

Документ подписан простой электронной подписью  
Информация о владельце:  
ФИО: Ястребов Олег Александрович  
Должность: Ректор  
Дата подписания: 10.02.2026 16:08:32  
Уникальный программный ключ:  
ca953a01204891083f939673078ef1a989dae18a

**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**

### **ТРЕНИНГ САМОРЕАЛИЗАЦИИ ЛИЧНОСТИ**

(наименование дисциплины/модуля)

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

### **37.05.01 КЛИНИЧЕСКАЯ ПСИХОЛОГИЯ**

(код и наименование направления подготовки/специальности)

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

### **КЛИНИЧЕСКАЯ ПСИХОЛОГИЯ. ПСИХОЛОГИЯ ЗДОРОВЬЯ**

(наименование (профиль/специализация) ОП ВО)

**2024 г.**

## 1. ЦЕЛЬ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Дисциплина «Тренинг самореализации личности» входит в программу специалитета «Клиническая психология. Психология здоровья» по направлению 37.05.01 «Клиническая психология» и изучается в 9 семестре 5 курса. Дисциплину реализует Кафедра психологии и педагогики. Дисциплина состоит из 2 разделов и 10 тем и направлена на изучение знаний о теоретических, концептуальных подходах разработки и проведения тренинга самореализации личности.

Целью освоения дисциплины является расширение у студентов знаний о теоретических, концептуальных подходах разработки и проведения тренинга самореализации личности и формирование умений и навыков использования разных методологических подходов в разработке тренинга в практической психологии.

## 2. ТРЕБОВАНИЯ К РЕЗУЛЬТАТАМ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Освоение дисциплины «Тренинг самореализации личности» 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-6	Способен определять и реализовывать приоритеты собственной деятельности и способы ее совершенствования на основе самооценки и образования в течение всей жизни	УК-6.3 Анализирует свои ресурсы и их пределы (личностные, ситуативные, временные и т.д.), для успешного выполнения поставленной задачи;
ПК-4	Способен применять современные подходы и методы психологической коррекции и восстановительного обучения с учетом образовательных, клинико-психологических, нозологических, социально-демографических, культуральных и индивидуально-психологических характеристик пациента (взрослых и детей)	ПК-4.3 Использует приёмы и методики психологической коррекции и восстановительного обучения при различных нарушениях психики взрослых и детей;

## 3. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОП ВО

Дисциплина «Тренинг самореализации личности» 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 «Тренинг самореализации личности».

*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-6	Способен определять и реализовывать приоритеты собственной деятельности и способы ее совершенствования на основе самооценки и образования в течение всей жизни	<p>Правовые и этические основы работы клинического психолога;</p> <p>Введение в профессию;</p> <p>Психология личности;</p> <p><i>Психология профессионального развития личности**;</i></p> <p><i>Теория и практика личностных ресурсов**;</i></p> <p>Педагогическая психология;</p> <p>Методика преподавания психологии;</p> <p><i>Технологии сохранения психического здоровья**;</i></p> <p><i>Практическая психология спорта**;</i></p> <p>Учебно-ознакомительная практика;</p> <p>Производственная практика под супервизией;</p>	<p>Personality and Social Behaviour;</p> <p><i>Здоровьесберегающие технологии в социальной сфере**;</i></p> <p><i>Здоровьесберегающие технологии в системе образования**;</i></p> <p>Производственная практика под супервизией;</p>
ПК-4	Способен применять современные подходы и методы психологической коррекции и восстановительного обучения с учетом образовательных, клинико-психологических, нозологических, социально-демографических, культуральных и индивидуально-психологических характеристик пациента (взрослых и детей)	<p>Производственная практика под супервизией;</p> <p>Нейропсихология;</p> <p><i>Технологии сохранения психического здоровья**;</i></p> <p><i>Практическая психология спорта**;</i></p> <p>Практикум по нейропсихологии;</p> <p><i>Психическое здоровье детей и подростков, оказавшихся в трудной жизненной ситуации**;</i></p> <p><i>Психическое здоровье одаренных детей**;</i></p> <p>Суицидология;</p>	<p>Нейропсихологическая реабилитация и восстановление психических функций;</p> <p><i>Психологическая помощь пожилым людям, оказавшимся в непростой жизненной ситуации**;</i></p> <p><i>Психологическая помощь пожилым людям, инвалидам и их семьям**;</i></p> <p><i>Здоровьесберегающие технологии в социальной сфере**;</i></p> <p><i>Здоровьесберегающие технологии в системе образования**;</i></p> <p>Производственная практика под супервизией;</p> <p>Преддипломная практика;</p>

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

\*\* - элективные дисциплины /практики

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

Общая трудоемкость дисциплины «Тренинг самореализации личности» составляет «2» 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)
			9
<i>Контактная работа, ак.ч.</i>	28		28
Лекции (ЛК)	0		0
Лабораторные работы (ЛР)	0		0
Практические/семинарские занятия (СЗ)	28		28
<i>Самостоятельная работа обучающихся, ак.ч.</i>	35		35
<i>Контроль (экзамен/зачет с оценкой), ак.ч.</i>	9		9
<b>Общая трудоемкость дисциплины</b>	<b>ак.ч.</b>	<b>72</b>	72
	<b>зач.ед.</b>	<b>2</b>	2

## 5. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

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

Номер раздела	Наименование раздела дисциплины	Содержание раздела (темы)		Вид учебной работы*
Раздел 1	Введение в проблему тренинга самореализации личности	1.1	Самореализация личности: основные теории, подходы и методы исследования.	СЗ
		1.2	Методы коррекции и оптимизации самореализации субъекта.	СЗ
		1.3	Методология и методика разработки и проведения тренинга самореализации личности.	СЗ
		1.4	Групповая динамика и этапы развития группы в тренинге самореализации.	СЗ
Раздел 2	Методический дизайн тренинга самореализации личности	2.1	Основные требования к разработке и проведению тренинга самореализации в контексте (В-группы).	СЗ
		2.2	Разработка и проведение тренинга самореализации личности в рамках (Т-группы).	СЗ
		2.3	Разработка и проведение тренинга самореализации личности с позиций (Б-группы).	СЗ
		2.4	Разработка и проведение психологического тренинга самореализации в русле рационального самопознания и саморазвития личности (ГА-группы).	СЗ
		2.5	Психологические особенности конструирования и проведения тренинга самореализации личности в контексте полисистемной концепции.	СЗ
		2.6	Проведение тренинга самореализации личности по авторской программе.	СЗ

\* - 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)
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.	Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, практических занятий, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации. Комплект специализированной мебели; технические средства: Моноблок Lenovo V510z 23" Full HD i5 6400T/8Gb/1Tb/DVDRW/Windows 10 Professional 64/MP1/ВТ/клавиатура/мышь/Ca m/тёмно-серый, имеется выход в

		интернет, аудиосистема, проектор Epson EB-955W, экран моторизованный. 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.	Учебная аудитория для проведения практических занятий, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации. Комплект специализированной мебели, переносной комплект техники: Ноутбук NB IP320-15IKBA LENOVO, проектор BenQ MX532. Экран моторизованный. 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. Родители и дети: Психология взаимоотношений / Редактор: Савина Е.А., Смирнова Е.О. - М.: Когито-Центр, 2003 - 230с - ISBN: 5-89353-057-8
2. Кудинов С.И. Ценностно-смысловые предикторы самореализации личности// Монография. –Москва: РУДН,2016. -232с.
3. Куфтяк Е. В. Основы психологической работы с семьей: учебное пособие -М., Берлин: Директ-Медиа, 2016 - 123с - ISBN: 978-5-4475-7958-6
4. Морозюк, С. Н. Психология личности. Психология характера : учебное пособие для вузов / С. Н. Морозюк. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 217 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-06609-8. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/516118>

### Дополнительная литература:

1. Кудинов С.И. Ценностно-смысловые предикторы самореализации личности// Монография. –Москва: РУДН,2016. -232с.

### 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 «Тренинг самореализации личности».

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

## **8. ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ И БАЛЛЬНО-РЕЙТИНГОВАЯ СИСТЕМА ОЦЕНИВАНИЯ УРОВНЯ СФОРМИРОВАННОСТИ КОМПЕТЕНЦИЙ ПО ДИСЦИПЛИНЕ**

Оценочные материалы и балльно-рейтинговая система\* оценивания уровня сформированности компетенций (части компетенций) по итогам освоения дисциплины «Тренинг самореализации личности» представлены в Приложении к настоящей Рабочей программе дисциплины.

\* - ОМ и БРС формируются на основании требований соответствующего локального нормативного акта РУДН.

**РАЗРАБОТЧИК:**

Профессор кафедры  
психологии и педагогики

*Должность, БУП*

*Подпись*

Кудинов Сергей Иванович

*Фамилия И.О.*

**РУКОВОДИТЕЛЬ БУП:**

Заведующий кафедрой

*Должность БУП*

*Подпись*

Башкин Евгений

Брониславович

*Фамилия И.О.*

**РУКОВОДИТЕЛЬ ОП ВО:**

Заведующий кафедрой  
психологии и педагогики

*Должность, БУП*

*Подпись*

Башкин Евгений

Брониславович

*Фамилия И.О.*