін.).

Система оцінювання та вимоги:

Оцінювання знань, умінь і навичок здобувачів вищої освіти здійснюється на основі результатів поточного та підсумкового контролю. Підсумкова оцінка є сумою балів, набраних під час поточного та підсумкового контролю і максимально складає 100 балів.

Поточний контроль здійснюється під час практичних занять. При оцінюванні на практичних заняттях враховується активність студентів, відповіді на питання, обговорення дискусійних та додаткових питань, виконання практичних завдань та самостійної роботи.

Підсумковий контроль відбувається у формі екзамену.

Максимальна оцінка навчальних досягнень здобувачів

- 1) Максимальна сума балів поточного контролю (практичні та самостійні роботи) – 50 балів.
- 1) Максимальна сума балів підсумкового контролю (екзамен) – 50 балів.
- 2) Максимальна сума балів за навчальну дисципліну (підсумкове оцінювання) – 100 балів (за національною шкалою та шкалою ЄКТС).

Таблиця 1. Шкала оцінювання поточного та підсумкового контролю (екзамен)

Сума балів за всі види навчальної діяльності	Оцінка за національною шкалою		Оцінка за шкалою ЄКТС
	Для підсумкового семестрового контролю, що включає екзамен, курсову роботу, практику	Для підсумкового семестрового контролю, що включає залік	Для всіх видів підсумкового контролю
46-50	відмінно	зараховано	A (відмінно)
41-45	добре		B (дуже добре)
36-40			C (добре)
31-35	задовільно		D (задовільно)
25-30			E (достатньо)

13-24	незадовільно	не зараховано	FX (незадовільно з можливістю повторного складання)
1-12	незадовільно		F (незадовільно з обов'язковим повторним вивченням дисципліни)

Таблиця 2. Відповідність результатів контролю знань за різними шкалами та критерії оцінювання

Сума балів за всі види навчальної діяльності за 100-бальною шкалою	Шкала оцінювання ЄКТС		Критерії оцінювання	Національна шкала оцінювання	
	Оцінка за шкалою ЄКТС	Значення оцінки за шкалою ЄКТС		Екзамен, курсова робота, практика	Залік
90-100	A	відмінно	Студент виявляє творчі здібності, вміє самостійно здобувати знання, без допомоги викладача знаходить та опрацьовує необхідну інформацію, може використовувати набуті знання і вміння для прийняття рішень у нестандартних ситуаціях, переконливо аргументує свої	відмінно	зараховано

			відповіді.		
78-89	B	дуже добре	Студент вільно володіє вивченим обсягом матеріалу, застосовує його на практиці творчо розв'язує вправи і завдання у стандартних ситуаціях, самостійно виправляє допущені помилки, кількість яких незначна.	добре	
65-77	C	добре	Студент вміє зіставляти, узагальнювати, систематизувати інформацію під керівництвом викладача; в цілому самостійно застосовує її на практиці; вміє контролювати власну діяльність; виправляти помилки, добирати аргументи для підтвердження своїх думок.		
58-64	D	задовільно	Студент відтворює значну частину теоретичного матеріалу, виявляє знання і розуміння основних положень; за допомогою викладача може	задовільно	

			аналізувати навчальний матеріал, виправляти помилки, серед яких є значна кількість суттєвих.		
50-57	E	достатньо	Студент володіє навчальним матеріалом на рівні, вищому за початковий, значну частину його відтворює на репродуктивному рівні.		
35-49	FX	незадовільно з можливістю повторного складання	Студент володіє матеріалом на рівні окремих фрагментів, що становлять незначну частину навчального матеріалу.	незадовільно	не зараховано
1-34	F	незадовільно з обов'язковим повторним вивченням дисципліни	Студент володіє матеріалом на рівні елементарного розпізнання і відтворення окремих фактів, елементів, фрагментів.	незадовільно	

Таблиця 3. Шкала оцінювання: національна та ЄКТС

Сума	Оцінка за національною шкалою	Оцінка за шкалою ЄКТС
------	-------------------------------	-----------------------

балів за всі види навчальної діяльності	Для підсумкового семестрового контролю, що включає екзамен, курсову роботу, практику	Для підсумкового семестрового контролю, що включає залік	Для всіх видів підсумкового контролю
90-100	відмінно	зараховано	A (відмінно)
78-89	добре		B (дуже добре)
65-77			C (добре)
58-64			D (задовільно)
50-57	задовільно		E (достатньо)
35-49	незадовільно	не зараховано	FX (незадовільно з можливістю повторного складання)
1-34	незадовільно		F (незадовільно з обов'язковим повторним вивченням дисципліни)

Список рекомендованих джерел

Основні

1. Долинська Л., Темрук О. Особистісно-професійне зростання : психологічні тренінги : навчально-методичний посібник. Київ : Каравела, 2017. 560 с.
2. Карпенко Є. Основи психотренінгу : навч. посібник. Дрогобич: Дрогобицький державний педагогічний університет імені Івана Франка, 2016. 80 с.
3. 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.
4. Матійків І. М., Ковальчук З. Я. Професійна майстерність психолога: навч.-метод. посібник. Львів : Львівський державний університет внутрішніх справ, 2016. 340 с.
5. Матійків І., Якимів А., Черняк Т. Основи тренерської майстерності : навч.-метод. посіб. Львів : Компанія «Манускрипт», 2012. 392 с.

6. Святенко Ю. О. Тренінг особистісного зростання : навч.-метод. посібник. Київ : Видавничий Дім «Слово», 2017. 112 с.
7. Стельмах Н. В., Іванова Т. М. Загальні основи тренінгової роботи. Миколаїв: МНУ ім. В. О. Сухомлинського, 2019. 300 с.

Допоміжні

1. Афанасьєва Н. Є., Перелигіна Л. А. Теоретико-методологічні основи соціально-психологічного тренінгу : навч. пос. Київ, 2016. 252 с.
2. Балахтар В. В. Соціально-психологічний тренінг і маніпуляція : навч.-метод. посібник. Вижниці : Черемош, 2015. 432 с.
3. Максименко С. Д., Прокоф'єв О. О., Царькова О. В., Кочурова О. В. Практикум із групової психокорекції: підручник. Мелітополь : Видавничо-поліграфічний центр «Люкс», 2015. 414 с.
4. Мілютіна К. Теорія та практика психологічного тренінгу : навч. посіб. Київ : МАУП, 2004. 192 с.
5. Москалець В. Психологія особистості : навч. посібник. Київ : «Центр учбової літератури», 2013.
6. Перепелюк Т. Д., Ільченко І. С. Організація і методика соціально-психологічних тренінгів : навчальний підручник. Умань : видавничо-поліграфічний центр «Візаві», 2014. 255 с.
7. Подоляк Л. Г., Юрченко В. І. Психологія вищої школи : навчальний посібник для магістрантів і аспірантів. Київ : ТОВ «Філ-студія», 2006. 320 с.
8. Тарасова Т. Б. Психологічна просвіта. Київ : Українська книга, 2018. 462 с.
9. Технологія тренінгу / Упоряд. : О. Главник, Г. Бевз / За заг. ред. С. Д. Максименка. Київ : Главник, 2005. 112 с.
10. Федорчук В. М. Тренінг особистісного зростання : навч. пос. Київ : Центр учбової літератури, 2014. 250 с.

Інформаційні ресурси

<http://edu.bdpu.org>

<http://bdpu.org>

<http://www.nbuv.gov.ua/> Національна бібліотека імені В. І. Вернадського

<http://nplu.org/> Національна парламентська бібліотека України