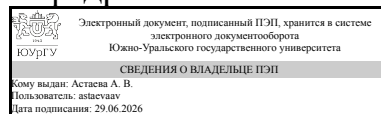


ЮЖНО-УРАЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ

УТВЕРЖДАЮ:
Заведующий выпускающей
кафедрой



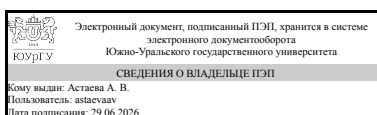
А. В. Астаева

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

дисциплины 1.Ф.С0.06 Методический тренинг
для специальности 37.05.01 Клиническая психология
уровень Специалитет
специализация Клинико-психологическая помощь ребенку и семье
форма обучения очная
кафедра-разработчик Клиническая психология

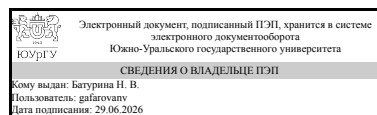
Рабочая программа составлена в соответствии с ФГОС ВО по направлению подготовки 37.05.01 Клиническая психология, утверждённым приказом Минобрнауки от 26.05.2020 № 683

Зав.кафедрой разработчика,
к.психол.н., доц.



А. В. Астаева

Разработчик программы,
к.психол.н., доцент



Н. В. Батурина

1. Цели и задачи дисциплины

Цель – формирование знания теории и методологии психологического тренинга как активной формы коррекции, обучения и развития личности, формирование практических навыков, необходимых специалисту при проведении психологических тренингов. Задачи: 1. Формирование знаний о психологическом тренинге. 2. Обучение методическим приемам и техникам психологического тренинга. 3. Ознакомление с групповой динамикой, повышение чувствительности к групповым процессам, развитие навыков использования групповой динамики и активного обучения. 4. Формирование навыков, умений и установок, необходимых для успешного общения в групповом процессе. 5. Развитие способности адекватно и полно воспринимать и оценивать себя и других людей, а также взаимоотношения, складывающиеся между людьми. 6. Развитие умения составлять программы психологического тренинга.

Краткое содержание дисциплины

Данный курс направлен на развитие студента-психолога как субъекта учебно-профессиональной деятельности. Психологический тренинг – это интенсивные активные обучающие занятия, направленные на создание и развитие определенных навыков, необходимых для выполнения конкретных личностных, учебных и профессиональных задач. Курс включает общие вопросы теории и методологии психологического тренинга, организационные вопросы психологического тренинга, рассмотрение проблемы личности ведущего психологических тренингов, практику психологического тренинга. Дисциплина включает в себя как лекционную, так и практическую подготовку. Завершается зачетным мероприятием.

2. Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения дисциплины

Планируемые результаты освоения ОП ВО (компетенции)	Планируемые результаты обучения по дисциплине
ПК-2 Способен применять современные методы и методики психологической помощи в связи с задачами лечебного процесса	Знает: современные методы и методики оказания психологической помощи, применимые в групповой форме работы Умеет: подбирать техники и упражнения с учетом цели тренинга, возраста участников группы, времени продолжительности и т.д. Имеет практический опыт: проведения тренингового упражнения в малой группе; использования психологических техник и приемов
ПК-3 Способен организовывать и оказывать специализированную психологическую помощь лицам с кризисными состояниями	Знает: особенности организации и проведения тренинга для лиц разного возраста; требования к составлению программ психологического тренинга; законы и процессы групповой динамики; стили руководства группой; роли участников группы Умеет: определить цели, задачи и целевую аудиторию тренинговой программы; планировать и организовывать работу тренинговой группы Имеет практический опыт: составления

	программы психологического тренинга; основными психологическими техниками и приёмами; навыками активного слушания
--	---

3. Место дисциплины в структуре ОП ВО

Перечень предшествующих дисциплин, видов работ учебного плана	Перечень последующих дисциплин, видов работ
Теории личности в клинической психологии	Практикум по психотерапии и консультированию под супервизией, Супервизия в клинической психологии

Требования к «входным» знаниям, умениям, навыкам студента, необходимым при освоении данной дисциплины и приобретенным в результате освоения предшествующих дисциплин:

Дисциплина	Требования
Теории личности в клинической психологии	Знает: основные модели развития личности; закономерности нормального и аномального развития личности с позиции различных теорий , подходы к психологическому (психотерапевтическому) вмешательству, предлагаемые разными теориями; основные принципы цели и механизмы лечебного, психологического воздействия в рамках разных подходов Умеет: описать структуру, закономерности и развитие личности с точки зрения разных психологических теорий; анализировать психологические данные с позиции разных теоретических систем, сформулировать основные цели и задачи психологического вмешательства с позиции разных теорий Имеет практический опыт: применения понятийного аппарата основных теорий личности; анализа основных личностных теорий, выделения ведущих признаков, определяющих личностные особенности в различных теоретических парадигмах

4. Объём и виды учебной работы

Общая трудоемкость дисциплины составляет 2 з.е., 72 ч., 68,25 ч. контактной работы

Вид учебной работы	Всего часов	Распределение по семестрам в часах
		Номер семестра
		8
Общая трудоёмкость дисциплины	72	72
Аудиторные занятия:	64	64
Лекции (Л)	32	32

Практические занятия, семинары и (или) другие виды аудиторных занятий (ПЗ)	32	32
Лабораторные работы (ЛР)	0	0
Самостоятельная работа (СРС)	3,75	3,75
Подготовка к практическим занятиям.	3,75	3,75
Консультации и промежуточная аттестация	4,25	4,25
Вид контроля (зачет, диф.зачет, экзамен)	-	зачет

5. Содержание дисциплины

№ раздела	Наименование разделов дисциплины	Объем аудиторных занятий по видам в часах			
		Всего	Л	ПЗ	ЛР
1	Теория и методология психологического тренинга	22	18	4	0
2	Организационные аспекты психологического тренинга	12	8	4	0
3	Ведущий тренинговых групп	10	6	4	0
4	Практика психологического тренинга	20	0	20	0

5.1. Лекции

№ лекции	№ раздела	Наименование или краткое содержание лекционного занятия	Кол-во часов
1	1	Определение и специфика психологического тренинга. Цели и задачи работы группы. Принципы работы тренинговой группы. Возможности, преимущества и ограничения. Отличие от других форм групповой работы.	2
2-4	1	Методические приемы в тренинге. Дискуссии. Игры. Психогимнастика. Медитации. Методы невербальной активности.	6
5	1	Классификация тренинговых групп.	2
6-7	1	Вспомогательные методические приемы и техники: самораскрытие тренера, предоставление информации, ритуалы, домашние задания.	4
8-9	1	Групповая динамика и групповой процесс. Роли и стили.	4
10-11	2	Проблемные ситуации в тренинге.	4
12-13	2	Организация тренинговой работы. Программа тренинга.	4
14-16	3	Требования к ведущему тренинговых групп. Подготовка к ведению группы. Стили работы тренера. Навыки необходимые для работы.	6

5.2. Практические занятия, семинары

№ занятия	№ раздела	Наименование или краткое содержание практического занятия, семинара	Кол-во часов
1	1	Методические приемы в тренинге. Дискуссии. Игры. Психогимнастика. Медитации. Методы невербальной активности.	2
2	1	Вспомогательные методические приемы и техники: самораскрытие тренера, предоставление информации, ритуалы, домашние задания.	2
3	2	Организация тренинговой работы. Программа тренинга.	2
4	2	Проблемные ситуации в тренинге.	2
5-6	3	Практика ведения психологического тренинга студентом	4
7-9	4	Практика ведения психологического тренинга студентом.	6

10-12	4	Практика ведения психологического тренинга студентом.	6
13-15	4	Практика ведения психологического тренинга студентом.	6
16	4	Практика ведения психологического тренинга студентом.	2

5.3. Лабораторные работы

Не предусмотрены

5.4. Самостоятельная работа студента

Выполнение СРС			
Подвид СРС	Список литературы (с указанием разделов, глав, страниц) / ссылка на ресурс	Семестр	Кол-во часов
Подготовка к практическим занятиям.	ПУМД осн.лит 1-2, доплит. 1-5. ЭУМД осн.лит. 1-2, доплит. 3.	8	3,75

6. Фонд оценочных средств для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации

Контроль качества освоения образовательной программы осуществляется в соответствии с Положением о балльно-рейтинговой системе оценивания результатов учебной деятельности обучающихся.

6.1. Контрольные мероприятия (КМ)

№ КМ	Се-местр	Вид контроля	Название контрольного мероприятия	Вес	Макс. балл	Порядок начисления баллов	Учитывается в ПА
1	8	Текущий контроль	Входное тестирование	0,1	35	Контрольно-рейтинговое мероприятие "Входное тестирование" предназначено для оценки остаточных знаний по курсу "Социальная психология". Данная дисциплина является одной из базовых для освоения курса "Методический тренинг". Критерии оценки КРМ: тест состоит из 35 заданий множественного выбора. Каждый правильный ответ оценивается в 1 балл. Максимальное количество баллов за задание - 35.	зачет
2	8	Текущий контроль	Презентация программы	0,1	5	Студенты демонстрируют презентацию/ролик своей тренинговой программы в аудитории и прикрепляют в ЭУК как ответ на задание. Критерии оценивания следующие. 1). Презентация оформлена по требованиям (титульный лист, список литературы по ГОСТ) – 1 б. 2) Актуальность: проблема, на решение которой направлен тренинг, сформулирована ясно, социально или личностно значима – 1 б.; логичность слайдов/видеоряда: информация	зачет

						представлена последовательно, нет перегруженности текстом, отсутствие ошибок, корректное использование психологической терминологии – 1 б. 3) Теоретическая обоснованность: программа демонстрирует системное понимание теории, используются научные данные исследований последних 10 лет, есть сравнение с другими подходами и аргументирован выбор в пользу конкретного подхода – 1б.; программа опирается на один авторитетный подход, аргументируя его преимущества – 0,5 б. 4) Эффективность /увлекательность презентации: презентация/ролик построена как целостное увлекательное повествование (нестандартный подход), наличие элементов, способных вызвать интерес (сторителлинг, вопросы к аудитории, юмор, интрига) – 1 б.; презентация отражает суть программы, но выполнена шаблонно, без ярких элементов - 0,5 б.	
3	8	Текущий контроль	Тематический практикум	0,17	10	Тематический практикум - индивидуальное выполнение части в групповой работе. Студент подбирает и проводит упражнения в тренинге. Критерии оценивания следующие. Студент подобрал и самостоятельно модифицировал упражнение для конкретной тренинговой группы, продемонстрировал способность к организации групповой дискуссии и рефлексии, группа дала положительную обратную связь - 10 б.; упражнения, разработанные другими авторами, подобраны в соответствии с темой тренинга, обсуждение организовано в соответствии с запланированными вопросами - 9 б.; упражнения соответствуют теме тренинга, но групповая дискуссия организована формально - 8 б.; упражнения соответствуют теме тренинга, но ведущий не заинтересован во включенности всех участников, вопросы после упражнения носят формальный характер - 7 б.; упражнения носят универсальный характер, дискуссия частично регулируется - 6 б.; упражнения отвечают общим целям тренинга, вопросы после упражнения носят эмоциональный характер (понравилось/не понравилось), эффект от упражнений сомнительный - 5 б.; упражнения носят развлекательный характер, не соответствуют задачам	зачет

						конкретного этапа тренинга, дискуссия не организована - 4 б.; упражнения не соответствуют теме тренинга, обсуждение носит формальный характер - 3 б.; упражнения не соответствуют теме тренинга, обсуждение не проведено, включенность ведущего минимальная - 2 б.; упражнения не соответствуют теме тренинга, формальное обсуждение или отсутствует, ведущий практически не включен в работу группы - 1 б.	
4	8	Текущий контроль	Разработка программы	0,13	5	Разработка программы - это групповая работа ведущих, оцениваемая группой и преподавателем. Критерии оценивания следующие. Группа работает синхронно, активно включена в работу участников тренинга, оперативно реагирует на возникшие конфликтные ситуации, техники разнообразны и соответствуют задачам конкретного этапа тренинга - 5 б.; Роли в группе ведущих распределены, организовано обсуждение, упражнения соответствуют теме, но однотипны - 4 б.; Группа ведущих работает неслаженно, упражнения носят развлекательный характер, обратная связь частичная - 3 б.; программа тренинга в целом носит развлекательный характер, обсуждение после упражнений поверхностное, низкая синхронность ведущих в совместной работе - 2 б.; программа тренинга носит развлекательный характер, формальное обсуждение, низкая включенность в работу группы - 1 б.	зачет
5	8	Промежуточная аттестация	Собеседование	-	3	Прохождение промежуточной аттестации не является обязательным. Студент может повысить рейтинг успеваемости на зачетном мероприятии, которое проходит в форме собеседования по темам дисциплины. Критерии оценки: студент знает базовые понятия, правила работы в тренинге, называет основные этапы работы тренинговой группы - 1 балл; студент, кроме базовых основ, знает психологические механизмы динамики группы, знает эффективные техники работы на каждом этапе тренинга - 2 балла; студент знает специфику ведения групп с позиций разных теоретических направлений, понимает процессы взаимодействия ведущего и группы, владеет эффективными техниками - 3 балла. Максимальный балл - 3.	зачет
6	8	Текущий контроль	Проект программы	0,3	11	Проект программы - это оформленный в письменном виде сценарий тренинга с методическими комментариями. Задание	зачет

						прикрепляется в ЭУК. Критерии оценивания следующие. 1) Оформление программы: программа оформлена в соответствии с требованиями (см.ниже) – 1 балл; список (весь) оформлен по ГОСТу – 1б; список в целом оформлен по ГОСТу, но есть 1-2 недочета – 0,5 б.; нарушены правила оформления для большинства источников – 0 б. 2) Структура программы: актуальность темы тренинга указана и приведены аргументы – 0,5 балла; актуальность указана формально, общими словами, либо вообще отсутствует – 0 баллов; представлена практическая значимость тренинга – 0,5 б.; практическая значимость отсутствует, либо не соответствует теме - 0 б.;. определена цель и задачи тренинга в соответствии с конкретной программой и целевой аудиторией – 1 балл; цель соответствует теме, но задачи в основном универсальные – 0,5 б; пункт представлен формально (общие универсальные задачи) – 0 б. 3) Теоретическая база тренинга: психологическая теория представлена с опорой на современные исследования, эклектика (если это есть) с логическим обоснованием – 2 балла; теория релевантна теме тренинга, но не системно представлена – 1 б.; теоретический материал представлен фрагментарно, либо отсутствует совсем – 0 баллов. 4) План тренинга: подробно описаны упражнения/игры/ кейс -задания, есть вопросы для обсуждения – 2 балла; упражнения описаны в общем виде – 1 балл; указана цель каждого упражнения, ситуация применения и его связь с общей целью – 2 балла; цель указана верно, но без привязки к ситуации – 1 б. Наличие методических комментариев (указаны варианты применения в других тренинговых программах) – 1 б.; варианты применения; наличие указаний на возможный (ожидаемый) терапевтический эффект о – 1 балл.	
7	8	Текущий контроль	Проверочная работа	0,2	40	Проверочная работа проводится после освоения курса "Методический тренинг" в форме тестирования. Тест состоит из 40 заданий с множественным выбором и "верно/неверно". Каждый правильный ответ оценивается в 1 балл, максимальное количество баллов за задание - 40.	зачет

					Тестирование проходит в ЭУК с ограничением времени прохождения.	
--	--	--	--	--	---	--

6.2. Процедура проведения, критерии оценивания

Вид промежуточной аттестации	Процедура проведения	Критерии оценивания
зачет	На зачете происходит оценивание учебной деятельности обучающегося по дисциплине на основе полученных оценок за контрольно-рейтинговые мероприятия текущего контроля (утверждена приказом ректора от 24.05.2019 № 179). Для повышения рейтинга по дисциплине студент может выполнить задание промежуточной аттестации. Зачтено: величина рейтинга обучающегося по дисциплине 60-100% Не зачтено: величина рейтинга обучающегося по дисциплине 0-59%	В соответствии с пп. 2.5, 2.6 Положения

6.3. Паспорт фонда оценочных средств

Компетенции	Результаты обучения	№ КМ						
		1	2	3	4	5	6	7
ПК-2	Знает: современные методы и методики оказания психологической помощи, применимые в групповой форме работы	+					+	+
ПК-2	Умеет: подбирать техники и упражнения с учетом цели тренинга, возраста участников группы, времени продолжительности и т.д.	+					+	+
ПК-2	Имеет практический опыт: проведения тренингового упражнения в малой группе; использования психологических техник и приёмов	+					+	+
ПК-3	Знает: особенности организации и проведения тренинга для лиц разного возраста; требования к составлению программ психологического тренинга; законы и процессы групповой динамики; стили руководства группой; роли участников группы			+	+	+	+	+
ПК-3	Умеет: определить цели, задачи и целевую аудиторию тренинговой программы; планировать и организовывать работу тренинговой группы			+	+	+	+	+
ПК-3	Имеет практический опыт: составления программы психологического тренинга; основными психологическими техниками и приёмами; навыками активного слушания			+	+	+	+	+

Типовые контрольные задания по каждому мероприятию находятся в приложениях.

7. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

Печатная учебно-методическая документация

а) основная литература:

Не предусмотрена

б) дополнительная литература:

- 18 программ тренингов : Руководство для профессионалов [Текст] В. А. Чикер, А. Н. Капустина, А. М. Захарова и др.; под ред. В. А. Чикер. - СПб.: Речь, 2008. - 368 с.
- Березина, Т. Н. Тренинг интеллектуальных и творческих способностей [Текст] Т. Н. Березина. - СПб.: Речь, 2010. - 188 с.

3. Грецов, А. Г. Психологические игры для старшеклассников и студентов [Текст] А. Г. Грецов, Т. А. Бедарева. - СПб. и др.: Питер, 2008. - 189 с. ил. 21 см.
4. Тримаскина, И. В. Тренинг эмоционального интеллекта и развития личной эффективности [Текст] И. В. Тримаскина, Д. Б. Тарантин, С. В. Матвиенко. - СПб.: Речь, 2010. - 155, [1] с.
5. Сидоренко, Е. В. Тренинг коммуникативной компетентности в деловом взаимодействии [Текст] Е. В. Сидоренко. - СПб.: Речь, 2008. - 207, [1] с. ил.

в) отечественные и зарубежные журналы по дисциплине, имеющиеся в библиотеке:

1. Журнал практического психолога науч.-практ. журн.: 16+ Изд-во "Фолиум" журнал. - М., 1996-
2. Вестник Южно-Уральского государственного университета. Серия: Психология. Психофизиология науч. журн. Юж.-Урал. гос. ун-т; ЮУрГУ журнал. - Челябинск: Издательство ЮУрГУ, 2008-

г) методические указания для студентов по освоению дисциплины:

1. Психологический тренинг: учебно-методическое пособие / М. А. Реньш, Е. Г. Лопес. Екатеринбург: Изд-во Рос. гос. проф.- пед. ун-та, 2016. 235 с.

из них: учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы студента:

1. Психологический тренинг: учебно-методическое пособие / М. А. Реньш, Е. Г. Лопес. Екатеринбург: Изд-во Рос. гос. проф.- пед. ун-та, 2016. 235 с.

Электронная учебно-методическая документация

№	Вид литературы	Наименование ресурса в электронной форме	Библиографическое описание
1	Основная литература	ЭБС издательства Лань	Казначеева, Н. Б. Социально-психологический тренинг : учебное пособие / Н. Б. Казначеева, М. В. Карагачева. — Санкт-Петербург : ПГУПС, 2022. — 46 с. — ISBN 978-5-7641-1720-1. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/394040
2	Дополнительная литература	ЭБС издательства Лань	Макаров, Ю. В. Психологический тренинг: практикум : учебно-методическое пособие / Ю. В. Макаров, С. Б. Пашкин, А. Ю. Горохов. — Санкт-Петербург : РГПУ им. А. И. Герцена, 2025. — 68 с. — ISBN 978-5-8064-3599-7. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/511850
3	Дополнительная литература	ЭБС издательства Лань	Голованова, Е. Г. Тренинг целеполагания и планирования : учебное пособие / Е. Г. Голованова, Л. С. Самосненко. — Оренбург : ОГПУ, 2026. — 65 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/520808
4	Дополнительная	ЭБС	Вержицкая, Е. Н. Технология группового тренинга : учебное

	литература	издательства Лань	пособие / Е. Н. Вержицкая. — Новокузнецк : КГПИ КемГУ, 2024. — 150 с. — ISBN 978-5-8353-2533-7. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/451949
5	Дополнительная литература	ЭБС издательства Лань	Матеха, А. С. Методика разработки и проведения тренинга профессионального самоопределения : учебно-методическое пособие / А. С. Матеха, А. А. Халявин. — Санкт-Петербург : ИЭО СПбУТУиЭ, 2025. — 51 с. — ISBN 978-5-94047-996-3. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/515240
6	Дополнительная литература	ЭБС издательства Лань	Басманова, Н. И. Тренинг командообразования : учебное пособие / Н. И. Басманова. — Королёв : МГОТУ, 2019. — 59 с. — ISBN 978-5-4499-0549-9. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/149440
7	Дополнительная литература	ЭБС издательства Лань	Гущина, Т. И. Тренинг взаимодействия : учебное пособие / Т. И. Гущина. — Тамбов : ТГУ им. Г.Р.Державина, 2014. — 96 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/137577

Перечень используемого программного обеспечения:

Нет

Перечень используемых профессиональных баз данных и информационных справочных систем:

Нет

8. Материально-техническое обеспечение дисциплины

Вид занятий	№ ауд.	Основное оборудование, стенды, макеты, компьютерная техника, предустановленное программное обеспечение, используемое для различных видов занятий
Практические занятия и семинары		просторная аудитория, где есть возможность свободно расставить стулья по кругу без парт
Лекции		парты, стулья