

Эта часть работы выложена в ознакомительных целях. Если вы хотите получить работу полностью, то приобретите ее воспользовавшись формой заказа на странице с готовой работой:

<https://studservis.ru/gotovye-raboty/referat/357681>

Тип работы: Реферат

Предмет: Психология

Введение.....	3
1. Сущность психологического тренинга.....	5
2. Задачи, принципы психологического тренинга.....	10
3. Области применения психологического тренинга.....	14
4. Виды психологических тренингов.....	19
5. Примеры упражнений и игр используемых в тренингах.....	25
Заключение.....	34
Список литературы.....	35
Введение.....	3
1. Сущность психологического тренинга.....	5
2. Задачи, принципы психологического тренинга.....	10
3. Области применения психологического тренинга.....	14
4. Виды психологических тренингов.....	19
5. Примеры упражнений и игр используемых в тренингах.....	25
Заключение.....	34
Список литературы.....	35

атмосфера раскованности и свободы в общении. Общение в условиях тренинга более интенсивное, эмоциональное, открытое и искреннее, чем при обычных межличностных контактах. На первых этапах работы с группой основная задача ведущего - создать соответствующую атмосферу, смоделировать психологически безопасные условия для такого общения. В дальнейшем при правильном проведении тренинга открытость и искренность становятся общепринятой нормой взаимодействия в группе.

6. иметь более или менее постоянную группу. Отсутствие на собраниях не приветствуется, и запрещено обсуждать события вне группы, так как это приводит к потере эмоциональной энергии, которая должна накапливаться во время работы. Иногда также организуются так называемые открытые группы, состав которых может меняться на каждом уроке, но такая работа связана с рядом методических трудностей и встречается относительно редко.

7. цель психологической помощи членам группы. Результат тренинга не сводится к формированию у участников системы знаний и навыков; большое значение имеет субъективное улучшение психического состояния и получение импульса к дальнейшему личностному развитию. Следовательно, помимо объективных критериев эффективности тренингов учитываются и субъективные.

Общение в условиях психологического тренинга основано на следующих принципах:

"Здесь и сейчас" - разговор о том, что происходит в группе в каждый конкретный момент; исключение общих и абстрактных рассуждений.

Персонификация высказываний-отказ от безличных суждений, таких как "обычно считается», «некоторые здесь верят» и т. д., путем замены их целенаправленными словами.

Акцентируйте язык чувств-избегайте оценочных суждений, заменяйте их описанием собственных эмоциональных состояний (не «ты меня обидел», а «мне стало обидно, когда ты...»)

Активность-включенность в интенсивное межличностное взаимодействие каждого из членов группы, поисковая позиция участников.

Доверительное общение - это искренность, открытое выражение эмоций и чувств.

Конфиденциальность-рекомендация не выносить содержание общения, развивающегося в процессе обучения, за пределы группы.

Возможность структурировать общение в соответствии с этими принципами дается правилами тренинга, которые обычно обсуждаются в группе и принимаются на первом уроке (более подробно см. Часть 2 этой книги).

В подавляющем большинстве случаев психологический тренинг проводится в групповой форме, что дает ряд дополнительных преимуществ, отмеченных многими авторами. В частности, отмечаются преимущества

групповой формы работы:

Группа отражает общество в миниатюре и, следовательно, может служить «испытательным полигоном» для развития самых разных социальных навыков.

Человек может осваивать новые навыки в группе, экспериментировать с разными стилями отношений между равноправными партнерами.

Группа позволяет получить обратную связь и поддержку от людей с похожими проблемами, участники могут идентифицировать себя с другими.

Групповой опыт противодействует отчуждению, что помогает установить более тесные отношения с другими людьми и решить межличностные проблемы.

Группа способствует процессам самопознания, самоисследования и самопознания участников.

Взаимодействие в группе создает напряжение, которое может перерасти в конструктивную работу по выявлению и решению психологических проблем участников.

Групповая психологическая работа позволяет привлечь сразу много клиентов и, следовательно, более доступна участникам, чем индивидуальная.

Групповой психологический тренинг - это совокупность активных методов практической психологии, используемых для формирования навыков самопознания и личностного развития. При этом автор отмечает, что методы тренинга могут быть использованы как в рамках клинической психотерапии при лечении неврозов, алкоголизма и ряда соматических заболеваний, так и при работе с психически здоровыми людьми, имеющими психологические проблемы чтобы помочь им в

Психологический тренинг - это не форма групповой работы, это особая форма групповой работы со своими возможностями, ограничениями, правилами и проблемами. По своей сути тренинг - это форма обучения, овладения новыми навыками, открытия других психологических возможностей.

Особенность этой формы обучения заключается в том, что обучающийся занимает в ней активную позицию, а усвоение навыков происходит в процессе проживания, личного переживания поведения, чувств, поступков.

Битянова М. Р. разделяет две концепции: психологическая подготовка и учебные курсы, проводимые в рамках образовательной деятельности.

Учебные курсы в рамках учебной деятельности — в школе, колледже, университете представляют собой важное изменение методологии и процедур обучения, позволяющее использовать обучение

а) для всей учебной группы;

б) обязательный

в) в режиме коротких встреч один раз в неделю

1. Авидон, Ирина Тренинги ведения переговоров. Материалы для подготовки и проведения / Ирина Авидон , Ольга Гончукова. - Москва: СИНТЕГ, 2019. - 192 с.
2. Азарнова, Анна Метод ролевой игры в тренинге / Анна Азарнова. - М.: Речь, 2021. - 352 с.
3. Бобби, Депортер Мега-мозг / Депортер Бобби. - М.: Попурри, 2020. - 693 с.
4. Бузан, Т. Скоростная память / Т. Бузан. - М.: Учитель, 2021. - 339 с.
5. Вагин, И. О. Управление стрессом / И.О. Вагин. - М.: Студия АРДИС, 2019. - 376 с.
6. Вильям, В. Аткинсон Сила мысли в деловой и повседневной жизни / Вильям В. Аткинсон. - М.: Книга, 2022. - 100 с.
7. Витфилд, Ричард Холлик М. Управление эмоциями. Исцеление от эмоциональных травм. Как укротить эмоции (комплект из 3 книг) / Витфилд Ричард , Холлик М., К. Коннели, Руслан Жуковец. - М.: ИГ "Весь", 2020. - 992 с.
8. Дедушка, А. Психологическая баня. Опыт проведения тренинга личностного роста с учениками и учителями одной школы / А. Дедушка. - Москва: РГГУ, 2019. - 344 с.
9. Зверева, Надежда Тренинг социальной адаптации для людей с ограниченными возможностями / Надежда Зверева. - М.: Речь, 2019. - 176 с.
10. Кейси, Карен Освободи свой разум от стереотипов за 12 недель. Взаимозависимость и сила отстраненности. У нас уже есть все, что нам нужно (комплект из 3 книг) / Карен Кейси. - М.: ИГ "Весь", 2019. - 526 с.
11. КлеGG, Брайан Идея на 1000000 евро. Так рождаются креативные идеи. Интенсив-тренинг по развитию суперспособностей / Брайан КлеGG , Пол Бэч. - М.: АСТ, Астрель, Кладезь, 2019. - 192 с.
12. Ключников, Сергей Юрьевич Шестое чувство. Уроки пробуждения и методы развития интуиции / Ключников Сергей Юрьевич. - М.: Беловодье, 2017. - 952 с.

13. Константин, Лысенко Полное руководство по самокопанию. Книга-консультант / Лысенко Константин. - М.: Феникс, 2022. - 265 с.

Эта часть работы выложена в ознакомительных целях. Если вы хотите получить работу полностью, то приобретите ее воспользовавшись формой заказа на странице с готовой работой:

<https://studservis.ru/gotovye-raboty/referat/357681>