

Документ подписан простой электронной подписью  
Информация о владельце:  
ФИО: Ястребов Олег Александрович  
Должность: Ректор  
Дата подписания: 28.05.2026 10:32:29  
Уникальный программный ключ:  
ca953a0120d891083f939673078ef1a989dae18a

**Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего образования  
«Российский университет дружбы народов имени Патриса Лумумбы»  
Филологический факультет**  
\_\_\_\_\_  
(наименование основного учебного подразделения (ОУП)-разработчика ОП ВО)

## **РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**

### **ПРАКТИКУМ ПО ПСИХОЛОГИЧЕСКОМУ ТРЕНИНГУ**

(наименование дисциплины/модуля)

**Рекомендована МССН для направления подготовки/специальности:**

### **44.04.02 ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ ОБРАЗОВАНИЕ**

(код и наименование направления подготовки/специальности)

**Освоение дисциплины ведется в рамках реализации основной профессиональной образовательной программы высшего образования (ОП ВО):**

### **ПСИХОЛОГИЯ И ПЕДАГОГИКА**

(наименование (профиль/специализация) ОП ВО)

**2026 г.**

## 1. ЦЕЛЬ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Дисциплина «Практикум по психологическому тренингу» входит в программу магистратуры «Психология и педагогика» по направлению 44.04.02 «Психолого-педагогическое образование» и изучается во 2 семестре 1 курса. Дисциплину реализует Кафедра психологии и педагогики. Дисциплина состоит из 2 разделов и 2 тем и направлена на изучение Практикум по психологическому тренингу

Целью освоения дисциплины является формирование представлений о современных проблемах теоретической и прикладной психологии в отечественной и зарубежной науке и производстве.

## 2. ТРЕБОВАНИЯ К РЕЗУЛЬТАТАМ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Освоение дисциплины «Практикум по психологическому тренингу» направлено на формирование у обучающихся следующих компетенций (части компетенций):

*Таблица 2.1. Перечень компетенций, формируемых у обучающихся при освоении дисциплины (результаты освоения дисциплины)*

Шифр	Компетенция	Индикаторы достижения компетенции (в рамках данной дисциплины)
УК-3	Способен организовывать и руководить работой команды, вырабатывая командную стратегию для достижения поставленной цели.	УК-3.1 Определяет свою роль в команде, исходя из стратегии сотрудничества для достижения поставленной цели;; УК-3.2 Формулирует и учитывает в своей деятельности особенности поведения групп людей, выделенных в зависимости от поставленной цели;; УК-3.4 Осуществляет обмен информацией, знаниями и опытом с членами команды;; УК-3.6 Участвует в командной работе по выполнению поручений.;
УК-5	Способен анализировать и учитывать разнообразие культур в процессе межкультурного взаимодействия.	УК-5.4 Осуществляет сбор информации по заданной теме с учетом этносов и конфессий, наиболее широко представленных в точках проведения исследования;; УК-5.5 Обосновывает особенности проектной и командной деятельности с представителями других этносов и (или) конфессий;; УК-5.6 Придерживается принципов недискриминационного взаимодействия при личном и массовом общении в целях выполнения профессиональных задач и усиления социальной интеграции.;
УК-6	Способен определить и реализовать приоритеты собственной деятельности и способы ее совершенствования на основе самооценки.	УК-6.3 Анализирует свои ресурсы и их пределы (личностные, ситуативные, временные и т.д.), для успешного выполнения поставленной задачи;;
ПК-2	Способен организовывать психологическое сопровождение субъектов, нуждающихся в психологической помощи, взаимодействовать с разными специалистами по вопросам психологической и немедицинской психотерапевтической помощи клиентам и их семьям, обосновывать применение конкретных психологических технологий.	ПК-2.1 Знает основные положения оказания психологической помощи социальным группам и отдельным лицам (клиентам); ПК-2.2 Умеет анализировать и обобщать данные, полученные в ходе наблюдений, исследований, взаимодействия с другими специалистами, на их основе организовывать психологическое сопровождение клиентов, нуждающихся в психологической помощи и их окружения; ПК-2.3 Владеет навыками разработки и реализации индивидуальных и групповых программ психологического сопровождения клиентов;

Шифр	Компетенция	Индикаторы достижения компетенции (в рамках данной дисциплины)
ПК-3	Способен осуществлять организационную деятельность по обеспечению психологического сопровождения личности и группы в профессиональной и социальной среде с использованием современных методов и приемов, организовывать взаимодействие между специалистами по проведению коррекционно-развивающей работы с населением.	ПК-3.1 Демонстрирует знания современной теории, направлений и практик коррекционно-развивающей работы.; ПК-3.2 Разрабатывает и проводит коррекционно-развивающие занятия, мероприятия с разными группами населения с учетом специфики проблемы клиента; ПК-3.3 Использует в своей профессиональной деятельности современные психологические техники и инструменты для оказания психологической помощи клиентам;

### 3. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОП ВО

Дисциплина «Практикум по психологическому тренингу» относится к части, формируемой участниками образовательных отношений блока 1 «Дисциплины (модули)» образовательной программы высшего образования.

В рамках образовательной программы высшего образования обучающиеся также осваивают другие дисциплины и/или практики, способствующие достижению запланированных результатов освоения дисциплины «Практикум по психологическому тренингу».

*Таблица 3.1. Перечень компонентов ОП ВО, способствующих достижению запланированных результатов освоения дисциплины*

Шифр	Наименование компетенции	Предшествующие дисциплины/модули, практики*	Последующие дисциплины/модули, практики*
УК-3	Способен организовывать и руководить работой команды, вырабатывая командную стратегию для достижения поставленной цели.	Философия образования и науки; Методология и методы организации психолого-педагогических исследований;	Педагогическая практика; Психологический практикум по бизнес-консультированию; <i>Тренинг детско-родительского взаимодействия**;</i>
УК-5	Способен анализировать и учитывать разнообразие культур в процессе межкультурного взаимодействия.	Культурно-исторический и деятельностный подход в психологии и образовании; Методика преподавания в высшей школе; Философия образования и науки; Иностранный язык в профессиональной деятельности; Иностранный язык (дополнительные разделы);	Педагогическая практика; <i>Тренинг детско-родительского взаимодействия**;</i>
УК-6	Способен определить и реализовать приоритеты собственной деятельности и способы ее совершенствования на основе самооценки.	Философия образования и науки; Культурно-исторический и деятельностный подход в психологии и образовании; Психолого-педагогическая практика в социальной сфере;	Проектирование и экспертиза образовательных систем; Современные технологии в психодиагностике; Практикум по психокоррекции и

Шифр	Наименование компетенции	Предшествующие дисциплины/модули, практики*	Последующие дисциплины/модули, практики*
			психотерапии;
ПК-2	Способен организовывать психологическое сопровождение субъектов, нуждающихся в психологической помощи, взаимодействовать с разными специалистами по вопросам психологической и немедицинской психотерапевтической помощи клиентам и их семьям, обосновывать применение конкретных психологических технологий.	Культурно-исторический и деятельностный подход в психологии и образовании; Психолого-педагогическая практика в социальной сфере;	Научно-исследовательская (квалификационная) практика; <i>Тренинг детско-родительского взаимодействия**</i> ; <i>Основы индивидуального и группового психоконсультирования**</i> ; Психологический практикум по бизнес-консультированию; Практикум по психокоррекции и психотерапии; <i>Здоровьесберегающие технологии в педагогике**</i> ; <i>Практикум по когнитивно-поведенческой терапии**</i> ; Современные технологии в психодиагностике;
ПК-3	Способен осуществлять организационную деятельность по обеспечению психологического сопровождения личности и группы в профессиональной и социальной среде с использованием современных методов и приемов, организовывать взаимодействие между специалистами по проведению коррекционно-развивающей работы с населением.	Психолого-педагогическая практика в социальной сфере;	Психологический практикум по бизнес-консультированию; Практикум по психокоррекции и психотерапии; <i>Практикум по когнитивно-поведенческой терапии**</i> ; Научно-исследовательская (квалификационная) практика; Педагогическая практика; <i>Тренинг детско-родительского взаимодействия**</i> ; Современные технологии в психодиагностике; <i>Здоровьесберегающие технологии в педагогике**</i> ;

\* - заполняется в соответствии с матрицей компетенций и СУП ОП ВО

\*\* - элективные дисциплины /практики

#### 4. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ

Общая трудоемкость дисциплины «Практикум по психологическому тренингу» составляет «4» зачетные единицы.

Таблица 4.1. Виды учебной работы по периодам освоения образовательной программы высшего образования для очной формы обучения.

Вид учебной работы	ВСЕГО, ак.ч.		Семестр(-ы)
			2
Контактная работа, ак.ч.	36		36
Лекции (ЛК)	0		0
Лабораторные работы (ЛР)	0		0
Практические/семинарские занятия (СЗ)	36		36
Самостоятельная работа обучающихся, ак.ч.	99		99
Контроль (экзамен/зачет с оценкой), ак.ч.	9		9
<b>Общая трудоемкость дисциплины</b>	<b>ак.ч.</b>	<b>144</b>	<b>144</b>
	<b>зач.ед.</b>	<b>4</b>	<b>4</b>

Общая трудоемкость дисциплины «Практикум по психологическому тренингу» составляет «4» зачетные единицы.

Таблица 4.2. Виды учебной работы по периодам освоения образовательной программы высшего образования для очной формы обучения.

Вид учебной работы	ВСЕГО, ак.ч.		Семестр(-ы)
			2
Контактная работа, ак.ч.	36		36
Лекции (ЛК)	0		0
Лабораторные работы (ЛР)	0		0
Практические/семинарские занятия (СЗ)	36		36
Самостоятельная работа обучающихся, ак.ч.	99		99
Контроль (экзамен/зачет с оценкой), ак.ч.	9		9
<b>Общая трудоемкость дисциплины</b>	<b>ак.ч.</b>	<b>144</b>	<b>144</b>
	<b>зач.ед.</b>	<b>4</b>	<b>4</b>

## 5. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Таблица 5.1. Содержание дисциплины (модуля) по видам учебной работы

Номер раздела	Наименование раздела дисциплины	Наименование темы		Содержание темы	Вид учебной работы*
Раздел 1	Введение в теорию социально-психологического тренинга	1.1	Социально-психологический тренинг как метод активного обучения и метод психологического воздействия Классификация социально-психологических тренингов Методология и методика разработки и проведения социально-психологического тренинга Групповая динамика и основные этапы развития группы в тренинге Социально-психологические аспекты руководства тренинговой группой	Социально-психологический тренинг (СПТ) — это метод активного обучения и психологического воздействия, направленный на развитие знаний, умений и навыков в сфере общения, самопознания и саморегуляции через групповое взаимодействие. Классификация СПТ включает тренинги сензитивности (развитие чувствительности к партнёру), коммуникативные тренинги, тренинги делового общения, тренинги личностного роста, поведенческие тренинги и тренинги по авторским программам. Методология разработки СПТ опирается на принципы активности, диалогичности, обратной связи, добровольности, безопасности, конфиденциальности, а методика включает этапы: постановка целей, подбор упражнений, разработка сценария, отбор участников, проведение и анализ результатов. Групповая динамика в тренинге проходит через этапы: формирование группы (ориентация и зависимость), конфликт (контрнаступление и негативизм), нормирование (сплочённость и принятие правил), продуктивная работа (рабочая стадия) и завершение (сепарация и рефлексия). Руководство тренинговой группой требует от тренера компетенций в управлении групповыми процессами (поддержка, фасилитация, конфронтация, структурирование), эмоциональной устойчивости, эмпатии и способности удерживать баланс между поддержкой и требовательностью.	СЗ
Раздел 2	Введение в практику социально-психологического тренинга	2.1	Основные требования к разработке и проведению тренинга свободного самоопределения группы (В-группы) Разработка и проведение тренинга развития личности в межличностном пространстве (Т-группы) Разработка и проведение бихевиорально-ориентированного тренинга (Б-группы) Разработка и проведение психологического	Тренинг свободного самоопределения (В-группа) ориентирован на исследование процессов выбора, принятия решений и личной ответственности, его разработка требует создания атмосферы свободы и безопасности, где участники могут экспериментировать с разными моделями поведения без страха оценки. Тренинг развития личности в межличностном пространстве (Т-группа) фокусируется на обратной связи, анализе того, как участник воспринимается другими, и развитии эмпатии, а его проведение строится на принципе	СЗ

Номер раздела	Наименование раздела дисциплины	Наименование темы		Содержание темы	Вид учебной работы*
			<p>тренинга рационального самопознания и саморазвития личности (ТА-группы)  Психологические особенности конструирования и проведения психологического тренинга самоактуализации и саморегуляции личности (Г-группы).  Проведение социально психологического тренинга по авторской программе</p>	<p>«здесь и сейчас» с минимальным структурированием со стороны тренера. Бихевиорально-ориентированный тренинг (Б-группа) направлен на изменение конкретных поведенческих паттернов через научение (моделирование, подкрепление, тренинг навыков), требует чёткого структурирования, повторения и обратной связи по критериям успешности. Тренинг рационального самопознания и саморазвития личности (ТА-группа) основан на транзактном анализе Э. Берна, включает анализ эго-состояний (Родитель, Взрослый, Ребёнок), сценариев, игр и «поглаживаний», его задача — осознание неадаптивных сценариев и их коррекция через решение разрешений. Тренинг самоактуализации и саморегуляции (Г-группа) (часто в традициях гуманистической психологии) направлен на раскрытие потенциала личности, развитие аутентичности, спонтанности и способности к саморегуляции, а его конструирование предполагает акцент на личностных смыслах, творчестве и целостности опыта. Проведение социально-психологического тренинга по авторской программе требует от разработчика теоретического обоснования, описания целевой аудитории, целей и задач, конкретных упражнений, процедур обратной связи, критериев эффективности и соблюдения этических принципов, а также готовности к апробации и доработке программы по результатам пилотного проведения.</p>	

\* - заполняется только по **ОЧНОЙ** форме обучения: ЛК – лекции; ЛР – лабораторные работы; СЗ – практические/семинарские занятия.

## 6. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Таблица 6.1. Материально-техническое обеспечение дисциплины

Тип аудитории	Оснащение аудитории	Специализированное учебное/лабораторное оборудование, ПО и материалы для освоения дисциплины (при необходимости)
Лекционная	Аудитория для проведения занятий лекционного типа, оснащенная комплектом специализированной мебели; доской (экраном) и техническими средствами мультимедиа презентаций.	Комплект специализированной мебели; технические средства, имеется выход в интернет.  Программное обеспечение: продукты Microsoft (ОС, пакет офисных приложений, в т.ч. MS Office/ Office 365, Teams)
Семинарская	Аудитория для проведения занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации, оснащенная комплектом специализированной мебели и техническими средствами мультимедиа презентаций.	Комплект специализированной мебели; технические средства, имеется выход в интернет.  Программное обеспечение: продукты Microsoft (ОС, пакет офисных приложений, в т.ч. MS Office/ Office 365, Teams)
Для самостоятельной работы	Аудитория для самостоятельной работы обучающихся (может использоваться для проведения семинарских занятий и консультаций), оснащенная комплектом специализированной мебели и компьютерами с доступом в ЭИОС.	Комплект специализированной мебели; технические средства, имеется выход в интернет.  Программное обеспечение: продукты Microsoft (ОС, пакет офисных приложений, в т.ч. MS Office/ Office 365, Teams)

\* - аудитория для самостоятельной работы обучающихся указывается **ОБЯЗАТЕЛЬНО!**

## 7. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

### *Основная литература:*

1. Хухлаева, О. В. Психологическое консультирование и психологическая коррекция : учебник и практикум для академического бакалавриата / О. В. Хухлаева, О. Е. Хухлаев. — М. : Издательство Юрайт, 2016. — 423 с. — (Бакалавр. Академический курс). — ISBN 978-5-9916-7746-2.

<https://www.biblio-online.ru/book/2D11E9E0-74BA-4D4B-963A-B99D9700D093> (онлайн книга)

2. Кочюнас Р. Психологическое консультирование. Групповая психотерапия: учебное пособие -М.: Академический проект, 2010 - 464 -ISBN: 978-5-8291-1230-1 [http://biblioclub.ru/index.php?page=book\\_red&id=220396&sr=1](http://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&id=220396&sr=1) (онлайн книга)

### *Дополнительная литература:*

1. Детская и подростковая психотерапия : учебник для бакалавриата и магистратуры / Е. В. Филиппова [и др.] ; под ред. Е. В. Филипповой. — М. : Издательство Юрайт, 2016. — 430 с. — (Бакалавр и магистр. Академический курс). — ISBN 978-5-9916-6688-6.

<https://urait.ru/viewer/detskaya-i-podrostkovaya-psihoterapiya-450297#page/322> (онлайн книга)

2. Петрова Елена Алексеевна.

Возможности психотерапии взрослых, имевших в детстве травматический опыт [Текст] / Е.А. Петрова// Вопросы психологии. - 2017. - № 1. - С. 82 - 91. (доступна электронная версия статьи)

3. Лэнгле Альфред. Современный экзистенциальный анализ: история, теория, практика, исследования [Текст] / А. Лэнгле, Е.М. Уколова, В.Б. Шумский. - М. : Логос, 2014. - 555 с. - ISBN 978-5-98704-798-9 : 484.00. (доступна электронная версия статьи)

4. Основы психотерапии [Текст] : Учебное пособие / М.С. Артемьева. - Электронные текстовые данные. - М. : Изд-во РУДН, 2014. - 312 с. - ISBN 978-5-209-05584-6 : 136.55. . (доступны 12)

### *Ресурсы информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:*

1. ЭБС РУДН и сторонние ЭБС, к которым студенты университета имеют доступ на основании заключенных договоров

- Электронно-библиотечная система РУДН – ЭБС РУДН

<http://lib.rudn.ru/MegaPro/Web>

- ЭБС «Университетская библиотека онлайн» <http://www.biblioclub.ru>

- ЭБС Юрайт <http://www.biblio-online.ru>

- ЭБС «Консультант студента» [www.studentlibrary.ru](http://www.studentlibrary.ru)

- ЭБС «Троицкий мост»

2. Базы данных и поисковые системы

- электронный фонд правовой и нормативно-технической документации

<http://docs.cntd.ru/>

- поисковая система Яндекс <https://www.yandex.ru/>

- поисковая система Google <https://www.google.ru/>

- реферативная база данных SCOPUS

<http://www.elsevierscience.ru/products/scopus/>

*Учебно-методические материалы для самостоятельной работы обучающихся при освоении дисциплины/модуля\*:*

1. Курс лекций по дисциплине «Практикум по психологическому тренингу».

\* - все учебно-методические материалы для самостоятельной работы обучающихся размещаются в соответствии с действующим порядком на странице дисциплины **в ТУИС!**

**РАЗРАБОТЧИК:**

Ассистент

*Должность, БУП*

*Подпись*

Амантай Жулдыз

*Фамилия И.О.*

**РУКОВОДИТЕЛЬ БУП:**

Заведующий кафедрой

*Должность БУП*

*Подпись*

Башкин Евгений

Брониславович

*Фамилия И.О.*

**РУКОВОДИТЕЛЬ ОП ВО:**

Профессор

*Должность, БУП*

*Подпись*

Ермаков Дмитрий

Сергеевич

*Фамилия И.О.*