

# Психолого-педагогический тренинг



Автор: Никишева Е.В., слушатель курсов профессиональной переподготовки по программе «Педагогика и психология»

# Что такое тренинг



- Понятие «тренинг» означает действия: тренировать, обучать, формировать, развивать. Значит, он предполагает определенную совокупность упражнений, объединенных в систему, сгруппированных в комплекс занятий и результатом его является обретенный новый опыт, новые знания, сформированные умения, качества.



## **Основная цель психолого-педагогического тренинга – развитие личности.**

Наряду с этой основной целью выделяется ряд сопутствующих ей целей:

- повышение социально-психологической компетентности участников;
- развитие у них способности эффективно взаимодействовать с окружающими;
- формирование активной социальной позиции участников;
- развитие у них способности производить значимые позитивные изменения в своей жизни и жизни окружающих людей.

# Задачи

## психолого-педагогического тренинга

- Развитие способности адекватного и наиболее полного познания себя и других людей.
- Диагностика и коррекция личностных качеств и умений, снятие барьеров, мешающих реальным и продуктивным действиям.
- Изучение индивидуализированных приемов межличностного взаимодействия для повышения его эффективности.
- Приобретение коммуникативных умений и навыков.
- Овладение тактиками и стратегиями конструктивного поведения в конфликтах.
- Коррекция, формирование и развитие установок, необходимых для успешного взаимодействия с людьми в разных сферах жизнедеятельности.
- Мотивация к личностной динамике и вооружение участников инструментарием реализации задач, связанных с личностным ростом.
- Формирование профессионально значимых качеств и умений.
- Развитие эмпатии, сензитивности, рефлексии, толерантности.



Проведение психолого-педагогических тренингов в различных учебных заведениях способствует формированию профессиональных и жизненных умений:

- умение решать проблемы;
- умение принимать решения;
- общение;
- самоуправление;
- самопонимание;
- самоподдержка;
- эмоциональный самоконтроль;
- поддержание здоровья; развитие настойчивости, уверенности в себе; критичность мышления.