Чернівецький національний університет імені Юрія Федьковича  
Факультет педагогіки, психології та соціальної роботи  
 Кафедра практичної психології

**СИЛАБУС**

**навчальної дисципліни**

**«Тренінг професійного становлення»**

(вибіркова)

**Освітньо-професійні програми: «Практична психологія»**

**Спеціальність** 053 Психологія

**Галузь знань**  05 Соціальні та поведінкові науки

**Рівень вищої освіти**  перший (бакалаврський)

**Факультет** педагогіки, психології та соціальної роботи

**Мова навчання** українська

**Розробник:** асистент кафедри практичної психології Янкова А.Г.

**Профайл викладача**

**Контактний тел.** +380509494499

**E-mail:** a.g.yankova@gmail.com

**Консультації** Консультації: понеділок 14.00-16.00

Індивідуальна робота: четвер 14.30-16.30

**1. Анотація дисципліни.** Курс «Тренінг професійного становлення» є вибірковою дисципліною підготовки за спеціальністю «Психологія», спеціалізацією «Практична психологія» на освітньо-кваліфікаційному рівні «бакалавр». Дисципліна вивчається у восьмому семестрі. Підсумковою формою контролю щодо результатів вивчення матеріалу вказаного курсу є залік.

Дисципліна спрямована на максимально адекватне визначення кожним студентом особливостей власної професійної ідентичності. Набуття професійної ідентичності є важливою частиною професійного становлення психолога. Сформована професійна ідентичність слугує надійною системою координат для реалізації як професійного, так і особистого майбутнього. Оскільки професійна ідентичність виражає концептуальне уявлення людини про своє місце у професійній спільноті, то саме її вивчення веде до підвищення ефективності діяльності майбутніх спеціалістів.

Лекційна складова «Тренінгу професійного становлення», сюжеті і драматургія запропонованих вправ, шерінги спрямовані на максимальне сприяння створенню кожним з учасників (студентів) власного професійного образу та на стимулювання прагнення до професійної ідентичності.

**2. Мета навчальної дисципліни:** підвищення комунікативної компетентності учасників тренінгу (студентів-психологів), засвоєння ними базових технік ефективної комунікації в процесі вирішення типових професійних задач; ознайомлення з алгоритмами надання психологічної допомоги, здійснення ефективної конфронтації, набуття навичок аутопсиходіагностики та аутопсихокорекції, спрямованих на реалізацію професійної ідентичності та профілактику професійного вигорання.

Участь у тренінгу дасть можливість студентам ефективно впроваджувати в професійну практику наукові методики та ефективні вправи, спрямовані на підсилення ефективності консультативного контакту.

**3. Пререквізити.** Курс «Тренінг професійного становлення» передбачає методологічний зв’язок з курсами: «Вступ до спеціальності», «Загальна психологія», «Психологія особистості», «Експериментальна психологія», «Психодіагностика», «Психофізіологія», «Клінічна психологія», «Психосоматика», «Діяльність служби Телефону Довіри», «Мотиваційний тренінг» та «Патопсихологія».

**4**. **Компетентності та результати навчання, формуванню яких сприяє дисципліна.** Згідно з вимогами освітньо-професійної програми студенти повинні оволодіти наступними програмними компетентностями:

**Інтегральна компетентність**. Здатність визначати концептуальні засади і методологічні принципи психологічного консультування; обізнаність із сучасними підходами до практики психологічного консультування; здатність формування морально-етичних норм і відповідальності; усвідомлення професійної ідентичності та становлення професійної компетентності.

**Загальні компетентності (ЗК)**

ЗК 1. Здатність застосовувати теоретичні знання у практичних ситуаціях.

ЗК 2. Здатність генерувати нові ідеї (креативність).

ЗК 3. Уміння виявляти, ставити та вирішувати проблеми.

ЗК 4. Цінування та повага різноманітності та мультикультурності.

ЗК 5. Здатність діяти на основі етичних міркувань (мотивів).

ЗК 6. Здатність професійно реалізовуватись з дотриманням соціальної відповідальності.

ЗК 7. Здатність до здійснення конструктивного впливу в процесі комунікації.

ЗК 8. Здатність спілкуватися іноземною мовою.

**Фахові компетентності спеціальності (ФК)**

ФК 1. Початковий досвід та професійну позицію щодо своєї практичної

діяльності.

ФК 2. Цілісне уявлення про сфери застосування психологічного консультування.

ФК 3. Розуміння походження психологічних проблем.

ФК 4. Діагностика та оцінка розладів психічного здоров’я та психологічних

проблем.

ФК 5. Розробка стратегії вирішення проблеми клієнта.

ФК 6. Безпосередня консультативна робота з поширеними проблемами.

ФК 7. Моніторинг та оцінка ефективності консультативної допомоги.

ФК 8. Розробка й апробація окремих аспектів психотехнологій у сфері

психічного здоров’я.

ФК 9. Дотримання норм професійної етики.

ФК 10. Здатність розробляти та впроваджувати інноваційні методи психологічної допомоги клієнтам у складних життєвих ситуаціях.

ФК 11. Здатність надавати оперативну психологічну допомогу та використовувати методи психологічного захисту людини в умовах надзвичайних ситуацій.

ФК 12. Здатність розробляти та застосовувати превентивні та корекційні програми збереження психологічного здоров’я людини.

ФК 13. Здатність до рефлексії та супервізії власної фахової діяльності.

ФК 14. Здатність активізувати психосоматичні ресурси особистості для її ефективного функціонування в екстремальних і кризових ситуаціях.

ФК 15. Планування й проведення наукових досліджень у сфері психічного

здоров’я.

**Програмні результати навчання (ПРН)**

ПРН 1. Уміння визначати сфери застосування психологічного консультування.

ПРН 2. Здатність забезпечити взаємозв’язок теоретичного та практичного навчального матеріалу.

ПРН 3. Створення цілісного уявлення про зміст, методи і принципи консультативного процесу.

ПРН 4. Здатність орієнтуватись в особливостях надання консультативної допомоги у відповідності з різними теоретичними напрямами і школами.

ПРН 5. Формування початкового досвіду та професійної позиції майбутніх психологів щодо своєї практичної діяльності.

ПРН 6. Здатність до чіткого формування професійних критеріїв оцінки ефективності консудьтативної роботи.

ПРН 7. Розвиток навичок прийняття креативних рішень і сформоване бажання вдосконалення власної фахової компетентності.

ПРН 8. Уміння приймати професійні рішення у відповідності до морально-етичних норм.

ПРН 10. Здійснення аналітичного пошуку відповідно до сформульованої проблеми.

ПРН 11. Здійснення адаптації та модифікації існуючих наукових підходів і методів до конкретних ситуацій професійної діяльності.

ПРН 12. Інтегрування іноземної мови у створення новітніх моделей та алгоритмів, які можуть бути однозначно й аргументовано використані в теоретичній та практичній психології.

ПРН 13. Диференціювання типів екстремальних ситуацій і форм поведінки в них.

ПРН 14. Надання оперативної психологічної допомогу особистості в дистресовому стані.

ПРН 15. Керування людськими ресурсами, робочими процесами та поведінкою фахівців у складних професійних ситуаціях.

ПРН 16. Наданнч кваліфікованої психологічної допомоги особистості у кризовому стані для активізації її ресурсів.

Згідно з вимогами освітньо-професійної програми студенти повинні:

**знати:**

* теоретико-методологічні засади і понятійно-термінологічний апарат дисципліни;

- суть, види і специфічні риси психологічного консультування;

- етичні принципи, умови й чинники ефективного консультування;

- загальну структуру консультативного процесу;

- процедурні й психотехнічні аспекти психологічного консультування;

- методологічні інновації основних психотерапевтичних напрямів і шкіл;

- сучасні новітні тенденції розвитку психологічного консультування й сихотерапії.

**вміти:**

- структурувати процес консультування;

- проводити психологічне інтерв’ю;

- визначити локус скарги і сформулювати запит клієнта;

- аналізувати й ідентифікувати проблему клієнта;

- розробити стратегію вирішення проблеми клієнта;

- застосовувати психотехнічні методи і прийоми відповідно до завдань

кожної стадії консультування;

- описати і проаналізувати консультативний випадок;

- застосовувати психометричні методи в практиці психологічного

консультування;

- оцінити показники ефективності консультативної роботи;

- творчо підходити до вирішення навчальних консультативних ситуацій.

**5. Опис навчальної дисципліни**

**5.1. Загальна інформація**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Форма навчання | Рік підготовки | Семестр | Кількість | | Кількість годин | | | | | | Вид підсум-  кового контролю |
| креди-  тів | годин | лекції | практичні | семінарські | лабораторні | самостійна робота | індивідуальні завдання |
| Денна | 4-й | 8-й | 3 | 90 | - | 30 год. | - | - | 58  год. | 2 | залік |
| Заочна | 4-й | 8-й | 3 | 90 | - | 8 год. | - | - | 82  год. | - | залік/  екзамен |

**5.2. Дидактична карта навчальної дисципліни**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Назви змістових модулів | Кількість годин | | | | | | | | | | | |
| денна форма | | | | | | заочна форма | | | | | |
| усього | у тому числі | | | | | усього | у тому числі | | | | |
| л | пр | лаб | інд | с.р. | л | пр | лаб | інд | с.р. |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 |
| Модуль 1 | | | | | | | | | | | | |
| Змістовий модуль І. «Принципи професійного розвитку і кар’єрного зростання психолога-консультанта» | | | | | | | | | | | | |
| Тема 1. Методологічні основи психології професійного становлення психолога-практика | 11 | - | 4 | - | - | 7 | 11 | - | 1 | - | - | 10 |
| Тема 2. Структура професійної самосвідомості | 11 | - | 4 | - | - | 7 | 11 | - | 1 | - | - | 10 |
| Тема 3. Механізми становлення професійної самосвідомості | 13 | - | 4 | - | 1 | 8 | 12 | - | 1 | - | - | 11 |
| Тема 4. Етапи професійного становлення | 9 | - | 2 | - | - | 7 | 11 | - | 1 | - | - | 10 |
| Разом за ЗМ 1 | 44 | - | 14 | - | 1 | 29 | 45 | - | 4 | - | - | 41 |
| Модуль 2 | | | | | | | | | | | | |
| Змістовий модуль 2. «Проблема адекватного формування професійної ідентичності» | | | | | | | | | | | | |
| Тема 1. Професійне становлення і кар’єрне зростання | 11 | - | 4 | - | - | 7 | 11 | - | 1 | - | - | 10 |
| Тема 2. Професійна ідентичність | 11 | - | 4 | - | - | 7 | 11 | - | 1 | - | - | 10 |
| Тема 3. Я-концепція психолога | 13 | - | 4 | - | 1 | 8 | 12 | - | 1 | - | - | 11 |
| Тема 4. Успішність як спосіб професійного існування | 11 | - | 4 | - | - | 7 | 11 | - | 1 | - | - | 10 |
| Разом за ЗМ 2 | 46 | - | 16 | - | 1 | 29 | 45 | - | 4 | - | - | 41 |
| Усього годин | 90 | - | 30 | - | 2 | 58 | 90 | - | 8 | - | - | 82 |

**5.3. Зміст завдань для самостійної роботи**

|  |  |
| --- | --- |
| № | Назва теми |
| 1 | Теорія і практика вікової психокорекції |
| 2 | Герменевтика психологічної практики |
| 3 | Особливості супервізії в консультуванні та психотерапії |
| 4 | Основні напрями гуманістичної психотерапії |
| 5 | Концептуальні засади і методика глибинної психокорекції |
| 6 | Аксіпсихологія людської деструктивності |
| 7 | Особливості роботи з немотивованими клієнтами. |
| 8 | Різновиди Т-груп та особливості роботи психолога в них |

**Тематика індивідуальних завдань**

|  |  |
| --- | --- |
| № | Назва теми |
| 1 | Підбір аудіо та відео презентацій до теми «Оцінка достовірності професійного вибору. Виявлення граничних смислів» |
| 2 | Підбір аудіо та відео презентацій до теми «Інтроективні уявлення про сутність професійної діяльності психологів-консультантів» |

**6. Система контролю та оцінювання**

**Розподіл балів, які отримують студенти**

(залік)

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Поточне оцінювання | | | | | | | | | Кількість балів (залікова робота) | | Сумарна  к-ть балів | |
| Змістовий модуль 1 | | | | | Змістовий  модуль 2 | | | |
| Т1 | Т2 | Т3 | Т4 | Т5 | | Т6 | Т7 | Т8 | 40 | 100 | |
| 7 | 8 | 8 | 7 | 7 | | 8 | 8 | 7 |

**Засоби оцінювання**

- стандартизовані тести

- індивідуальні проекти

- командні проекти

- дослідницько-творчі проекти

- аналітичні заключення (аналіз результатів психодіагностики; аналіз анамнезу хвороби).

**Критерії оцінювання**

*5-4 бали –* виражена зацікавленість щодо пошуку креативних рішень запропонованих у вправах проблемних ситуацій; високий рівень відвертості, глибини аналізу, теоретичної (в т.ч. термінологічної) обізнаності у відповідях на запитання. Коректність по відношенню до учасників тренінгу; виражене прагнення до професійного самовдосконалення та ідентичності. Абсолютне дотримання правил групової взаємодії.

*3-2 бали –* недостатня активність і зацікавленість у пошуку активних рішень проблемних ситуацій, пов’язаних із виконанням вправ тренінгу; пасивність, схильність до поверхневості у відповідях на запитання; недостатня теоретична (в т.ч. термінологічної) обізнаності у відповідях на запитання. Низька толератність по відношенню до учасників тренінгу. Мінімізоване прагнення до професійного самовдосконалення. Порушення деяких правил групової взаємодії.

*1-0 балів –* відсутність зацікавленості щодо участі та обговорення (обігрування) психоконсультативних та аутопсиходіагностичних ситуацій, запропонованих у вправах тренінгу; низький рівень теоретичної обізнаності. Недостатньо толерантне ставлення до учасників тренінгу; недотримання правил групової взаємодії.

Форми поточного та підсумкового контролю

**Поточний контроль:**

1. Усне опитування – контроль знань з теоретичних питань, викладених у лекційному матеріалі та вивчених при самостійному засвоєнні, шляхом опитування студентів у ході проведення занять.
2. Письмові контрольні роботи – періодичний контроль знань, шляхом написання студентів контрольних робіт з питань матеріалу.
3. Тестування та вирішення проблемних задач – контроль знань студентів шляхом перевірки засвоєння ними знань у застосуванні їх при відповіді на тестові питання і розв’язанні проблемних задач.

**Модуль-контроль:** перевірка знань, шляхом написання контрольної роботи, що включає ряд теоретичних питань, тестових та творчих завдань з обсягу опрацьованого вході проведення тренінгових та практичних занять заняттях матеріалу та засвоєного студентами у звітний модульний період.

**Залік:** перевірка та оцінювання теоретичних знань та практичних навиків студентів з курсу «Тренінг професійного становлення» у цілому.

**Запитання до заліку**

1. Методологічні основи психології професійного становлення психолога-практика
2. Структура професійної самосвідомості
3. Механізми становлення професійної самосвідомості
4. Етапи професійного становлення
5. Професійне становлення і кар’єрне зростання
6. Професійна ідентичність
7. Я-концепція психолога
8. Успішність як спосіб професійного існування
9. Загальне уявлення про психологічне консультування
10. Техніки прояву доброзичливого і безоціночного ставлення до клієнта
11. Техніки орієнтації на норми і цінності клієнта
12. Принципи розмежування особистих і професійних стосунків\Методи досягнення включеності клієнта у процес консультування
13. Засоби впливу консультанта
14. Способи об’єктивного визначення власної позиції консультанта по відношенню до клієнта
15. Принципи організації консультативної бесіди
16. Вплив особистих упереджень консультанта на формулювання гіпотези у психологічному консультуванні
17. Обмеження мови консультанта в діалозі
18. Методики здійснення наближення мови консультанта до мови клієнта
19. Особливості здійснення аутопсиходіагностики емоційних переживань
20. Засоби індивідуалізації використання парадоксальних питань
21. Особливості реалізації вербального та невербального контакту з клієнтом під час бесіди
22. Акції довіри та їх роль у консультативному процесі
23. Установки, що ускладнюють процес консультативної комунікації
24. Емоційні переживання, що ускладнюють процес спілкування психолога і клієнта
25. Застосування техніки конструктивних переговорів у сімейному консультуванні
26. Консультативні техніки здійснення корекції ригідних уявлень і принципів клієнт
27. Особливості взаємодії психолога-консультанта з іншими спеціалістами
28. Особливості взаємодії психолога-консультанта з іншими спеціалістами
29. Методи оцінювання результативності консультативного процесу
30. Напрями підвищення професійної кваліфікації психолога-консультанта
31. Аналіз причин недостатньої результативності психологічного консультування
32. Основні техніки, що застосовуються при інтерпретації сповіді клієнта
33. Аналіз типових технічних помилок, яких припускаються у процесі консультування та способи їх усунення
34. Основні умови результативності психологічного консультування
35. Емоційне психологічне вигорання психолога-консультанта та шляхи виходу.

Особистісні якості та система цінностей ефективного консультанта (за Р. Кочюнасом)

**Шкала оцінювання: національна та ЄКТС**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Оцінка за національною шкалою** | **Оцінка за шкалою ECTS** | |
| **Оцінка (бали)** | **Пояснення за**  **розширеною шкалою** |
| **Відмінно** | **A (90-100)** | **відмінно** |
| **Добре** | **B (80-89)** | **дуже добре** |
| **C (70-79)** | **добре** |
| **Задовільно** | **D (60-69)** | **задовільно** |
| **E (50-59)** | **достатньо** |
| **Незадовільно** | **FX (35-49)** | **(незадовільно)**  **з можливістю повторного складання** |
| **F (1-34)** | **(незадовільно)**  **з обов'язковим повторним курсом** |

**7. Рекомендована література**

**7.1. Базова (основна) література до курсу**

1. Роджерс К. Консультирование и психотерапия М. : ЭКСМО-Пресс, 2000

2. Моховиков А.Н Телефонное консультирование. – М.: Смысл, 2001. 271с.

3. Романова Е.С. Работа психолога в телефоне доверия. Методическое пособие. Москва.: МГПУ, 2001. 69с.

4. Каліна Н.Ф. Психотерапія К. : Академвидав, 2010. – 288 с.

5. Лопес Е.Г., Рудей О.А. Основы психотерапии. https://e.lanbook.com/book/5392#authors

6. Кузікова С.Б. Теорія і практика вікової психокорекції Суми : ВТД «Університетська книга», 2008. – 384 с.

7. Осипова А.А. Общая психокоррекция М.: ТЦ Сфера, 2004

8. Эллис А. Гуманистическая психотерапия: Рационально-эмоциональный подход СПб.: Сова, 2002

9. Основы психокоррекции: учебное пособие для студентов вузов / Филатов Ф.Р. - Ростов-на-Дону: Издательство ЮФУ, 2011. - 198 с. ISBN 978-5-9275-0880-8 http://znanium.com/bookread2.php?book=550963

**7.2. Допоміжна**

1. Методологические основы психологии: Учебное пособие к практическим и семинарским занятиям для студентов психологических факультетов / Т.И.Чиркова - М.: Вузовский учебник: НИЦ ИНФРА-М, 2013. - 416 с.: 60x90 1/16. (п) ISBN 978-5-9558-0276-3, 500 экз.

2. Миколайський М.В. Клінічна психодіагностика : практикум : навч. посіб. / М.В. Миколайський, М.М. Марусинець. – Івано-Франківськ : Вид-во «Плай» ЦІТ

Прикарпатського нац. ун-у ім. В. Стефаника, 2009. – 279.

3. Калина Н.Ф. Основы психотерапии / Н.Ф. Калина. – М. : Рефлбук; К.: Ваклер, 1997.

4. Немов Р.С. Психологическое консультирование: учеб. для студ. педвузов / Р.С.Немов. – М.: ВЛАДОС, 2000. – С. 14 – 25.

5. Общая психокоррекция: Учебное пособие / Б.Р. Мандель. - М.: Вузовский учебник: НИЦ ИНФРА-М, 2013. - 349 с.: 60x90 1/16. (переплет) ISBN 978-5-16-006387-4, 700 экз.

6. Айви А.Е., Айви М.Б., Саймэн-Даунинг Л. Психологическое консультирование и психотерапия. Методы, теории и техники: практическое руководство / А.Е.Айви, М.Б.Айви, Л.Саймэн-Даунинг . – М.:, 1999. – С.9 – 33.

7. Майстерство психологического консультирования / Под ред. А.А. Бадхена, А.М. Родиной. – СПб. : Речь, 2006. – С.66-72, 178-184. Класичний психоаналіз З. Фройда

8. Погодин, И. А. Психотерапия, фокусированная на диалоге [Электронный ресурс] : учеб. пособие / И. А. Погодин. - М. : Флинта : НОУ ВПО 'МПСИ', 2010. - 279 с. - ISBN 978-5-9765-0885-9 (Флинта), ISBN 978-5-9770-0534-0 (НОУ ВПО 'МПСИ')

9. Улыбина Е. Страх и смерть желания / Елена Улыбина. – М. : Модерн – А ; СПб. : Академия исследования Культуры, 2003. – 320 с.

10. Фройд З. Вступ до психоаналізу / Зігмунд Фройд ; [пер. з нім. П. Таращук]. – К. : Основи, 1998. – 709 с.

11. Фрейд З. Введение в психоанализ : Лекции / З. Фрейд ; авторы очерка о Фрейде Ф.В. Бассин и М.Г. Ярошевский. – М. : Наука, 1989. – 456 с. – (Серия «Классика науки»).

12. Фрейд З. Толкование сновидений / З. Фрейд ; [пер. с нем.]. – М. : Єксмо; СПб.:

Мидгард, 2005. – 1088 с.

13. Теоретические основы социально-психологической безопасности: монография / Эксакусто Т.В. - Ростов-на-Дону: Издательство ЮФУ, 2010. - 344 с. ISBN 978-5-9275-0798-6.

16. Биркхойзер-Оэри Сиббил. Мать : Архетипический образ в волшебных сказках / Сибилл Биркхойзер-Оэри ; [пер. с англ.]. – М. : Когито-Центр, 2006. – 255 с. (Юнгианская психология).

17

21. Адлер А. Очерки по индивидуальной психологии / А.Адлер. – М : Когнито-Центр, 2002. – 220 с.

22. Физиологические основы психической деятельности: Учебное пособие / Р.И. Айзман, С.Г. Кривощеков. - М.: НИЦ ИНФРА-М, 2013. - 192 с.: ил.; 60x90 1/16. - (Высшее образование: Бакалавриат). (п) ISBN 978-5-16-006165-8, 500 экз.

**8. Інформаційні ресурси**

1. Основні сучасні напрямки психотерапії

[http://therapeutic.ru/psychotherapy\_articles/pages/id\_235](http://therapeutic.ru/psychotherapy_articles/pages/id_235 2)

[2](http://therapeutic.ru/psychotherapy_articles/pages/id_235 2). Основные психотерапевтические модели и подходы.

http://xreferat.com/77/924-1-osnovnye-psihoterapevticheskie-modeli-i-podhody.html 3. Основні техніки системної сімейної психотерапії

<http://bib.social/psihiatriya-psihologiya_915/osnovnyie-tehniki-sistemnoy-semeynoy-92759.html>

4. Основи психотерапії. Книги

<http://www.koob.ru/psychotherapy/>

5. Основи психотерапії. Практико-орієнтований посібник

<http://www.rsvpu.ru/filedirectory/3468/lopes_psihoterapia.pdf>

6. Психотерапія. Основи психотерапії. Лекції.

http://www.studfiles.ru/preview/1864384/ Психотерапия. Учебное пособие. - http://u4isna5.ru/pedagogika/15-pedpraktipopsihologii/743-psikhoterapiya