

## ОГЛАВЛЕНИЕ

ВВЕДЕНИЕ.....	3
ГЛАВА 1. ПОНЯТИЕ И СУЩНОСТЬ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ТРЕНИНГА.....	4
1.1. Социально-психологический тренинг: понятие и историография.....	4
1.2. Сущностные признаки социально-психологических тренингов.....	6
1.3. Классификация социально-психологических тренингов.....	7
1.4. Положительное влияние социально-психологических тренингов.....	11
1.5. Использование различных видов тренинга. Характеристика тренинговых методов обучения.....	12
ГЛАВА 2. ПРИНЦИПЫ И ОРГАНИЗАЦИЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ТРЕНИНГА.....	18
2.1. Основные принципы психологического тренинга.....	18
2.2. Основные методы психологического тренинга.....	20
2.3. Организация и проведение тренинга профессионального и личностного развития (на примере психологического тренинга развития ведущих профессионально важных качеств руководителей).....	21
ГЛАВА 3. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ ПРЕПОДАВАТЕЛЕЙ И СТУДЕНТОВ.....	46
3.1. Методические указания по организации семинара и дискуссии.....	46
3.2. Темы и вопросы для обсуждения на семинарских занятиях по дисциплине «Тренинг профессионального и личностного развития».....	46
3.3. Методические рекомендации по написанию реферата.....	48
3.4. Примерные темы рефератов по дисциплине «Тренинг профессионального и личностного развития».....	54
БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК.....	56
ПРИЛОЖЕНИЯ.....	57
Приложение 1.....	57
Приложение 2.....	69

**Дарья Дмитриевна Григорьева  
Светлана Игоревна Филиппченкова  
Ольга Викторовна Захарова**

**ТРЕНИНГ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО  
И ЛИЧНОСТНОГО РАЗВИТИЯ**

*Учебное пособие*

Редактор С.В. Борисов

Корректор П.Д. Плотникова

---

Подписано в печать 28.12.2022

Формат 60×84/16

Бумага

писчая

Физ. печ. л. 5

Усл. печ. л. 4,65

Уч.-изд. л.

4,35

Тираж 50 экз.

Заказ № 1

С – 1

---

Редакционно-издательский центр

Тверского государственного технического университета

170026, г. Тверь, наб. А. Никитина, 22