


Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет	Форма	
Ф-Рабочая программа дисциплины		

**УТВЕРЖДЕНО**  
решением Ученого совета факультета  
от «20» июня 2024 г., протокол № 5

Председатель \_\_\_\_\_ С.Н.Митин  
«20» июня 2024г.



### РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

Дисциплина	<b>Технологии психологического тренинга</b>
Факультет	Гуманитарных наук и социальных технологий
Кафедра	Психологии и педагогики
Курс	2

Направление \_\_\_\_\_ 37.04.01 Психология \_\_\_\_\_

Профиль \_\_\_\_\_ Организация психологической практики \_\_\_\_\_

Форма обучения: \_\_\_\_\_ очно-заочная \_\_\_\_\_

Дата введения в учебный процесс УлГУ: \_\_\_\_\_ «01» сентября 2024

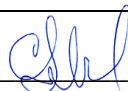
Программа актуализирована на заседании кафедры: протокол № \_\_\_\_\_ от \_\_\_\_\_ 20 \_\_\_\_\_ г.


Программа актуализирована на заседании кафедры: протокол № \_\_\_\_\_ от \_\_\_\_\_ 20 \_\_\_\_\_ г.

Программа актуализирована на заседании кафедры: протокол № \_\_\_\_\_ от \_\_\_\_\_ 20 \_\_\_\_\_ г.

**Сведения о разработчиках:**

ФИО	Кафедра	Должность, ученая степень, звание
Михайлова Ирина Викторовна	психологии и педагогики	доцент, к.псх.н., доцент

<b>СОГЛАСОВАНО</b>
Заведующий кафедрой психологии и педагогики
 <span style="float: right;">С.Н. Митин</span>
«17» июня 2024 г.

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет	Форма	
Ф-Рабочая программа дисциплины		

## 1. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ:

**Целью** дисциплины «Технологии психологического тренинга» является формирование целостного представления о психологическом тренинге, подготовка студентов к осуществлению практической профессиональной деятельности.

### **Задачи дисциплины:**

- Ознакомить студентов с основными видами психологического тренинга и технологиями СПТ
- Углубить представление о групповых процессах в тренинге и привлечь к анализу групповой динамики участников тренинга
- Обеспечить опыт участия в построении (конструировании) и проведении собственного социально-психологического тренинга

## 2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП:

Дисциплина «Технологии психологического тренинга» относится к части учебного плана, формируемой участниками образовательных отношений, дисциплина по выбору.


Дисциплина основывается на знаниях, умениях и компетенциях, усвоенных в рамках изучения программ специалитета или бакалавриата по направлению подготовки «Психология» и дисциплин магистратуры: «Исследовательские парадигмы в психологии», «Тенденции развития общей и социальной психологии», «Педагогическая практика», «Психология конфликта и технологии медиации».

Дисциплина формирует знания, умения и компетенции параллельно с такими дисциплинами как «Проектная деятельность», «Психология стресса и технологии стресс-менеджмента», «Психология труда и профессиональных деформаций», «Технологии психологической коррекции и сопровождения», «Технологии тренинга личностного роста», «Направления и методы психологического консультирования», «Аппаратурный мониторинг личности», «Качественные исследования личности и социальных ситуаций», «Производственная практика в профильных организациях», «Супервизорские практики».

Освоение знаний, умений и компетенций по данному курсу будет основой развития компетенций по: «Преддипломная практика», «Подготовка к процедуре защиты и защита выпускной квалификационной работы».

## 3. ПЕРЕЧЕНЬ ПЛАНИРУЕМЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ, СООТНЕСЕННЫХ С ПЛАНИРУЕМЫМИ РЕЗУЛЬТАТАМИ ОСВОЕНИЯ ОСНОВНОЙ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Код и наименование реализуемой компетенции	Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с индикаторами достижения компетенций
ПК-3 Способен разрабатывать и реализовывать психотехнологии и тренинги по развитию качеств личности, необходимых для самостоятельной жизни и социализации	ИД-1.1 пк 3 Знать виды и принципы построения тренинга, процессы динамики тренинговой группы ИД-2.1 пк 3 Уметь анализировать социальные роли участников тренинга, определять клиентские и тренерские технологии и управлять групповой динамикой ИД-3.1 пк 3 Владеть навыком самостоятельного конструирования и

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет	Форма	
Ф-Рабочая программа дисциплины		

	проведения тренинга по развитию социально-психологических качеств личности
ПК-6 Способен представлять результаты научно-исследовательской, консультативной и педагогической деятельности в различных формах и оценивать их эффективность	ИД-1.1 пк 6 Знать приемы оценки эффективности результатов научно-исследовательской, консультативной и педагогической деятельности психолога ИД-2.1 пк 6 Уметь проводить оценку эффективности психологической работы качественными и количественными методами ИД-3.1 пк 6 Владеть приемами составления психологического портрета и рекомендаций по результатам научно-исследовательской, консультативной и педагогической деятельности психолога


#### 4. ОБЩАЯ ТРУДОЕМКОСТЬ ДИСЦИПЛИНЫ

4.1. Объем дисциплины в зачетных единицах (всего) – 5 з.е.

4.2. Объем дисциплины по видам учебной работы (в часах) – 180ч.

Вид учебной работы	Количество часов (форма обучения - очно-заочная)		
	Всего по плану	В т.ч. по семестрам	
		3	4
1	2	3	4
Контактная работа обучающихся с преподавателем в соответствии с УП	72	36	36
Аудиторные занятия:	72	36	36
Лекции	18	18	
семинары и практические занятия	54	18	36
лабораторные работы, практикумы			
Самостоятельная работа	72	36	36
Форма текущего контроля знаний и контроля самостоятельной работы: тестирование, контр. работа, коллоквиум, реферат и др. (не менее 2 видов)	- устный опрос -аналитические и практические задания -конструирование и проведение тренинга - участие в групповой работе - тестирование	- устный опрос - аналитические и практические задания -участие в групповой работе	- конструирование и проведение тренинга -участие в групповой работе -тестирование
Курсовая работа			
Виды промежуточной аттестации (экзамен, зачет)	зачет экзамен (36ч)	зачет	экзамен 36 ч.
Всего часов по дисциплине	180	72	108

4.3. Содержание дисциплины. Распределение часов по темам и видам учебной работы:

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет	Форма	
Ф-Рабочая программа дисциплины		

Форма обучения: очно-заочная

Название разделов и тем	Всего	Виды учебных занятий					Форма текущего контроля знаний
		Аудиторные занятия			Занятия в интерактивной форме	Самостоятельная работа	
		Лекции	Практические занятия, семинары	Лабораторные работы, практикумы			
1	2	3	4	5	6	7	
<b>Раздел 1. Теоретические основы психологического тренинга</b>							
Тема 1. Введение в тренинг	8	2	2		2	4	устный опрос, проверка задания, оценка участия в групповой работе
Тема 2. Виды тренинговых групп	14	6	2		2	6	проверка задания, оценка участия в групповой работе
Тема 3. Тренер как ведущий тренинга	10	2	2		2	6	проверка задания, оценка участия в групповой работе
Тема 4. Особенности групповой динамики	14	4	2		2	8	проверка задания, оценка участия в групповой работе
Тема 5. Конструирование тренинга	26	4	10		10	12	проверка задания, оценка участия в групповой работе
Зачет							вопросы и задачи к зачету
<b>Итого за 3 семестр</b>	<b>72</b>	<b>18</b>	<b>18</b>		<b>18</b>	<b>36</b>	
<b>Раздел 2. Технологии психологического тренинга</b>							
Тема 6. Общие тренинговые методы	16		6		6	10	устный опрос, проверка задания, оценка участия в групповой работе
Тема 7. Форматы социально-психологического тренинга	56		30		30	26	проверка задания, оценка участия в групповой работе
Экзамен	36						вопросы и задачи к экзамену,

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет	Форма	
Ф-Рабочая программа дисциплины		

							тестирование
<b>Итого за 3 семестр</b>	<b>108</b>	<b>-</b>	<b>36</b>	<b>-</b>	<b>36</b>	<b>36</b>	
<b>Итого</b>	<b>180</b>	<b>18</b>	<b>54</b>	<b>-</b>	<b>54</b>	<b>72</b>	

## 5. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

### Раздел 1. Теоретические основы психологического тренинга

#### *Тема 1. Введение в тренинг.*

История возникновения психологического тренинга как формы работы с группами. Специфика тренинговой формы работы. Тренинг как пересечение психокоррекции, психотерапии и обучения. Специфические черты тренинга. Группа. Методы набора групп. Противопоказания для участия в тренинге. Пространственная организация тренинга.

#### *Тема 2. Виды тренинговых групп.*

Виды тренинговых групп: по временному фактору, по целям, по обобщенному принципу деятельности, по психологическому направлению.

#### *Тема 3. Тренер как ведущий тренинга.*

Тренер. Функции тренера. Стиль тренера. Ко-тренерство. Профессиональная этика и соответствие тренера требованиям к ведущим групп.

#### *Тема 4. Особенности групповой динамики.*

Фазы развития тренинговой группы. Этап эйфории, конфликтный этап, продуктивный этап, завершающий этап: индикаторы этапа, чувства участников, отношение к тренеру, специфика конфликтов, окончание. Зависимость групповой динамики от количества участников, от общего времени существования группы.

#### *Тема 5. Конструирование тренинга.*

Конструирование тренинга. Общая последовательность смысловых разделов. Правила тренинга. Особенности работы на шерингах.

### Раздел 2. Технологии психологического тренинга


#### *Тема 6. Общие тренинговые методы*

Мозговой штурм. Групповая дискуссия. Разогревающие игры. Психогимнастика. Социально-перцептивные упражнения. Телесно-ориентированные упражнения. Медитации. Проективное рисование. Ролевые игры. Творческие игры.

#### *Тема 7. Форматы социально-психологического тренинга*

Тренинг жизненных умений. Тренинг социальных перцепций. Интерактивный тренинг. Семейный тренинг. Тренинг уверенности. Ценностно-смысловой тренинг. Тренинг личностной компетентности. Тренинг по разрешению межличностных конфликтов. Тренинг по сплоченности группы, др.

## 6. ТЕМЫ ПРАКТИЧЕСКИХ И СЕМИНАРСКИХ ЗАНЯТИЙ

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет	Форма	
Ф-Рабочая программа дисциплины		

## Раздел 1. Теоретические основы психологического тренинга

### **Тема 1. Введение в тренинг.**

(форма проведения – практическое занятие, интерактивное – групповая работа)

*Вопросы для обсуждения на занятии:*

- История возникновения психологического тренинга
- Специфика тренинговой формы работы.
- Тренинг как пересечение психокоррекции, психотерапии и обучения.
- Специфические черты тренинга. Идет обсуждение в минигруппах, затем в общей группе о достоинствах и ограничениях тренинговой формы работы
- Группа. Методы набора групп. Идет групповая работа - дискуссионное обсуждение в минигруппах, затем в общей группе о целесообразности отбора в тренинговую группу
- Пространственная организация тренинга. Групповая работа обучающихся - дискуссионное обсуждение в минигруппах, затем в общей группе об оптимальной пространственной организации тренинга.
- 

*для самостоятельного изучения:*

- Составить сводную таблицу по истории возникновения психологического тренинга
- Выделить специфику тренинговой формы работы.
- Определить основные методы набора групп. Выделить основания.
- Составить схему пространственной организации тренинга.

### **Тема 2. Виды тренинговых групп.**

(форма проведения – практическое занятие, интерактивное – групповая работа)

*Вопросы для обсуждения на занятии:*

- Критерии тренинговых групп: по временному фактору, по целям, по обобщенному принципу деятельности, по психологическому направлению.
- Групповая работа - дискуссионный анализ эффективности групп по разным критериям в минигруппах, обсуждение в общей группе.

*для самостоятельного изучения:*

- Составить сравнительную таблицу тренинговых групп по разным критериям: по временному фактору, по целям, по обобщенному принципу деятельности, по психологическому направлению.
- Составить схему анализа эффективности групп по разным критериям


### **Тема 3. Тренер как ведущий тренинга.**

(форма проведения – практическое занятие, интерактивное – групповая работа)

*Вопросы для обсуждения на занятии:*

- Функции тренера.
- Стиль тренера.
- Ко-тренерство.
- Клиентские и тренерские технологии
- Разработка студентами этики тренера и требований к ведущему
- Профессиональная этика и соответствие тренера требованиям к ведущим групп. Групповая работа - дискуссия о тренерской этике (его полномочия и ограничения), составление портрета идеального тренера
- Общегрупповое обсуждение.

*для самостоятельного изучения:*

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет	Форма	
Ф-Рабочая программа дисциплины		

- Выделить и записать в сводной таблице функции тренера в зависимости от его направления деятельности и принадлежности к психологической школе.
- Рассмотреть проблему стиля тренера.
- Выделить основные требования к профессиональной этике ведущих групп.

#### **Тема 4. Особенности групповой динамики.**

(форма проведения – практическое занятие, интерактивное – групповая работа)

*Вопросы для обсуждения на занятии:*

- Фазы развития тренинговой группы.
- Этапы групповой динамики.
- Студенты объединяются в малые группы, на основании сводных таблиц формулируют этапы групповой динамики.
- Групповая работа - на основе представленных видеоматериалов проводят общегрупповой дискуссионный анализ этапов групповой дискуссии.

*для самостоятельного изучения:*

- Рассмотреть фазы развития тренинговой группы. Найти примеры к каждой фазе
- Охарактеризовать каждый этап групповой тренинговой динамики.
- Составить сводную таблицу этапов групповой динамики.
- Найти видеоматериалы по особенностям групповой динамики тренинговой группы.

Подготовить материалы для демонстрации на группе

#### **Тема 5. Конструирование тренинга.**

(форма проведения – практическое занятие, интерактивное – групповая работа)

*Вопросы для обсуждения на занятии:*

- Конструирование тренинга.
- Общая последовательность смысловых разделов.
- Правила тренинга.
- Особенности работы на шерингах.
- Студенты разбиваются на минигруппы, выбирают тему для тренингового занятия, составляют алгоритм проведения тренинга с указанием упражнений разного типа, аргументируют ответ.
- В общегрупповой дискуссии студенты обмениваются своими аргументами, анализируют программы тренинга, выделяют достоинства и ограничения представленной программы.
- Демонстрация тренинговых упражнений, работа группы.

*для самостоятельного изучения:*

- Составить сводную таблицу по особенностям конструирования тренинга (автор – этапы конструирования).
  - Составить 10 основных правил тренинга.
  - Выделить особенности работы на шерингах.
  - Найти разминочные упражнения и психогимнастические упражнения.
- Подготовить материалы для проведения упражнений в группе.


## **Раздел 2. Технологии психологического тренинга**

#### **Тема 6. Общие тренинговые методы.**

(форма проведения – практическое занятие, интерактивное – групповая работа)

*Вопросы для обсуждения на занятии:*

- Студенты распределяются по микрогруппам, в ходе домашней подготовки в рамках групповой работы (дискуссионного обсуждения) подбирают пример на каждый из

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет	Форма	
Ф-Рабочая программа дисциплины		

предложенных ниже методов, применяемых в тренинговой работе, в ходе практического занятия микрогруппа показывает один из найденных ими методов.

- Мозговой штурм.
- Групповая дискуссия.
- Разогревающие игры.
- Психогимнастика.
- Социально-перцептивные упражнения.
- Телесно-ориентированные упражнения.
- Медитации.
- Проективное рисование.
- Ролевые игры.
- Творческие игры.

*для самостоятельного изучения:*

- Подобрать тренинговые упражнения:
  - Разогревающие игры.
  - Психогимнастика.
  - Социально-перцептивные упражнения.
  - Телесно-ориентированные упражнения.
  - Проективное рисование.
  - Ролевые игры.
  - Творческие игры.
  - Смысловые упражнения
- Описать достоинства и недостатки каждой группы методов

### ***Тема 7. Форматы социально-психологического тренинга***

(форма проведения – практическое занятие, интерактивное занятие, проведение обучающими самостоятельно сконструированных социально-психологических тренингов)

*Вопросы для обсуждения на занятии:*

- Анализ тренинговых программ по темам:
  - Тренинг жизненных умений.
  - Тренинг социальных перцепций.
  - Интерактивный тренинг.
  - Тренинг уверенности.
  - Ценностно-смысловой тренинг.
  - Тренинг личностной и социальной компетентности.
  - Тренинг по разрешению межличностных конфликтов.
  - Тренинг по сплоченности группы,
  - Другие тренинговые программы СПТ по выбору студентов
- Студенты распределяются и выбирают один из видов тренинга, на основе самостоятельной работы разрабатывают (конструируют) и проводят под присмотром преподавателя тренинговое занятие в своей студенческой группе.
- Студентами необходимо провести на группе тренинг по выбранной тематике (для ведущего тренинга)
- Студентами необходимо участвовать в тренинге и в дальнейшем принимать участие в обсуждении (для остальных студентов - участников тренинга)
- После проведения каждого тренинга идет глубокий анализ СПТ, оценка подбора тренинговых методов, упражнений, техник; оценка клиентских и тренерских технологий, оценка ведения тренинга, роли участников.

*для самостоятельного изучения:*

- Составить тренинговую программу на 30 часов по одной из тематик:



Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет	Форма	
Ф-Рабочая программа дисциплины		

- Тренинг жизненных умений.
  - Тренинг социальных перцепций.
  - Интерактивный тренинг.
  - Тренинг уверенности.
  - Ценностно-смысловой тренинг.
  - Тренинг личностной и социальной компетентности.
  - Тренинг по разрешению межличностных конфликтов.
  - Тренинг по сплоченности группы,
  - Другие тренинговые программы СПТ по выбору студентов
- Определить результат, который может быть получен участниками после прохождения тренинга.
  - Определить вид тренинга. Аргументировать
  - Определить вид развития тренинга. Аргументировать
  - Определить клиентские технологии.
  - Определить тренерские технологии.
  - Разработать содержание тренинга, наполнив его необходимыми и достаточными упражнениями исходя из правил конструирования тренинга
  - Подготовить законченный фрагмент из тренинговой программы для проведения его на общегрупповом занятии

## **7. ЛАБОРАТОРНЫЕ РАБОТЫ, ПРАКТИКУМЫ**

Данный вид работы не предусмотрен УП


## **8. ТЕМАТИКА КУРСОВЫХ, КОНТРОЛЬНЫХ РАБОТ, РЕФЕРАТОВ**

Данный вид работы не предусмотрен УП

## **9. ПЕРЕЧЕНЬ ВОПРОСОВ К ЭКЗАМЕНУ (ЗАЧЕТУ)**

### **Вопросы к зачету по дисциплине «Технологии психологического тренинга»**


1. История возникновения психологического тренинга
2. Специфика тренинговой формы работы.
3. Тренинг как пересечение психокоррекции, психотерапии и обучения.
4. Специфические черты тренинга как метода групповой работы
5. Методы набора групп на психологический тренинг
6. Пространственная организация социально-психологического тренинга
7. Основные принципы тренинга
8. Критерии тренинговых групп: по временному фактору
9. Критерии тренинговых групп: по целям
10. Критерии тренинговых групп: по числу участников объекта воздействия
11. Критерии тренинговых групп: по типу объекта психологического воздействия
12. Критерии тренинговых групп: по числу ведущих (тренеров) и по техническому обеспечению
13. Критерии тренинговых групп: по типу руководства
14. Критерии тренинговых групп: по психологическому направлению
15. Анализ эффективности тренинговых групп по: по целям
16. Анализ эффективности тренинговых групп по: по временному фактору
17. Анализ эффективности тренинговых групп: по обобщенному принципу деятельности
18. Функции ведущего психологический тренинга
19. Стиль тренерства и ко-тренерство: общая характеристика

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет	Форма	
Ф-Рабочая программа дисциплины		

20. Общая характеристика этики тренера.

**Вопросы к экзамену по дисциплине «Технологии психологического тренинга»**

1. История возникновения психологического тренинга
2. Специфика тренинговой формы работы.
3. Тренинг как пересечение психокоррекции, психотерапии и обучения.
4. Специфические черты тренинга как метода групповой работы
5. Методы набора групп на психологический тренинг
6. Пространственная организация социально-психологического тренинга
7. Основные принципы тренинга
8. Критерии тренинговых групп: по временному фактору
9. Критерии тренинговых групп: по целям
10. Критерии тренинговых групп: по числу участников объекта воздействия
11. Критерии тренинговых групп: по типу объекта психологического воздействия
12. Критерии тренинговых групп: по числу ведущих (тренеров) и по техническому обеспечению
13. Критерии тренинговых групп: по типу руководства
14. Критерии тренинговых групп: по психологическому направлению
15. Анализ эффективности тренинговых групп по: по целям
16. Анализ эффективности тренинговых групп по: по временному фактору
17. Анализ эффективности тренинговых групп: по обобщенному принципу деятельности
18. Функции ведущего психологический тренинга
19. Стилль тренерства и ко-тренерство: общая характеристика
20. Общая характеристика этики тренера.
21. Теория группового развития Т-группы У. Бенниса и Г. Шепарда
22. Фазы развития тренинговой группы: общая характеристика
23. Этапы групповой динамики применительно к СПТ.
24. Конструирование социально-психологического тренинга: краткий алгоритм.
25. Вид развития в тренинге: общая характеристика вида, примеры использования
26. Клиентские технологии: сущность, цели, анализ эффективности
27. Тренерские технологии: сущность, цели, анализ эффективности
28. Общая последовательность смысловых разделов социально-психологического тренинга
29. Правила тренинга для участников и тренера
30. Особенности работы на шерингах в тренинге.
31. Мозговой штурм как общий тренинговый метод. Примеры использования в психологическом тренинге
32. Групповая дискуссия как общий тренинговый метод. Примеры использования в психологическом тренинге
33. Разогревающие игры как общий тренинговый метод. Примеры использования в социально-психологическом тренинге
34. Психогимнастика как общий тренинговый метод. Примеры использования в психологическом тренинге
35. Социально-перцептивные упражнения как общий тренинговый метод. Примеры использования в психологическом тренинге
36. Телесно-ориентированные упражнения как общий тренинговый метод. Примеры использования в психологическом тренинге
37. Медитации как общий тренинговый метод. Примеры использования в психологическом тренинге
38. Проективное рисование как общий тренинговый метод. Примеры использования в психологическом тренинге


Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет	Форма	
Ф-Рабочая программа дисциплины		

39. Ролевые и/или деловые игры как общий тренинговый метод. Примеры использования в психологическом тренинге
40. Творческие упражнения как общий тренинговый метод. Примеры использования в психологическом тренинге

## 10. САМОСТОЯТЕЛЬНАЯ РАБОТА ОБУЧАЮЩИХСЯ

Форма обучения: очно-заочная

Название разделов и тем	Вид самостоятельной работы (проработка учебного материала, решение задач, реферат, доклад, контрольная работа, подготовка к сдаче зачета, экзамена и др.)	Объем в часах	Форма контроля (проверка решения задач, реферата и др.)
<b>Раздел 1. Теоретические основы психологического тренинга</b>			
Тема 1. Введение в тренинг	проработка учебного материала при подготовке к практическому занятию и групповой работе/дискуссии, выполнение письменного аналитического задания, подготовка к зачету	4	устный опрос, проверка задания, оценка участия в групповой работе
Тема 2. Виды тренинговых групп	проработка учебного материала при подготовке к практическому занятию и групповой работе/дискуссии, выполнение письменного аналитического задания, подготовка к зачету	6	проверка задания, оценка участия в групповой работе
Тема 3. Тренер как ведущий тренинга	проработка учебного материала при подготовке к практическому занятию и групповой работе/дискуссии, выполнение письменного аналитического задания, подготовка к зачету	6	проверка задания, оценка участия в групповой работе
Тема 4. Особенности групповой динамики	проработка учебного материала при подготовке к практическому занятию и групповой работе/дискуссии, выполнение письменного аналитического задания, подготовка к зачету	8	проверка задания, оценка участия в групповой работе
Тема 5. Конструирование тренинга	проработка учебного материала при подготовке к практическому занятию и групповой работе/дискуссии, выполнение письменного аналитического задания, подготовка к зачету	12	проверка задания, оценка участия в групповой работе
Зачет			вопросы к зачету
Итого за 3 семестр		36	
<b>Раздел 2. Технологии психологического тренинга</b>			

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет	Форма	
Ф-Рабочая программа дисциплины		

Тема 6. Общие тренинговые методы	проработка учебного материала при подготовке к практическому занятию и групповой работе/дискуссии, выполнение задания	10	устный опрос, проверка задания, оценка участия в групповой работе
Тема 7. Форматы социально-психологического тренинга	проработка учебного материала при подготовке к практическому, интерактивному занятию, разработка (конструирование) в письменном виде тренинговой программы, подготовка к проведению фрагмента тренинговой программы и краткого отчета по проведению	26	проверка задания, оценка участия в групповой работе
Итого за 4 семестр		36	
Итого за 4 семестр	подготовка к экзамену		вопросы и задачи к экзамену
<b>Всего</b>	<b>самостоятельная работа студентов</b>	<b>72</b>	

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет	Форма	
Ф-Рабочая программа дисциплины		

## 11. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ «Технологии психологического тренинга»

### а) Список рекомендуемой литературы

#### основная:

1. Рамендик, Д. М. Тренинг личностного роста : учебник и практикум для вузов / Д. М. Рамендик. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 136 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07294-5. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/537435>
2. Штроо, В. А. Методы активного социально-психологического обучения : учебник и практикум для вузов / В. А. Штроо. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 277 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-02451-7. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/536263>

#### дополнительная:

1. Зобков, В. А. Методология личностного развития : учебное пособие для вузов / В. А. Зобков. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 172 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-13731-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/543975>
2. Кларин, М. В. Корпоративный тренинг, наставничество, коучинг : учебное пособие для вузов / М. В. Кларин. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 288 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-02811-9. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/538205>
3. Одинцова, М. А. Сказкотерапевтические технологии в психологическом тренинге : учебник и практикум для вузов / М. А. Одинцова, И. В. Вачков. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 309 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-13364-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/543349>

#### учебно-методическая:

1. Михайлова И. В. Технологии психологического тренинга : учебно-методические рекомендации по изучению дисциплины и для самостоятельной работы студентов направления 37.04.01 «Психология» / И. В. Михайлова ; Ульян. гос. ун-т, ФГНиСТ. - 2024. - 18 с. - Неопубликованный ресурс. - URL: <http://lib.ulsu.ru/MegaPro/Download/MObject/15946>. - Режим доступа: ЭБС УлГУ. - Текст : электронный. URL: <https://lib.ulsu.ru/MegaPro/Download/MObject/15946>


Согласовано:

Главный редактор \_\_\_\_\_/Мамаева Е.П. /  / 23.05.2024 г.

Должность

ФИО

дата

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет	Форма	
Ф-Рабочая программа дисциплины		

## б) Программное обеспечение

1. СПС Консультант Плюс
2. Система «Антиплагиат.ВУЗ»
3. ОС Microsoft Windows
4. MicrosoftOffice 2016
5. «МойОфис Стандартный»

## в) Профессиональные базы данных, информационно-справочные системы

### 1. Электронно-библиотечные системы:

1.1. Цифровой образовательный ресурс IPRsmart : электронно-библиотечная система : сайт / ООО Компания «Ай Пи Ар Медиа». - Саратов, [2024]. – URL: <http://www.iprbookshop.ru>. – Режим доступа: для зарегистрир. пользователей. - Текст : электронный.

1.2. Образовательная платформа ЮРАЙТ : образовательный ресурс, электронная библиотека : сайт / ООО Электронное издательство «ЮРАЙТ». – Москва, [2024]. - URL: <https://urait.ru> . – Режим доступа: для зарегистрир. пользователей. - Текст : электронный.

1.3. База данных «Электронная библиотека технического ВУЗа (ЭБС «Консультант студента») : электронно-библиотечная система : сайт / ООО «Политехресурс». – Москва, [2024]. – URL: <https://www.studentlibrary.ru/cgi-bin/mb4x>. – Режим доступа: для зарегистрир. пользователей. – Текст : электронный.

1.4. Консультант врача. Электронная медицинская библиотека : база данных : сайт / ООО «Высшая школа организации и управления здравоохранением-Комплексный медицинский консалтинг». – Москва, [2024]. – URL: <https://www.rosmedlib.ru>. – Режим доступа: для зарегистрир. пользователей. – Текст : электронный.

1.5. Большая медицинская библиотека : электронно-библиотечная система : сайт / ООО «Букап». – Томск, [2024]. – URL: <https://www.books-up.ru/ru/library/> . – Режим доступа: для зарегистрир. пользователей. – Текст : электронный.

1.6. ЭБС Лань : электронно-библиотечная система : сайт / ООО ЭБС «Лань». – Санкт-Петербург, [2024]. – URL: <https://e.lanbook.com>. – Режим доступа: для зарегистрир. пользователей. – Текст : электронный.

1.7. ЭБС Znanium.com : электронно-библиотечная система : сайт / ООО «Знаниум». - Москва, [2024]. - URL: <http://znanium.com> . – Режим доступа : для зарегистрир. пользователей. - Текст : электронный.

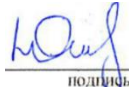
2. *КонсультантПлюс* [Электронный ресурс]: справочная правовая система. / ООО «Консультант Плюс» - Электрон. дан. - Москва : КонсультантПлюс, [2024].


3. *eLIBRARY.RU*: научная электронная библиотека : сайт / ООО «Научная Электронная Библиотека». – Москва, [2024]. – URL: <http://elibrary.ru>. – Режим доступа : для авториз. пользователей. – Текст : электронный

4. *Федеральная государственная информационная система* «Национальная электронная библиотека» : электронная библиотека : сайт / ФГБУ РГБ. – Москва, [2024]. – URL: <https://нэб.рф>. – Режим доступа : для пользователей научной библиотеки. – Текст : электронный.

5. *Российское образование* : федеральный портал / учредитель ФГАУ «ФИЦТО». – URL: <http://www.edu.ru>. – Текст : электронный.

6. Электронная библиотечная система УлГУ : модуль «Электронная библиотека» АБИС Мега-ПРО / ООО «Дата Экспресс». – URL: <http://lib.ulsu.ru/MegaPro/Web>. – Режим доступа : для пользователей научной библиотеки. – Текст : электронный.

Согласовано:  
Инженер ведущий / Щуренко Ю.В. /  / 24.05.2024г  
подпись дата

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет	Форма	
Ф-Рабочая программа дисциплины		

## 12. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ:

Для проведения занятий используется следующее материально-техническое обеспечение:

Аудитории для проведения лекций, семинарских занятий, для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации, групповых и индивидуальных консультаций.

Аудитории для проведения лекций и практических занятий, для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации, групповых и индивидуальных консультаций. Аудитории укомплектованы специализированной мебелью, учебной доской. Аудитории для проведения лекций оборудованы мультимедийным оборудованием для предоставления информации большой аудитории.

Помещения для самостоятельной работы оснащены компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа к электронной информационно-образовательной среде, электронно-библиотечной системе.

## 13. СПЕЦИАЛЬНЫЕ УСЛОВИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ

В случае необходимости, обучающимся из числа лиц с ограниченными возможностями здоровья (по заявлению обучающегося) могут предлагаться одни из следующих вариантов восприятия информации с учетом их индивидуальных психофизических особенностей:

– для лиц с нарушениями зрения: в печатной форме увеличенным шрифтом; в форме электронного документа; в форме аудиофайла (перевод учебных материалов в аудиоформат); в печатной форме на языке Брайля; индивидуальные консультации с привлечением тифлосурдопереводчика; индивидуальные задания и консультации;

– для лиц с нарушениями слуха: в печатной форме; в форме электронного документа; видеоматериалы с субтитрами; индивидуальные консультации с привлечением сурдопереводчика; индивидуальные задания и консультации;

– для лиц с нарушениями опорно-двигательного аппарата: в печатной форме; в форме электронного документа; в форме аудиофайла; индивидуальные задания и консультации;

В случае необходимости использования в учебном процессе частично/исключительно дистанционных образовательных технологий, организация работы ППС с обучающимися с ОВЗ и инвалидами предусматривается в электронной информационно-образовательной среде с учетом их индивидуальных психофизических особенностей.

Разработчик



доцент кафедры  
психологии и педагогики

Михайлова И.В.