

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
НАЦІОНАЛЬНИЙ АВІАЦІЙНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
НАВЧАЛЬНО-НАУКОВИЙ ГУМАНІТАРНИЙ ІНСТИТУТ
КАФЕДРА АВІАЦІЙНОЇ ПСИХОЛОГІЇ**

**МЕТОДИЧНІ РЕКОМЕНДАЦІЇ
З САМОСТІЙНОЇ РОБОТИ СТУДЕНТІВ
З ОПАНУВАННЯ НАВЧАЛЬНОГО МАТЕРІАЛУ**

з дисципліни «Психологічні технології бізнес-тренінгу» за спеціальністю
053 «Психологія»

Укладач:

доцент кафедри авіаційної психології С. Подофей

Методичні рекомендації розглянуті та схвалені на
засіданні кафедри авіаційної психології

Протокол № ____ від «__» _____ 2019 р.

Завідувач кафедри

Л.В. Помиткіна

Тема роботи : Принципи організації бізнес тренінгу

План

1. Принцип активності та акцентування (глибока рефлексія)
2. Принцип персоніфікації висловлювань.
3. Принцип довірливого спілкування

• **Питання 1**

- **Для роботи треба визначити, що принцип активності** ґрунтується на визначеній закономірності про засвоєння людиною 10% інформації, що сприймається на слух, 50% інформації, сприйнятої зором, і 90% інформації, яка отримується під час самостійної діяльності.
- **Визначити в чому закладається активна позиція**
- **Активна позиція учасників тренінгу.** Активність - норма поведінки у тренінгу. Йдеться про реальне включення в інтенсивну групову взаємодію кожного члена групи. Використання цього принципу дозволяє здійснювати розвиток компетентності в спілкуванні в СПТ не шляхом безпосереднього впливу психолога на учасників, а створенням умов для самовдосконалення засобів організації комунікативної взаємодії.
- **Розглянути на прикладі моделі тренінгу О.В. Сидоренко побудована на таких принципах:**
 - - принцип виклику або задачі, яка закликає;
 - - принцип позитивного зворотного зв'язку; принцип вагомості або "сухого залишку"; принцип ефективності методів і вправ.
 - Вона відводить неординарну роль критеріям моделі партнерських стосунків:
 - ♣ принципу партнерства, який проявляється в тому, що тренер виходить із передумови рівного права кожного учасника висловлювати свою думку, виявляти свої почуття, виражати протест, вносити пропозиції тощо, і тому уважно та доброзичливо приймає все;

- - розгляду тренінгу як спільної творчості, цінності внеску кожного і відмічає значущість цього внеску;
- - виконує свої обов'язки і свої обіцянки;
- - дотримується правил, які сам виголосив і послідовно вимагає цього від кожного учасника;
- - не уникає відповіді на незручні для нього питання, надає допомогу, коли його про це просять, і не відмовляється демонструвати запропоновані ним "техніки".
- Власний досвід підтверджує те, що у групі з непарним числом учасників керівнику в парних заняттях доводиться брати безпосередню участь, замінюючи відсутнього учасника тренінгу.
- Переваги тренінгу в тому, щоб перетворити групу в своєрідне дзеркало, або точніше, систему дзеркал в процесі своїх конкретних проявів в житті певної групи".
- Тому цілком природним є принцип обмеження обговорення подій лише в рамках тренінгу ("тут і тепер") і персоніфікація висловлювань.
- Для учасників тренінгових груп нерідко характерною є тенденція до відхилення від основної теми, схильність до загальних розмов, міркувань, далеких від змісту тренінгу. Цей принцип орієнтує учасників тренінгу на те, щоб предметом їх аналізу постійно були процеси, які відбуваються в групі у конкретний момент.
- **Визначити в чому визначається принцип принцип акцентування** сприяє глибокій рефлексії учасників, вчить учасників зосереджувати увагу на собі, своїх думках, почуттях, розвиває навички самоаналізу.
- **Питання 2**
- **Визначити принцип персоніфікації висловлювань.** Його суть полягає в тому, що учасники тренінгу повинні бути зосереджені на процесах самопізнання, на самоаналізі й рефлексії. Навіть оцінка поведінки повинна здійснюватися через висловлення власних почуттів і переживань. Відмова від безособових мовленнєвих форм допомагає людям у повсякденному спілкуванні приховувати власну позицію й уникати відповідальності. Забороняється використовувати висловлювання на зразок: "Більшість моїх друзів вважає .", "Ми думаємо, "У нас думка інша ." тощо, якими перекладається відповідальність за почуття і думки конкретної людини на аморфне "ми", і цим самим роблять її знеособленою. Усі висловлювання повинні будуватися з використанням особових

займенників однини: " Я думаю .", "Я переконаний .", "Я відчуваю .", "Мені приємно ." і т. д. Використання вказаного принципу допомагає розв'язати одне із завдань тренінгу - навчитися брати відповідальність на себе і приймати себе таким, яким є. "Особиста власність" на авторство повідомлення передбачає відповідальність особи за висловлені в повідомленні думки та почуття.

- Успіх СПТ також залежить від реалізації принципу "щирості й відкритості". Найголовніше тут - не обманювати, бути щирим, відвертим, Конгруентним. С. Джурад підкреслював, що розкриття свого "Я" іншому є >значок< сильною й здоровою особистості. Саморозкриття спрямоване на іншу людину, але дозволяє стати самим собою і зустрітися із собою справжнім. Щирість і відкритість сприяє одержанню й наданню іншим чесного зворотного зв'язку, тобто тієї інформації, яка є важливою для кожного учасника і запускає механізми розвитку самосвідомості та механізми взаємодії у групі.
- **Питання 3 Розкрити значення принципу довірливого спілкування** - один із фундаментальних елементів тренінгу. Розвиток довірливого клімату - складний процес. Найпростіший перший крок до практичного створення клімату довіри: ведучий пропонує прийняти єдину форму звертання на "ти", яка психологічно зрівнює усіх членів групи і вносить у стосунки деякий елемент інтимності й довірливості між членами групи та керівником. Кожний реалізує той рівень відкритості, до якого він готовий, залежно від своїх особливостей і загального рівня довірливості в групі.
-
-
- **Література**
-
- 1. . Бакли Р., Кэйпл Дж. Теорія и практика тренінга. — СПб.: Питер, 2002. — 352 с.
- .2. Гирнык А.Н., Туринина Е.Л. Програма изучения дисципліни «Теория и практика психологического тренинга». — К.: МАУП, 2000. — 12 с.
- .3. Коробейнікова Л.Г. Програма навчальної дисципліни «Тренінг спілкування». — К.: КиМУ, 2003. — 8 с.
- .4. Лефтеров В.А. Тренінг «Комунікация-Стресс-Безопасность» («Тренінг К-С-Б»): Учебно-методическое пособие (в помощь практическому психологу ОВД). — Донецк: Типография ДИВД, 2001. — 32 с.
- .5. Рева О.М. Програма навчальної дисципліни «Тренінг особистісного зростання». — К.: КиМУ, 2003.