

Документ подписан простой электронной подписью

Информация о владельце:

ФИО: Палиева Надежда Андреевна

Должность: и.о. декана психолого-педагогического факультета

Дата подписания: 16.06.2026 17:54:14

Уникальный программный ключ:

c45abce04df3131d28edca0bf10941b11398d6f1

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего образования

«СЕВЕРО-КАВКАЗСКИЙ ФЕДЕРАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

УТВЕРЖДАЮ

Декан психолого-педагогического факультета

д.п.н., доцент Палиева Н.А.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ
Теория и практика психологического тренинга

Специальность	37.05.01 Клиническая психология
Специализация	Патопсихологическая диагностика и психотерапия
Форма обучения	очная
Год начала обучения	2026
Реализуется в 7,8 семестрах	

Разработано

ассистентом кафедры общей
психологии и психологии личности
Левшиным А.А.

Ставрополь 2026 г.

1. Цель и задачи освоения дисциплины (модуля)

Целью освоения дисциплины «Теория и практика психологического тренинга» является формирование у студентов комплексных теоретических знаний и практических навыков в области проектирования, проведения и оценки психологических тренингов как эффективного инструмента коррекции психических состояний, развития личностных ресурсов, профилактики психических расстройств и реабилитации клиентов. В результате освоения дисциплины студент готов применять тренинговые технологии в рамках комплексной психологической помощи, выступать в роли проводника изменений, способствуя укреплению психического здоровья и повышению качества жизни клиентов.

Задачи учебной дисциплины:

- изучить историю, принципы, классификацию, отличия тренинга от терапии и консультирования, а также научные обоснования их эффективности в коррекции психических состояний, профилактике расстройств и реабилитации;
- уметь формулировать цели и задачи, подбирать методы и техники (ролевые игры, когнитивные упражнения, групповая динамика, арт-технологии), адаптировать содержание под возраст и социальный контекст клиентов;
- применять психодиагностические инструменты для определения исходного уровня и измерения изменений, интерпретировать результаты и корректировать программы на основе полученных данных.

2. Место дисциплины (модуля) в структуре образовательной программы

Дисциплина «Теория и практика психологического тренинга» относится к части, формируемой участниками образовательных отношений Блока 1 «Дисциплины (модули)».

3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесённых с планируемыми результатами освоения образовательной программы

Код, формулировка компетенции	Код, формулировка индикатора	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю), характеризующие этапы формирования компетенций, индикаторов
УК-3 – способен организовывать и руководить работой команды, вырабатывая командную стратегию для достижения поставленной цели	ИД-1 _{УК-3} - участвует в межличностном и групповом взаимодействии, используя инклюзивный подход, эффективную коммуникацию, методы командообразования и командного взаимодействия при совместной работе в рамках поставленной задачи	Студент участвует в межличностном и групповом взаимодействии, используя инклюзивный подход, эффективную коммуникацию, методы командообразования и командного взаимодействия при совместной работе в рамках поставленной задачи
	ИД-2 _{УК-3} - обеспечивает работу команды для получения оптимальных результатов совместной работы, с учетом индивидуальных возможностей её членов, использования методологии достижения успеха, методов, информационных технологий и технологий форсайта	Студент способен обеспечить работу команды для получения оптимальных результатов работы, с учетом индивидуальных возможностей её членов и эффективного использования методологий и технологий

	ИД-3 _{УК-3} - обеспечивает выполнение поставленных задач на основе мониторинга командной работы и своевременного реагирования на существенные отклонения	Студент умеет выполнять поставленные задачи на основе мониторинга командной работы и своевременного реагирования на возникающие отклонения
ПК-4 – способен на основе оценки потребностей пациентов и членов их семей в клинико-психологической помощи осуществлять индивидуальное и групповое клинико-психологическое вмешательство или психологическое сопровождение лечения пациентов с психическими расстройствами, проводить оценку эффективности оказанной клинико-психологической помощи, предоставлять психологические рекомендации по результатам оказанной клинико-психологической помощи, проводить супервизию клинико-психологической помощи, осуществляемой иными специалистами	ИД-1 _{ПК-4} – проводит комплексную оценку потребностей пациентов с психическими расстройствами и членов их семей в различных видах клинико-психологической помощи	Студент способен проводить комплексную оценку потребностей людей с психическими расстройствами и членов их семей в различных видах клинико-психологической помощи
	ИД-2 _{ПК-4} – на основе проведенной оценки, осуществляет индивидуальное и/или групповое клинико-психологическое вмешательство, а также психологическое сопровождение в процессе лечения пациентов с психическими расстройствами	Студент осуществляет индивидуальное и/или групповое клинико-психологическое вмешательство и сопровождение в процессе лечения пациентов
	ИД-3 _{ПК-4} – осуществляет систематическую оценку эффективности оказанной клинико-психологической помощи, используя валидные методы и критерии	Студент умеет осуществлять оценку эффективности оказанной клинико-психологической помощи с использованием валидных методов и критериев
	ИД-4 _{ПК-4} – разрабатывает и предоставляет научно обоснованные психологические рекомендации по результатам оказанной помощи для пациентов, их семей и, при необходимости, для других специалистов	Студент разрабатывает научно обоснованные психологические рекомендации по результатам оказанной помощи для пациентов, их семей и для других специалистов
	ИД-5 _{ПК-4} – проводит супервизию клинико-психологической помощи, осуществляемой другими специалистами, с целью обеспечения качества и профессионального развития	Студент умеет проводить супервизию клинико-психологической помощи для обеспечения качества и профессионального развития
ПК-9 – способен к консультированию медицинского персонала, работников социальных	ИД-1 _{ПК-9} – анализирует специфические запросы различных профессиональных групп	Студент способен проводить анализ специфических запросов различных

служб, педагогов, тренеров и спортсменов, руководителей, сотрудников правоохранительных органов и других специалистов по вопросам взаимодействия с людьми для создания «терапевтической среды» и оптимального психологического климата	(медперсонал, педагоги, руководители, сотрудники силовых структур и др.) и контекст их деятельности в отношении взаимодействия с людьми	профессиональных групп и контекста их деятельности во взаимодействии с другими людьми
	ИД-2_{ПК-9} – разрабатывает и предоставляет обоснованные психологические рекомендации по созданию «терапевтической среды» и формированию оптимального психологического климата в профессиональных коллективах и при работе с различными категориями населения	Студент разрабатывает и предоставляет обоснованные психологические рекомендации для создания «терапевтической среды» и формирования оптимального психологического климата в профессиональных коллективах
	ИД-3_{ПК-9} – консультирует специалистов из различных областей по вопросам межличностного взаимодействия, управления конфликтами и поддержки психологического благополучия	Студент способен консультировать специалистов из различных областей по вопросам межличностного взаимодействия, управления конфликтами и поддержки психологического благополучия
	ИД-4_{ПК-9} – проводит оценку результативности и эффективности предоставленных консультаций и внедренных рекомендаций	Студент умеет проводить оценку результативности и эффективности консультаций и внедренных рекомендаций

4. Объем учебной дисциплины (модуля) и формы контроля *

Объем занятий: всего: 4 з.е. 144 акад.ч.	ОФО, в акад. часах
Контактная работа:	68.00
Лекции/из них практическая подготовка	18.00
Лабораторных работ/из них практическая подготовка	50.00
Практических занятий/из них практическая подготовка	
Самостоятельная работа	76.00
Формы контроля	
Зачет с оценкой	

* Дисциплина (модуль) предусматривает применение электронного обучения, дистанционных образовательных технологий (если иное не установлено образовательным стандартом)

5. Содержание дисциплины (модуля), структурированное по темам (разделам) с указанием количества часов и видов занятий

5.1. Тематический план дисциплины (модуля)

№	Раздел (тема) дисциплины и краткое содержание	Формируемы е компетенции, индикаторы	Очная форма				Формы текущего контроля успеваемости
			Контактная работа обучающихся с преподавателем /из них в форме практической подготовки, часов			Самостоятельная работа, часов	
			Лекции	Практические занятия	Лабораторные работы		
1	Тема 1. Понятие личность и личностный рост 1. Понятие о личности. 2. Теории личности. 3. Основные характеристики личности	УК-3; ПК-4; ПК-9	2.00		4.00	6.00	Собеседование
2	Тема 2. Понятие личность и личностный рост 1. Социализация личности. 2. Личностный рост и личностный кризис этапы и стадии интеграции.	УК-3; ПК-4; ПК-9	2.00		4.00	6.00	Собеседование
3	Тема 3. Понятие личность и личностный рост 1. Исследование экстраверсии-интроверсии и нейротизма. 2. Исследование формально-динамических свойств индивидуальности.	УК-3; ПК-4; ПК-9	2.00		4.00	6.00	Собеседование
4	Тема 4. Тренинг личностного роста как средство развития самосознания и самовыражения. 1. Современные подходы к исследованию самосознания. 2. Структура самосознания. 3. Характеристика основных структурных компонентов самосознания.	УК-3; ПК-4; ПК-9	2.00		4.00	6.00	Собеседование
5	Тема 5. Тренинг личностного роста как средство развития самосознания и самовыражения.	УК-3; ПК-4; ПК-9	2.00		4.00	6.00	Собеседование

	1. Психология рефлексии. 2. Основные психологические модели рефлексии						
6	Тема 6. Тренинг личностного роста как средство развития самосознания и самовыражения. 1. Определение акцентуаций характера по К. Леонгарду. 2. Определение социального типа личности. 3. Исследование склонности к риску.	УК-3; ПК-4; ПК-9	2.00		4.00	6.00	Собеседование
7	Тема 7. Тренинг личностного роста как объект и предмет психологической теории и практики. 1. Понятие тренинга. 2. Классификации тренинговых групп. 3. Место тренинга личностного роста в подготовке и переподготовке специалистов помогающих профессий. 4. Процесс группового тренинга.	УК-3; ПК-4; ПК-9	2.00		4.00	6.00	Собеседование
8	Тема 8. Тренинг личностного роста как объект и предмет психологической теории и практики. 1. Специфика тренинга личностного роста. 2. Отличия тренинга личностного роста от других форм психологического развития	УК-3; ПК-4; ПК-9	2.00		4.00	6.00	Собеседование
9	Тема 9. Тренинг личностного роста как объект и предмет психологической теории и практики. 1. Определение уровня общих умственных способностей. 2. Исследование коммуникативных и организаторских склонностей. 3. Диагностика аналитических математических способностей. 4. Оценка уровня развития в и з у а л ь н о - м о т о р н о й интеграции. 5. Диагностика уровня эмпатических способностей.	УК-3; ПК-4; ПК-9	2.00		4.00	6.00	Собеседование
10	Тема 10. Принципы и правила тренинга личностного роста. 1. Упражнение для тренинга	УК-3; ПК-4; ПК-9			4.00	6.00	Собеседование

	личностного роста "Я в будущем". 2. Упражнение для тренинга личностного роста "Шприц". «Чемодан в дорогу». «Цвет эмоций».						
1 1	Тема 11. Методические основы тренинга личностного роста. 1. Классификация методов с позиции различных теоретических оснований. 2. Методы, стимулирующие развитие профессионального самосознания и самовыражения.	УК-3; ПК-4; ПК-9			4.00	8.00	Собеседование
1 2	Тема 12. Методические основы тренинга личностного роста. 1. Биографические методы. 2. Рефлексивные методы. 3. Рефлексивно-инновационные методы. 4. Методы рефлексивной самодиагностики.	УК-3; ПК-4; ПК-9			6.00	8.00	Собеседование
	ИТОГО за 7,8 семестр		18.00		50.00	76.00	
	ИТОГО		18.00		50.00	76.00	

6. Фонд оценочных средств по дисциплине (модулю)

Фонд оценочных средств (ФОС) по дисциплине (модулю) базируется на перечне осваиваемых компетенций с указанием индикаторов. ФОС обеспечивает объективный контроль достижения запланированных результатов обучения. ФОС включает в себя:

- описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания;
- методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций (включаются в методические указания по тем видам работ, которые предусмотрены учебным планом и предусматривают оценку сформированности компетенций);
- типовые оценочные средства, необходимые для оценки знаний, умений и уровня сформированности компетенций.

ФОС является приложением к данной программе дисциплины (модуля).

7. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины

Приступая к работе, каждый студент должен принимать во внимание следующие положения.

Дисциплина (модуль) построена по тематическому принципу, каждая тема представляет собой логически завершённый раздел.

Лекционный материал посвящён рассмотрению ключевых, базовых положений курсов и разъяснению учебных заданий, выносимых на самостоятельную работу студентов *(включается при наличии соответствующих занятий)*.

Практические занятия проводятся с целью закрепления усвоенной информации, приобретения навыков ее применения при решении практических задач в соответствующей предметной области *(включается при наличии соответствующих занятий)*.

Лабораторные работы направлены на приобретение опыта практической работы в соответствующей предметной области *(включается при наличии соответствующих занятий)*.

Самостоятельная работа студентов направлена на самостоятельное изучение дополнительного материала, подготовку к практическим и лабораторным занятиям, а также выполнения всех видов самостоятельной работы.

Для успешного освоения дисциплины, необходимо выполнить все виды самостоятельной работы, используя рекомендуемые источники информации.

8. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

8.1. Перечень основной и дополнительной литературы, необходимой для освоения дисциплины (модуля)

8.1.1. Перечень основной литературы:

1. Бобченко, Т. Г. Психологические тренинги: основы тренинговой работы : учебное пособие для вузов / Т. Г. Бобченко. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 132 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-12444-6.

2. Белогай К.Н. Психологический тренинг как технология помощи семье: учебное пособие / К.Н. Белогай, С.А. Дранишников; Министерство образования и науки Российской Федерации, Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего профессионального образования «Кемеровский государственный университет». - Кемерово: Кемеровский государственный университет, 2014. - 230 с.

8.1.2. Перечень дополнительной литературы:

1. Вагин И.О. Мастер-класс. Тренинги / И. Вагин, П. Рипинская. – М.: АСТ: Астрель: Транзиткнига, 2005. – 271 с.
2. Вачков И.В. Основы технологии группового тренинга. Психотехники: Учебное пособие. – 3-е изд., перераб. и доп. – М.: Издательство «Ось-89», 2005. – 256 с.
3. Кан-Калик В.А. Тренинг профессионально-педагогического общения (методические рекомендации). - М., 1990. - 31с.
4. Исакова Э.В. Сказкотерапия как метод психологической работы с детьми подросткового и юношеского возраста: учебно-методическое пособие / Э.В. Исакова, Х.Т. Шерьязданова. — Алматы: Нур-Принт, 2015. — 111 с.
5. Ментс М. Ван. Эффективный тренинг с помощью ролевых игр. – СПб.: Питер, 2002. – 208 с.
6. Старшенбаум Г.В. Психотерапия в группе / Старшенбаум Г.В.— Электрон. текстовые данные. — Саратов: Вузовское образование, 2015.— 202 с.
7. Фопель К. Технология ведения тренинга. Теория и практика. Пер. с нем. – 2-е изд. – М.: Генезис, 2004. – 267 с.

8.2. Перечень учебно-методического обеспечения самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю)

1. Методология исследования в клинической психологии: учебно-методический комплекс : Направление подготовки 37.05.01 Клиническая психология. Изучается в 6 семестре / сост. А.А. Лежебоков ; Сев.-Кав. федер. ун-т. - Ставрополь : СКФУ, 2025.

8.3. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины (модуля)

<https://psyera.ru/about> Гуманитарно-правовой портал «PSYERA»
<https://psyfactor.org/> Информационный ресурсный центр по научной и практической психологии «ПСИ-ФАКТОР»
www.biblioclub.ru - Электронная библиотечная система «Университетская библиотека онлайн»
www.eLibrary.ru - Научная электронная библиотека
www.iprbookshop.ru - Электронно-библиотечная система IPRbooks

9. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем

При чтении лекций используется компьютерная техника, демонстрации презентационных мультимедийных материалов. На семинарских и практических занятиях студенты представляют презентации, подготовленные ими в часы самостоятельной работы.

Информационные справочные системы:

Информационно-справочные и информационно-правовые системы, используемые при изучении дисциплины:

1	http://catalog.ncstu.ru/catalog – Официальный сайт библиотеки ФГАОУ ВПО СКФУ.
2	http://www.consultant.ru – Официальный сайт Консультант плюс
3	http://www.koob.ru/verderbers/ - библиотека по психологии

Программное обеспечение:

1	Альт Рабочая станция 10
2	Альт Рабочая станция К
3	Альт «Сервер»
4	Пакет офисных программ - Р7-Офис

10. Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине (модулю)

Лекционные занятия	8-407	Учебная аудитория для проведения учебных занятий, оснащенная мультимедийным оборудованием и техническими средствами обучения
Лабораторные занятия	8-409	Учебная аудитория для проведения учебных занятий, оснащенная мультимедийным оборудованием и техническими средствами обучения
Самостоятельная работа	8-409	Помещение для самостоятельной работы обучающихся, оснащенное компьютерной техникой с возможностью подключения к сети "Интернет" и возможностью доступа к электронной информационно-образовательной среде университета

11. Особенности освоения дисциплины (модуля) лицами с ограниченными возможностями здоровья

Обучающимся с ограниченными возможностями здоровья предоставляются специальные учебники, учебные пособия и дидактические материалы, специальные технические средства обучения коллективного и индивидуального пользования, услуги ассистента (помощника), оказывающего обучающимся необходимую техническую помощь, а также услуги сурдопереводчиков и тифлосурдопереводчиков.

Освоение дисциплины (модуля) обучающимися с ограниченными возможностями здоровья может быть организовано совместно с другими обучающимися, а также в отдельных группах.

Освоение дисциплины (модуля) обучающимися с ограниченными возможностями здоровья осуществляется с учетом особенностей психофизического развития, индивидуальных возможностей и состояния здоровья.

В целях доступности получения высшего образования по образовательной программе лицами с ограниченными возможностями здоровья при освоении дисциплины (модуля) обеспечивается:

1) для лиц с ограниченными возможностями здоровья по зрению:

- присутствие ассистента, оказывающий студенту необходимую техническую помощь с учетом индивидуальных особенностей (помогает занять рабочее место, передвигаться, прочесть и оформить задание, в том числе, записывая под диктовку),

- письменные задания, а также инструкции о порядке их выполнения оформляются увеличенным шрифтом,

- специальные учебники, учебные пособия и дидактические материалы (имеющие крупный шрифт или аудиофайлы),

- индивидуальное равномерное освещение не менее 300 люкс,

- при необходимости студенту для выполнения задания предоставляется увеличивающее устройство;

2) для лиц с ограниченными возможностями здоровья по слуху:

- присутствие ассистента, оказывающий студенту необходимую техническую помощь с учетом индивидуальных особенностей (помогает занять рабочее место, передвигаться, прочесть и оформить задание, в том числе, записывая под диктовку),

- обеспечивается наличие звукоусиливающей аппаратуры коллективного пользования, при необходимости обучающемуся предоставляется звукоусиливающая аппаратура индивидуального пользования;

- обеспечивается надлежащими звуковыми средствами воспроизведения информации;
- 3) для лиц с ограниченными возможностями здоровья, имеющих нарушения опорно-двигательного аппарата (в том числе с тяжелыми нарушениями двигательных функций верхних конечностей или отсутствием верхних конечностей):
 - письменные задания выполняются на компьютере со специализированным программным обеспечением или надиктовываются ассистенту;
 - по желанию студента задания могут выполняться в устной форме.

12. Особенности реализации дисциплины с применением дистанционных образовательных технологий и электронного обучения

Согласно части 1 статьи 16 Федерального закона от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» под *электронным обучением* понимается организация образовательной деятельности с применением содержащейся в базах данных и используемой при реализации образовательных программ информации и обеспечивающих ее обработку информационных технологий, технических средств, а также информационно-телекоммуникационных сетей, обеспечивающих передачу по линиям связи указанной информации, взаимодействие обучающихся и педагогических работников. Под *дистанционными образовательными технологиями* понимаются образовательные технологии, реализуемые в основном с применением информационно-телекоммуникационных сетей при опосредованном (на расстоянии) взаимодействии обучающихся и педагогических работников.

Реализация дисциплины может быть осуществлена с применением дистанционных образовательных технологий и электронного обучения полностью или частично. Компоненты УМК дисциплины (рабочая программа дисциплины, оценочные и методические материалы, формы аттестации), реализуемой с применением дистанционных образовательных технологий и электронного обучения, содержат указание на их использование.

При организации образовательной деятельности с применением дистанционных образовательных технологий и электронного обучения могут предусматриваться асинхронный и синхронный способы осуществления взаимодействия участников образовательных отношений посредством информационно-телекоммуникационной сети «Интернет».

При применении дистанционных образовательных технологий и электронного обучения в расписании по дисциплине указываются: способы осуществления взаимодействия участников образовательных отношений посредством информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» (ВКС-видеоконференцсвязь, ЭТ – электронное тестирование); ссылки на электронную информационно-образовательную среду СКФУ, на образовательные платформы и ресурсы иных организаций, к которым предоставляется открытый доступ через информационно-телекоммуникационную сеть «Интернет»; для синхронного обучения - время проведения онлайн-занятий и преподаватели; для асинхронного обучения - авторы онлайн-курсов.

При организации промежуточной аттестации с применением дистанционных образовательных технологий и электронного обучения используются Методические рекомендации по применению технических средств, обеспечивающих объективность результатов при проведении промежуточной и государственной итоговой аттестации по образовательным программам высшего образования - программам бакалавриата, программам специалитета и программам магистратуры с применением дистанционных образовательных технологий (Письмо Минобрнауки России от 07.12.2020 г. № МН-19/1573-АН "О направлении методических рекомендаций").

Реализация дисциплины с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий осуществляется с использованием электронной информационно-образовательной среды СКФУ, к которой обеспечен доступ обучающихся

через информационно-телекоммуникационную сеть «Интернет», или с использованием ресурсов иных организаций, в том числе платформ, предоставляющих сервисы для проведения видеоконференций, онлайн-встреч и дистанционного обучения (МТС-Линк), а также с использованием возможностей социальных сетей для осуществления коммуникации обучающихся и преподавателей.

Учебно-методическое обеспечение дисциплины, реализуемой с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий, включает представленные в электронном виде рабочую программу, учебно-методические пособия или курс лекций, методические указания к выполнению различных видов учебной деятельности обучающихся, предусмотренных дисциплиной, и прочие учебно-методические материалы, размещенные в информационно-образовательной среде СКФУ.