

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
УКРАЇНСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ІМЕНІ МИХАЙЛА
ДРАГОМАНОВА

Кафедра практичної психології

«ЗАТВЕРДЖЕНО»
Декан педагогічного
факультету
Олефіренко Т. О.

(підпис)

«28» серпня 2024 р.

РОБОЧА ПРОГРАМА
вибіркової навчальної дисципліни

«Технологія тренінгу особистісного розвитку»

освітнього рівня магістр

(назва освітнього рівня)

галузі знань 05 Соціальні та поведінкові науки

(шифр і назва галузі знань)

спеціальності 053 Психологія

(код і назва спеціальності)

ОПП «Практична психологія»

Шифр за навчальним планом ВВ2.06

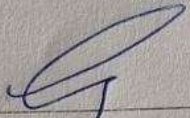
Робоча програма розроблена на підставі навчальної програми «*Технологія тренінгу особистісного розвитку*», затверджена Вченою радою УДУ імені Михайла Драгоманова

Розробник: *Гончаренко І.О.*, викладач кафедри практичної психології педагогічного факультету

Робоча програма затверджена на засіданні кафедри практичної психології

«26» серпня 2024 року, протокол №1.

Завідувач кафедри



(підпис)

проф. Митник О.Я.

I. Опис дисципліни

Загальні характеристики дисципліни	Навчальне навантаження з дисципліни	Методи навчання і форми контролю
Галузь знань 05 Соціальні та поведінкові науки	Кількість кредитів - 6	Методи навчання: Методи інтерактивного навчання. Використання методів самостійної роботи студентів по осмисленню та засвоєнню матеріалу – самостійний пошук інформації.
Спеціальність 053 Психологія	Загальна кількість годин - 180 <i>Денна</i> <i>Заочна</i>	
Освітній рівень магістр	Лекції:	
	10 год.	
	Семінарські (практичні) заняття:	
Вибіркова	(10 год.)	
	Лабораторні заняття:	
Рік вивчення дисципліни за навчальним планом: 2-й	-	Форми поточного контролю: Модульний контроль №1, 2.
Семестр: 3-й	-	
Тижневе навантаження (год.) - аудиторне: - самостійна робота	160 год.	Форма підсумкового контролю Залік
	Співвідношення аудиторних годин і годин СРС	
Мова навчання – українська	13%; 87%	

Предмет вивчення навчальної дисципліни: технології тренінгової роботи.

Міждисциплінарні зв'язки: Курс «Технологія тренінгу особистісного розвитку» пов'язаний з «Загальна та соціальна психологія», «Психологія особистості та персонологія», «Психологія мотивації та аксіопсихологія», «Психологія розвитку».

Мета і завдання навчальної дисципліни

Мета – ознайомлення, формування та удосконалення у студентів вміння організувати і проводити тренінг, знання технології і нових (іноваційних) методик тренінгової роботи, загальної комунікативної готовності особистості, вироблення специфічних тренерських умінь і навичок, необхідних у роботі практичного психолога, формування вміння самопізнання та пізнання інших. Курс сприяє розвитку особистості, усвідомленню нею власних потреб, мотивів поведінки, формуванню позитивної Я – концепції тощо.

Завдання:

1. Поглибити у студентів знання та сформувати уміння організації та проведення професійного психологічного тренінгу.
2. Забезпечити практичне оволодіння психотехнічними засобами, методами у процесі організації та проведенні психологічного тренінгу.
3. Сприяти розвитку особистості студентів, формуванню позитивної Я – концепції, внутрішнього локусу контролю, оптимістичної настанови щодо вирішення життєвих, зокрема й професійних проблем.

II. Основні програмні результати навчання та компетентності, які вони формують:

Програмні результати навчання	Компетентності
<p>ПР1. Здійснювати пошук, опрацювання та аналіз професійно важливих знань із різних джерел із використанням сучасних інформаційно-комунікаційних технологій.</p> <p>ПР5. Розробляти програми психологічних інтервенцій (тренінг, психотерапія, консультування тощо), провадити їх в індивідуальній та груповій роботі, оцінювати якість.</p> <p>ПР14. Здатність будувати (розробляти)різноманітні технології розвивальних впливів на особистісно-професійний розвиток людини: технології ігromodelювання, технології психоконсультування, психокорекційні технології.</p> <p>ПР20. Наявність знань про зміст, структуру, показники розвитку особистості конкурентоздатного фахівця та засоби становлення особистості конкурентоздатного фахівця.</p>	<p>ЗК1.Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях.</p> <p>ЗК8. Здатність розробляти та управляти проектами.</p> <p>СК3. Здатність обирати і застосувати валідні та надійні методи наукового дослідження та/або доказові методики і техніки практичної діяльності.</p> <p>СК4. Здатність здійснювати практичну діяльність (тренінгову, психотерапевтичну, консультаційну, психодіагностичну та іншу залежно від спеціалізації) з використанням науково верифікованих методів та технік.</p> <p>СК11. Здатність будувати різноманітні технології розвивальних впливів на особистісно-професійний розвиток людини: технології ігromodelювання, технології психоконсультування, психокорекційні технології, технології розвитку аутокомпетентності.</p>

III. Тематичний план дисципліни

На вивчення навчальної дисципліни відводиться 6 кредитів ЄКТС 180 годин.

№ з/п	Назви модулів і тем	Кількість годин (денна форма навчання)					Кількість годин (заочна(вечірня) форма навчання)				
		Аудиторні	Лекції	Семінарські	Лабораторні	СРС	Аудиторні	Лекції	Практичні	Семінарські	СРС
Модуль 1. Технологія тренінгу											
1.	Тренінг та його атрибути						3	2	1		20
2.	Тренер у тренінгу.						3	2	1		20
3.	Процес формування та розвитку групи						4	2	2		20
4.	Активні (іноваційні) методи навчання у тренінгу						4	2	2		30
	Разом за змістовим модулем 1:						14	8	6		90
Модуль 2. Самопізнання та ефективне професійне пізнання іншого у тренінгу											
5.	Тренінг – інструмент особистісного зростання особистості						3	1	2		40
6.	Роль самопізнання, самоаналізу і пізнання іншого у тренінгу						3	1	2		30
	Разом за змістовим модулем 2:						6	2	4		70
Разом:							20	10	10		160

IV. Зміст дисципліни

№ з/п	3.1. Назва модулів, тем та їх зміст	К-сть годин	
		Всього	в т.ч. лекцій
1.	Змістовий модуль 1. Технологія тренінгу	104	8
1.1	<p>Тема 1. Тренінг та його атрибути</p> <p>Визначення поняття тренінг, атрибутів тренінгу. Підготовка і проведення тренінгу. Зміст, план, ведення занять. Три етапи підготовки. Структура тренінгу. Орієнтовні часові межі етапів тренінгів найбільш поширеної тривалості. Оцінювання в тренінгу. Поняття оцінювання в тренінгу. Способи оцінювання у тренінгу.</p> <p style="text-align: center;"><i>Рекомендовані інформаційні джерела</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • основні: [1-3, 6-11, 13]; • додаткові: [2, 5,8, 11, 14, 16, 20-22, 24]. 	23	2
1.2	<p>Тема 2. Тренер у тренінгу.</p> <p>Завдання, основні функції та види діяльності тренера. Ролі ведучого тренінгових груп та стилі керівництва. Види діяльності ведучого, спрямовані на окремого учасника та всю групу.</p> <p>Робота тренерів у парі. Умови, переваги та ризики роботи в парі. Рекомендації щодо підвищення тренерської ефективності та розвитку навичок міжособистісного спілкування.</p> <p style="text-align: center;"><i>Рекомендовані інформаційні джерела</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • основні: [5-11, 13-15]; • додаткові: [1-3, 5,7-8, 11-14, 16, 18-24]. 	23	2
1.3	<p>Тема 3. Процес формування та розвитку групи</p> <p>Поняття тренінгова група та процес її розвитку. Характеристики напруги і згуртованості тренінгової групи. Поняття динаміки. Ідеальна модель динаміки групи.</p> <p style="text-align: center;"><i>Рекомендовані інформаційні джерела</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • основні: [1-2,6-11, 13-15]; • додаткові: [1-5,7-9, 11-14, 16, 18-25]. 	24	2

1.4.	<p>Тема 4. Активні (іноваційні) методи навчання у тренінгу</p> <p>Навчання дорослих у тренінгу. Основні принципи навчання дорослих. Характеристика стилів навчання – викладання. Методи навчання і рівень засвоєння інформації. Вербальні методи. Візуальні методи. Фільми та відео. Демонстрація та практика. Порівняльна характеристика стилів навчання – викладання.</p> <p>Методи, техніки та форми навчання у тренінгу. Лекції. Міні-лекції. Презентації. Колективні презентації. Мозковий штурм. Аналіз ситуаційних вправ. Аналіз критичних випадків. Рольова гра. Технологія проведення гри. Переваги та небезпеки інтерактивних ігор.</p> <p style="text-align: center;"><i>Рекомендовані інформаційні джерела</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • основні: [2, 4, 6, 8-15]; • додаткові: [1-4, 6-9, 11-16, 18-25]. 	24	2
2.	<p>Змістовий модуль 2. Самопізнання та ефективне професійне пізнання іншого у тренінгу</p>	76	2
2.1	<p>Тема 5. Тренінг – інструмент особистісного зростання особистості</p> <p>Значущість тренінгу особистісного зростання. Психологічна структура особистісного зростання. Поняття особистісне зростання. Самостимуляція. Програмування професійного і особистісного зростання. Самореалізація. Самопрезентація. Спілкування як умова особистісного зростання.</p> <p style="text-align: center;"><i>Рекомендовані інформаційні джерела</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • основні: [1, 5-15]; • додаткові: [1-25]. 	43	1
2.2	<p>Тема 6. Роль самопізнання, самоаналізу і пізнання іншого у тренінгу</p> <p>Поняття самопізнання. Самосприйняття. Сприйняття себе через співвідношення себе з іншою людиною. Сприйняття себе через результати власної діяльності. Сприйняття себе через спостереження власних внутрішніх станів. Сприйняття себе через сприйняття себе іншими людьми. Сприйняття себе через сприйняття власного зовнішнього вигляду. Самоспонування, самореалізація під час тренінгу особистісного розвитку. Самоаналіз і його напрямки. Основні засоби саморозвитку.</p> <p style="text-align: center;"><i>Рекомендовані інформаційні джерела</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • основні: [5-15]; • додаткові: [1-25]. 	43	1

4.2. Плани практичних занять

Теми практичних занять

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
1.	Організаційно-практичні аспекти та процес групового тренінгу	1
2.	Тренінгові групи і соціально-психологічний тренінг	1
3.	Тренінг комунікативних умінь	2
4.	Тренінг особистісного росту	4
5.	Самопізнання, самоаналіз та саморозвиток у тренінгу	2
	Разом:	10

Зміст завдань до практичних занять

Тема 1: Організаційно-практичні аспекти та процес групового тренінгу

Зміст

1. Вимоги до комплектування групи.
2. Обладнання приміщення для тренінгу.
3. Просторова і тимчасова організація тренінгів.
4. Структура тренінгового заняття.

Рекомендовані інформаційні джерела

1. Бондарєва Л.І. Методичні аспекти розробки та проведення навчального тренінгу студентів у вищій професійній школі / Л. І. Бондарєва // Педагогіка і психологія професійної освіти. 2016. №6. С.48-58.
2. Карпенко Є. Основи психотренінгу : навч. посібник. Дрогобич. 2015. 78 с.
3. Мілютіна К. Л. Теорія та практика психологічного тренінгу : [навч. посіб.]. К. Л. Мілютіна. К. : МАУП, 2004. 192 с.
4. Методологія проведення тренінгів: курс лекцій з дисципліни для студентів денної та заочної форми навчання спеціальності 053 «Психологія» / укладачі Корнієнко І.О., Алмаші С.І. – Мукачево : МДУ, 2016. - 60с.
5. Технологія тренінгу / Упоряд.: О.Главник, Г.Бевз /За заг.ред. С.Максименко . К.: Главник, 2005.
6. Федорчук В.М. Тренінг особистісного зростання. [текст]: навч. посіб. / В.М. Федорчук. К.: «Центр учбової літератури», 2014. 250 с.

Тема 2: Тренінгові групи і соціально-психологічний тренінг

Зміст

1. Поняття та структура соціально-психологічного тренінгу.
2. Принципи і методи соціально-психологічного тренінгу.
3. Вправи, що використовуються під час проведення соціально-психологічного тренінгу.

Рекомендовані інформаційні джерела

1. Адамська З. М. Соціально-психологічний тренінг як фасилітативне середовище для розвитку фасилітативних здібностей майбутнього психолога. Філософсько-психологічні аспекти лідерства в бізнесі, освіті та державі : збірник тез IV Міжнародної науково-практичної конференції, 15 березня 2019 р. Львів : СПОЛОМ, 2019. С. 17–21.
2. Афанасьєва Н. Є. Теоретико-методологічні основи соціально-психологічного тренінгу : Навчальний посібник / Афанасьєва Н. Є., Перелигіна Л. А. Харків: УЦЗУ, 2008. 251 с.
3. Блінов О. А. Особливості організації проведення психологічного тренінгу / О. А. Блінов // Вісник. Збірник наукових статей Київського міжнародного університету. Серія: Психологічні науки. Випуск 12. К. : КиМУ, 2008. С. 9–23.

4. Матійків І. М. Основи тренерської майстерності : [навч.-метод. посіб.] / І. М. Матійків, А. І. Якимів, Т. Г. Черняк / За заг. ред. А. І. Якиміва. Львів : Компанія «Манускрипт», 2012. 392 с.
5. Мілютіна К. Л. Теорія та практика психологічного тренінгу : [навч. посіб.]. К. Л. Мілютіна. К. : МАУП, 2004. 192 с.
6. Методологія проведення тренінгів: курс лекцій з дисципліни для студентів денної та заочної форми навчання спеціальності 053 «Психологія» / укладачі Корнієнко І.О., Алмаші С.І. – Мукачево : МДУ, 2016. - 60с.
7. Орбан-Лембрик Л.Е. Соціально-психологічний тренінг / Л.Е. Орбан-Лембрик // Соціальна психологія : підручник : у 2 кн. Кн. 2. Соціальна психологія груп. Прикладна соціальна психологія. Чернівці: Книга XXI, 2010. С. 399-405.

Тема 3: Тренінг комунікативних умінь

Зміст

1. Поняття та структура тренінгу комунікативних умінь.
2. Види комунікативних тренінгів:
 - Базовий тренінг – тренінг партнерства.
 - Тренінг ведення переговорів.
 - Тренінг впевненої поведінки, наполегливості (асертивності).
 - Тренінг прийняття і реалізації стратегічного значення в умовах невизначеності, конкуренції і ризику.
 - Загальний менеджерський тренінг – базовий ігровий тренінг для менеджерів-керівників.
 - Тренінг навичок роботи з клієнтом – споживачем.
 - Тренінг проведення співбесід.
 - Тренінг педагогічного спілкування.
 - Комунікативний тренінг для різних вікових категорій (підлітки, старшокласники, студенти, люди у віці середньої і пізньої дорослості).

Рекомендовані інформаційні джерела

1. Винославська О.В. Малигіна М.П. Людські стосунки : навч. посіб. 2-ге вид. К. : Центр навчальної літератури, 2006. 142 с.
2. Гірник А.М. Шпалерчук І.Н. Тренінг комунікативних умінь: Методичні матеріали // Практична психологія та соціальна робота. 2001. №1, 2. С. 21 – 24, С. 11 – 16.
3. Коробейнікова Л.Г. Програма навчальної дисципліни «Тренінг спілкування». К.: КиМУ, 2003. 8 с.
4. Перепелюк Т. Д. Організація і методика соціально-психологічних тренінгів: навчальний підручник / Т. Д. Перепелюк, І. С. Ільченко, Умань : видавничо-поліграфічний центр «Візаві», 2014. 255 с.
5. Чебикін, О. Я. Психологічні основи тренінгових технологій : монографія / О. Я. Чебикін, Т. В. Сінельнікова; ПНЦ НАПН України. Одеса : Лерадрук, 2013. 229 с.

Тема 4: Тренінг особистісного росту

Зміст

1. Поняття та структура тренінгу особистісного росту.
2. Психодинамічний, психоаналітичний тренінг.
3. Гештальтгрупа.
4. Тренінг сенситивності.
5. Тренінг впевненості у собі.
6. Релаксаційний тренінг.
7. Тренінг самоствердження.

Рекомендовані інформаційні джерела

1. Вінтюк Ю. В. Застосування тренінгів особистісного розвитку в підготовці майбутніх фахових психологів [Текст] / Ю. В. Вінтюк // Молодий вчений. 2018. №2.С. 600-604.
2. Євдокимова Н. О. Соціально-психологічний тренінг як технологія розвитку особистості студента / Н. О. Євдокимова // Вісник Національного університету оборони України. 2014. Вип. 4. С. 211-217. - Режим доступу: http://nbuv.gov.ua/UJRN/Vnaou_2014_4_38.
3. Святенко Ю. О. Тренінг особистісного зростання [Текст] : навчально- методичний посібник для студентів / Ю. О. Святенко. К. : СЛОВО, 2017. 107, [5] с.
4. Сходження на вершину: книжка про тих і для тих, хто прагне успішного лідерства / За ред. О.Є. Скорик.К., 2005.116 с.
5. Сучасні тренінгові технології для розвитку особистості: еко-тренінги. Збірник наукових праць за матеріалами Всеукраїнської науково-практичної конференції(м. Умань, 14 травня 2020 року) / За заг. ред. Т.Д. Перепелюк / М-во освіти і науки України, Уманський державний педагогічний університет імені Павла Тичини, ФСПО. Умань, 2020. 107 с.
6. Федорчук В.М. Тренінг особистісного зростання: навч. посіб. / В.М. Федорчук. К.: «Центр учбової літератури», 2014. 250 с.
7. Цигульська Т. Ф. Загальна та прикладна психологія. Як допомогти собі та іншим.- К., 2000.190 с.

Тема 5: Самопізнання, самоаналіз та саморозвиток у тренінгу

Зміст

1. Роль самопізнання і самоаналіза для тренера. Власний досвід самопізнання.
2. Самоаналіз і його напрямки. (Образ себе. Що говорять про мене люди. Систематичне дослідження образу себе. Синтез чи єднання теперішнього образу себе).
3. Самоаналіз “Інші в моєму житті”: Значимі для особистості люди.
4. Робота з власними відчуттями до значимих людей.
5. Основні засоби саморозвитку.

Рекомендовані інформаційні джерела

1. Джонсон Д. Тренінг саморозкриття // Практична психологія та соціальна робота. 2003. №7. С 52 – 64.
2. Зливков В.Л., Лукомська С.О. Сучасні тренінгові технології розвитку особистості в освіті. Київ. 2022. 184 с.
3. Матійків І. М. Основи тренерської майстерності : [навч.-метод. посіб.] / І. М. Матійків, А. І. Якимів, Т. Г. Черняк / За заг. ред. А. І. Якиміва. Львів : Компанія «Манускрипт», 2012. 392 с.
4. Святенко Ю. О. Тренінг особистісного зростання [Текст] : навчально- методичний посібник для студентів / Ю. О. Святенко. К. : СЛОВО, 2017. 107, [5] с.
5. Софій Н.З., Кузьменко В.У. Про сто і один метод активного навчання. К.: Крок за кроком, 2003.
6. Технологія тренінгу / Упоряд.: О.Главник, Г.Бевз /За заг.ред. С.Максименко. К.: Главник, 2005.
7. Технології навчання дорослих / Упоряд. : О. Главник, Г. Бевз. К.: Главник, 2006. 128 с.
8. Тренерська валіза / Упоряд.: О. Главник, Р. Безпальча, О. Попова. К.: Главник, 2006. 144 с.

4.3. Організація самостійної роботи студентів

№ з/п	Зміст завдань для самостійної роботи студентів	Форми звітності
1	Опрацювання лекційного матеріалу.	Конспект лекцій з дисципліни
2	Підготовка до практичних занять.	Доповідь, повідомлення, есе.
3	Розробка власної тренінгової програми. Презентація програми	Текст,

- А) Сприйняття себе через співвідношення себе з іншою людиною.
- Б) Сприйняття себе через_____.
- В) Сприйняття себе через спостереження власних внутрішніх станів.
- Г) Сприйняття себе через_____.
- Д) Сприйняття себе через сприйняття власного зовнішнього вигляду.

6. Продовжіть речення: «Опанувати успішну модель саморозвитку особистості можна на тренінгу комунікативної компетентності та

».

5.2. Форми і методи підсумкового контролю

Підсумковий контроль проводиться у формі заліку.

Питання до заліку

1. Характеристика поняття тренінг.
2. Атрибути тренінгу, їх характеристика.
3. Особливості етапів підготовки проведення тренінгу.
4. Структура тренінгу.
5. Орієнтовні часові межі етапів тренінгів найбільш поширеної тривалості.
6. Характеристика поняття оцінювання в тренінгу.
7. Способи оцінювання у тренінгу.
8. Завдання тренера під час проведення тренінгу.
9. Основні функції тренера у тренінгу.
10. Види діяльності тренера.
11. Ролі ведучого тренінгових груп.
12. Стили керівництва тренінговою групою.
13. Особливості роботи тренерів у парі.
14. Умови, переваги та ризики роботи тренерів у парі.
15. Поняття тренінгова група та процес її розвитку.
16. Характеристики напруги і згуртованості тренінгової групи.
17. Характеристика поняття групової динаміки.
18. Стадії динаміки групи, їх характеристика.
19. Особливості навчання дорослих у тренінгу.
20. Основні принципи навчання дорослих.
21. Характеристика стилів навчання – викладання.
22. Методи, техніки та форми навчання у тренінгу.
23. Характеристика активних та інтерактивних методів навчання у тренінгу.
24. Технологія проведення активних (інтерактивних) методів навчання під час тренінгу.
25. Самопізнання, самоспонування, самореалізація під час тренінгу особистісного розвитку. Засоби саморозвитку.

5.3. Критерії оцінювання знань студентів
5.3.1. Розподіл балів за поточну успішність

Вид контролю/ Кількість контрольних заходів за семестр	Максимальна кількість балів за один вид контролю	Загальна сума балів
I Модуль		
<i>Контроль на аудиторних заняттях:</i> - практичних / 3 заняття	До 5 балів	До 15 балів
<i>Модульний контроль:</i> - виконання контрольних тестів	До 20 балів	До 20 балів
II Модуль		
<i>Контроль на аудиторних заняттях:</i> - практичних / 3 заняття	До 5 балів	До 15 балів
<i>Модульний контроль:</i> - виконання контрольних тестів	До 20 балів	До 20 балів
<i>Контроль самостійної роботи:</i> - розробка і презентація власної програми тренінгу.	До 30 балів	До 30 балів
РАЗОМ:		До 100 балів

Порядок переведення рейтингових показників в європейські оцінки ECTS:

Оцінка за 100-бальною шкалою університету	Оцінка за національною шкалою		Оцінка за шкалою ECTS
	Диференційована оцінка	Оцінка у формі заліку	
90-100 (творчий рівень)	5 (відмінно)	Зараховано	A
80-89 (високий рівень)	4 (добре)		B
70 -79 (достатній рівень)			C
65 – 69 (задовільний рівень)	3 (задовільний)		D
60-64 (задовільний рівень)			E
35-59 (низький рівень)	2 (незадовільно з можливістю повторного складання)	Не зараховано – з можливістю повторного складання заліку	FX
0-34 (незадовільний рівень)	2 (незадовільний з обов'язковим повторним вивченням дисципліни)	Не зараховано – обов'язковим повторним вивченням дисципліни	F

VI. Навчально-методична карта дисципліни

Всього -180 год., лекції -10 год., практичні -10 год., самост. роб. -160 год.

Тижні	I	II	III	IV	V	VI	VII	VIII	IX	X	XI
Модулі	I модуль						II модуль				
Лекції	2	2	2	2	2		2				
Дати											
Теоритичні розділи	Технологія тренінгу						Самопізнання та ефективне професійне пізнання іншого у тренінгу				
Теми лекцій	Тренінг та його атрибути	Тренер у тренінгу.	Процес формування та розвитку групи.	Активні (іноваційні) методи навчання у тренінгу	Тренінг – інструмент особистісного зростання особистості		Роль самопізнання, самоаналізу і пізнання іншого у тренінгу				
Практичні заняття	1	1	2	4	2						
Дати											
Теми	Організаційно-практичні аспекти та процес групового тренінгу	Тренінгові групи і соціально-психологічний тренінг	Тренінг комунікативних умінь	Тренінг особистісного росту	Самопізнання, самоаналіз та саморозвиток у тренінгу						
Самостійна робота	Підготовка доповідей, повідомлень, есе. Розробка і підготовка презентації власної тренінгової програми. Підготовка до модульних контролей. Підготовка до заліку.										
Поточний контроль	Усне опитування на практичних заняттях. Аналіз доповідей, повідомлень, есе. Оцінювання презентації власної програми тренінгу. Тестові завдання модульних контролей.										
Підсумковий контроль	Залік										

VII. Основні й допоміжні інформаційні джерела для вивчення курсу

Базова

1. Афанасьєва Н. Є. Теоретико-методологічні основи соціально-психологічного тренінгу : Навчальний посібник / Афанасьєва Н. Є., Перелигіна Л. А. Харків: УЦЗУ, 2008. 251 с.
2. Бондарєва Л.І. Методичні аспекти розробки та проведення навчального тренінгу студентів у вищій професійній школі / Л. І. Бондарєва // Педагогіка і психологія професійної освіти. 2016. №6. С.48-58.
3. Вайс Керол Г. Оцінювання: Методи дослідження програм та політики / Пер. з англ. Р. Ткачука та М. Корчинської; наук. ред. пер. О. Кілієвич. К.: Основи, 2000.
4. Дубініна К. В. Інтерактивні методи навчання у професійній підготовці практичного психолога // Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова. Серія № 12. Психологічні науки: Зб. наукових праць. К.: НПУ імені М. П. Драгоманова, 2012. № 38 (62). С. 223 – 231.
5. Джонсон Д. Тренінг саморозкриття // Практична психологія та соціальна робота. 2003. №7. С 52 – 64.
6. Зливков В.Л., Лукомська С.О. Сучасні тренінгові технології розвитку особистості в освіті. Київ. 2022. 184 с.
7. Карпенко Є. Основи психотренінгу : навч. посібник. Дрогобич. 2015. 78 с.
8. Матійків І. М. Основи тренерської майстерності : [навч.-метод. посіб.] / І. М. Матійків, А. І. Якимів, Т. Г. Черняк / За заг. ред. А. І. Якиміва. Львів : Компанія «Манускрипт», 2012. 392 с.
9. Мілютіна К. Л. Теорія та практика психологічного тренінгу : [навч. посіб.]. К. Л. Мілютіна. К. : МАУП, 2004. 192 с.
10. Методологія проведення тренінгів: курс лекцій з дисципліни для студентів денної та заочної форми навчання спеціальності 053 «Психологія» / укладачі Корнієнко І.О., Алмаші С.І. – Мукачево : МДУ, 2016. - 60с.
11. Святенко Ю. О. Тренінг особистісного зростання [Текст] : навчально-методичний посібник для студентів / Ю. О. Святенко. К. : СЛОВО, 2017. 107, [5] с.
12. Софій Н.З., Кузьменко В.У. Про сто і один метод активного навчання. К.: Крок за кроком, 2003.
13. Технологія тренінгу / Упоряд.: О.Главник, Г.Бевз /За заг.ред. С.Максименко. К.: Главник, 2005.
14. Технології навчання дорослих / Упоряд. : О. Главник, Г. Бевз. К.: Главник, 2006. 128 с.
15. Тренерська валіза / Упоряд.: О. Главник, Р. Безпальча, О. Попова. К.: Главник, 2006. 144 с.

Допоміжна

1. Адамська З. М. Соціально-психологічний тренінг як фасилітативне середовище для розвитку фасилітативних здібностей майбутнього психолога. Філософсько-психологічні аспекти лідерства в бізнесі, освіті та державі : збірник тез IV Міжнародної науково-практичної конференції, 15 березня 2019 р. Львів : СПОЛОМ, 2019. С. 17–21.

2. Блінов О. А. Особливості організації проведення психологічного тренінгу / О. А. Блінов // Вісник. Збірник наукових статей Київського міжнародного університету. Серія: Психологічні науки. Випуск 12. К. : КиМУ, 2008. С. 9–23.
3. Вінтюк Ю. В. Застосування тренінгів особистісного розвитку в підготовці майбутніх фахових психологів [Текст] / Ю. В. Вінтюк // Молодий вчений. 2018. №2.С. 600-604.
4. Винославська О.В. Малигіна М.П. Людські стосунки : навч. посіб. 2-ге вид. К. : Центр навчальної літератури, 2006. 142 с.
5. Гирник А.Н., Туринина Е.Л. Программа изучения дисциплины «Теория и практика психологического тренинга». К.: МАУП, 2000. 12 с.
6. Гірник А.М. Шпалерчук І.Н. Тренінг комунікативних умінь: Методичні матеріали // Практична психологія та соціальна робота. 2001. №1, 2. С. 21 – 24.
7. Групові форми роботи в системі психосоціальної допомоги дітям і сім'ям, що опинились у складних життєвих обставинах внаслідок військових дій (досвід упровадження) / [авт. кол. В. В. Байдик, Ю. С. Бондарук, Ю. П. Гопкало, Т. Б. Гніда, І. О. Корнієнко, Н. В. Лунченко, Ю. А. Луценко, Р. А. Мороз, І. І. Ткачук] ; заг. ред. В. Г. Панка, І. І. Ткачук. Київ : Ніка-Центр, 2020. 122 с.
8. Євдокимова Н. О. Соціально-психологічний тренінг як технологія розвитку особистості студента / Н. О. Євдокимова // Вісник Національного університету оборони України. 2014. Вип. 4. С. 211-217. - Режим доступу: http://nbuv.gov.ua/UJRN/Vnaou_2014_4_38.
9. Келлерман П.Ф. Социодрама. // Психодрама и современная психотерапия. К., Академпресс. 2004. №4 с. 7–21.
- 10.Коробейнікова Л.Г. Програма навчальної дисципліни «Тренінг спілкування». К.: КиМУ, 2003. 8 с.
- 11.Мороз Л. І. Професійно-психологічний тренінг : Підручник для студ. ВНЗ / Мороз Л. І., Яковенко С. І. Київ : ПАЛИВОДА А.В., 2011. 251 с.
- 12.Мороз Л.І Психологічний тренінг: до питання валідності та надійності психотехнічних вправ // Практична психологія та соціальна робота. 2003. №8. С. 68 – 71.
- 13.Навчання дорослих. Тренінг для тренерів. Всеукраїнський фонд “Крок за кроком”, К., 2001.
- 14.Орбан-Лембрик Л.Е. Соціально-психологічний тренінг / Л.Е. Орбан-Лембрик // Соціальна психологія : підручник : у 2 кн. Кн. 2. Соціальна психологія груп. Прикладна соціальна психологія. Чернівці: Книга XXI, 2010. С. 399-405.
- 15.Пеньковська Н. М. Основи психологічного консультування в методі позитивної психотерапії : навч. посіб. / Н. М. Пеньковська, Р. В. Шептицький. Тернопіль : Крок, 2014. 286 с.
- 16.Перепелюк Т. Д. Організація і методика соціально-психологічних тренінгів: навчальний підручник / Т. Д. Перепелюк, І. С. Ільченко, Умань : видавничо-поліграфічний центр «Візаві», 2014. 255 с.
- 17.Рева О.М. Програма навчальної дисципліни «Тренінг особистісного зростання». К.: КиМУ, 2003. 8 с.
- 18.Соціально-психологічний тренінг і маніпуляція: навч.-метод.посіб./ В.В.Балахтар. Вижниця: «Черемош», 2017. 432 с.
- 19.Сходження на вершину: книжка про тих і для тих, хто прагне успішного лідерства / За ред. О.Є. Скорик.К., 2005.116 с.

20. Сучасні тренінгові технології для розвитку особистості: еко-тренінги. Збірник наукових праць за матеріалами Всеукраїнської науково-практичної конференції (м. Умань, 14 травня 2020 року) / За заг. ред. Т.Д. Перепелюк / М-во освіти і науки України, Уманський державний педагогічний університет імені Павла Тичини, ФСПО. Умань, 2020. 107 с.
21. Технології роботи організаційних психологів: Навч. посіб. для студентів вищ. навч. закл. та слухачів ін-тів після диплом. освіти / За наук. ред. Л.М. Карамушки. К.: Фірма «ІНКОС», 2005. 366 с.
22. Федорчук В.М. Тренінг особистісного зростання: навч. посіб. / В.М. Федорчук. К.: «Центр учбової літератури», 2014. 250 с.
23. Цигульська Т. Ф. Загальна та прикладна психологія. Як допомогти собі та іншим.- К., 2000. 190 с.
24. Чебикін, О. Я. Психологічні основи тренінгових технологій : монографія / О. Я. Чебикін, Т. В. Сінельнікова; ПНЦ НАПН України. Одеса : Лерадрук, 2013. 229 с.
25. Яценко Т. С. Теорія і практика групової психокорекції / Т. С. Яценко. К. : Вища школа, 2004. 697 с.

¹ Доповнення та зміни до робочої" програми додаються на окремому аркуші, затверджуються на засіданні кафедри на початку навчального року.