

ТРЕНІНГ ОСОБИСТІСНОГО ЗРОСТАННЯ

курс за вибором

перший (бакалаврський) рівень вищої освіти



ВИКЛАДАЧ

КУЧЕРОВСЬКА НАТАЛІЯ ОЛЕКСАНДРІВНА
канд. психол. наук, доцент кафедри психології і туризму, психолог-консультант
nataliia.kucherovska@knu.edu.ua

ЗАГАЛЬНА ТРИВАЛІСТЬ КУРСУ:

3 кредити ЄКТС/90 годин
аудиторні – 30 годин
самостійна робота – 60 годин

МОВА ВИКЛАДАННЯ

українська

ПОПЕРЕДНІ УМОВИ ДЛЯ ВИВЧЕННЯ ДИСЦИПЛІНИ:

курс пропонується здобувачам спеціальності
053 Психологія

ФОРМА ПІДСУМКОВОГО КОНТРОЛЮ:

залік

ПРО КУРС

Професія психолога ставить перед фахівцем високі вимоги щодо його особистісних якостей, навичок саморегуляції та уміння витримувати ситуації невизначеності.

В рамках курсу, яких проходить у форматі психологічного тренінгу, студенти мають можливість отримати практичний досвід застосування навичок особистісної роботи.

ЗМІСТ КУРСУ

Практична частина курсу передбачає тренування навичок:

- *розпізнавання та коригування неадаптивних соціальних установок;*
- *розвитку соціальної й особистісної компетентності;*
- *рефлексія власних стратегій поведінки у конфліктних ситуаціях;*
- *саморегуляції в емоційно-напружених ситуаціях тощо*