

Житомирська політехніка	МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ «ЖИТОМИРСЬКА ПОЛІТЕХНІКА» Система управління якістю відповідно до ДСТУ ISO 9001:2015	Ф-31.07- 05.01/053.00.2/Б/ВК2.6- 2023
	Екземпляр № 1	Арк 1 - 12

ЗАТВЕРДЖЕНО

Вченою радою факультету
педагогічних технологій та освіти
впродовж життя

31 серпня 2023 р., протокол № 11

Голова Вченої ради

Оксана ЧЕРНИШ



РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ «ОСНОВИ ПСИХОЛОГІЧНОГО ТРЕНІНГУ»

для здобувачів вищої освіти освітнього ступеня «бакалавр»
спеціальності 053 «Психологія»
освітньо-професійна програма «Екстремальна психологія»
факультет педагогічних технологій та освіти впродовж життя
кафедра психології та соціального забезпечення

Схвалено на засіданні кафедри
психології та соціального
забезпечення
28 серпня 2023 р., протокол № 7

В.о. завідувача кафедри
Марина ОКСІЮТОВИЧ

Гарант освітньо-професійної
програми
Марина ОКСІЮТОВИЧ

Розробник: доктор психологічних наук, професор, професор кафедри психології
та соціального забезпечення Олег МАТЕЮК

Житомир
2023 – 2024 н.р.

Житомирська політехніка	МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ «ЖИТОМИРСЬКА ПОЛІТЕХНІКА» Система управління якістю відповідає ДСТУ ISO 9001:2015	Ф-31.07- 05.01/053.00.2/Б/ВК2.6- 2023
	Екземпляр № 1	Арк 2 / 12

1. Опис навчальної дисципліни

Найменування показників	Галузь знань, спеціальність, освітній рівень	Характеристика навчальної дисципліни	
		денна форма навчання	заочна форма навчання
Кількість кредитів – 5	Галузь знань: 05 «Соціальні та поведінкові науки»	Вибіркова	
Модулів – 1	Спеціальність: 053 «Психологія»	Рік підготовки:	
Змістових модулів – 2		3	
Загальна кількість годин – 150		Семестр	
		6-й	
		Лекції	
		32 год.	- год.
		Практичні, семінарські	
		32 год.	
		Лабораторні	
		- год.	- год.
		Самостійна робота	
		86 год.	- год.
		Індивідуальні завдання	
		Вид контролю: залік	
Тижневих годин для денної форми навчання: аудиторних – 4 самостійної роботи студента – 3,5	Освітній рівень: «Бакалавр»		

Примітка.

Співвідношення кількості годин аудиторних занять до самостійної та індивідуальної роботи становить:

для денної форми навчання – 43% аудиторних занять, 57% самостійної та індивідуальної роботи.

Житомирська політехніка	МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ «ЖИТОМИРСЬКА ПОЛІТЕХНІКА» Система управління якістю відповідас ДСТУ ISO 9001:2015	Ф-31.07- 05.01/053.00.2/Б/ВК2.6- 2023
	Екземпляр № 1	Арк 3 / 12

2. Мета та завдання навчальної дисципліни

Робочу навчальну програму укладено згідно з вимогами кредитно-модульної системи організації навчання. Програма визначає обсяги знань, які повинен опанувати студент відповідно до вимог освітньо-кваліфікаційної характеристики, алгоритму вивчення навчального матеріалу дисципліни «Основи психологічного тренінгу», необхідне методичне забезпечення, складові та технологію оцінювання навчальних досягнень студентів. «Основи психологічного тренінгу» є складовою частиною дисциплін психологічного циклу вибіркового блоку. Її вивчення передбачає підвищення професійної компетентності психологів та сприяє ефективній самореалізації їх, як фахівців.

Метою дисципліни «Основи психологічного тренінгу» є ефективне вирішення питань розвитку особистості; успішне формування комунікативних навичок, що є необхідним для професії психолога; а також, формування практичних знань та вмінь, які допоможуть студентам у майбутньому проектувати власні тренінги для вирішення низки соціально-особистісних проблем клієнтів, що можуть з'являтися в професійній діяльності фахівців цього напрямку. Отже, основною метою цієї дисципліни є формування системи знань і вмінь щодо психологічної підготовки студентів, необхідної для вирішення особистих, практичних і наукових завдань.

Завданням вивчення дисципліни «Основи психологічного тренінгу» є:

- засвоїти сучасні технології психологічного тренінгу з можливістю їх подальшого використання та грамотного проектування у авторський тренінг;
- розвиток особистості та підвищення соціально-психологічної компетентності;
- формування навичок і вмінь спілкування з різними групами людей;
- формування активної соціальної позиції студентів;
- вивчення і оволодіння прийомами міжособистісної взаємодії для підвищення її ефективності;
- розвиток інтересу і поваги до інших, демонстрування відкритості і готовності до сприйняття інших людей, загальнолюдських цінностей.

У результаті вивчення навчальної дисципліни «Основи психологічного тренінгу» студенти повинні **знати**:

- сутність поняття «психологічний тренінг»;
- історичні передумови виникнення та розвитку тренінгу як психокорекційного методу;
- структурні компоненти тренінгового заняття.
- значення та функції тренера.
- етапи побудови змістовної роботи в тренінгу;
- аналіз організації тренінгової роботи;
- поняття групової динаміки;
- цілісну структуру тренінгу;
- комплектацію необхідного технічного забезпечення.

Житомирська політехніка	МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ «ЖИТОМИРСЬКА ПОЛІТЕХНІКА» Система управління якістю відповідає ДСТУ ISO 9001:2015	Ф-31.07- 05.01/053.00.2/Б/ВК2.6- 2023
	Екземпляр № 1	Арк 4 / 12

ВМІТИ:

- конструювати та проводити тренінг в практичній діяльності психолога;
- простежувати групову динаміку;
- підбирати вправи та рольові ігри для психологічного тренінгу з метою корекції особистості;
- аналізувати причинно-наслідкові зв'язки особистісної взаємодії під час тренінгових занять;
- будувати адекватні моделі поведінки задля ефективної комунікації;
- бути гнучкими в середовищі «тренінгового поля»;
- «читати» психокорекційні тренінгові вправи та рольові ігри.

3. Програма навчальної дисципліни

ЗМІСТОВИЙ МОДУЛЬ 1. Теоретичні та методичні основи психологічного тренінгу.

Тема 1. Загальні уявлення про психологічний тренінг.

Специфіка тренінгової форми роботи. Місце тренінгової діяльності на ринку психологічних послуг. Тренінгова група як психологічне дзеркало. Фактори, що забезпечують можливі зміни учасників в тренінговій групі. Передісторія та історія психологічного тренінгу. Персоналії, з якими пов'язаний розвиток психологічного тренінгу. Основні напрямки розвитку групових методів тренінгової роботи. Мала група як основний об'єкт тренінгової діяльності. Феномен малої групи. Групові ролі і норми. Проблема лідерства в тренінговій групі. Групова динаміка в тренінговій групі. Фази розвитку тренінгової групи. Згуртованість, конкуренція і напруга в тренінговій групі. Діагностична процедура. Структурні характеристики соціально-психологічного тренінгу. Мета і завдання тренінгу. Місце тренінгу в професійній діяльності психолога. Загальні принципи тренінгу.

Тема 2. Сфера впливу в соціально-психологічному тренінгу.

Умови зміни особистості учасника в процесі соціально - психологічного тренінгу. Чинники групового тренінгу: отримання і надання підтримки, саморозкриття, зворотний зв'язок. Саморозкриття: зміст, параметри і функції. Міжособистісний зворотний зв'язок і його різновиди. Конструктивний і деструктивний зворотний зв'язок. Модель співвідношення саморозкриття і зворотного зв'язку. Механізм (процеси інтеграції і дезінтеграції) зміни особистості в груповому тренінгу.

Тема 3. Роль психолога-тренера у груповому процесі.

Взаємодія тренера з учасниками групи. Основні ролі та завдання групового психолога. Проблема психологічного опору. Типові помилки психолога. Етичні вимоги до керівників групи. Вимоги до особистості тренера. Освіта. Особистісні

Житомирська політехніка	МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ «ЖИТОМИРСЬКА ПОЛІТЕХНІКА» Система управління якістю відповідас ДСТУ ISO 9001:2015	Ф-31.07- 05.01/053.00.2/Б/ВК2.6- 2023
	Екземпляр № 1	Арк 5 / 12

якості. Робота вдвох. Роль і функції ведучого групи. Предмет роботи ведучого в групі та його функції. Стиль ведення групи. Ко-тренерство. Роль та функції ко-тренера в тренінговій роботі. Особистість ко-тренера.

Тема 4. Мотиваційні аспекти тренінгу.

Мета. Моделі мотивів.

Боротьба мотивів.

Дилеми тренера.

Стратегії поводження. Методи групової роботи. Мотиви тренера, мотиви учасників, мотиви замовника.

ЗМІСТОВИЙ МОДУЛЬ 2. Конструювання та оцінка ефективності тренінгу.

Тема 5. Етапи та механізми конструювання тренінгу.

Конструювання і підготовка тренінгу. Етапи та способи конструювання тренінгу. Організація та формування тренінгового заняття. Розклад тренінгу. Підготовка тренінгу. Початок, перерви, закінчення. Форми організації тренінгових занять. Планування програми тренінгу. Особливості підбору вправ. Початковий етап проведення тренінгу. Проведення процедури знайомства. Робота з очікуваннями. Формування норм і правил в групі. Серединний етап проведення тренінгу. Інструкція до вправ. Проведення вправи. Серединний етап проведення тренінгу. Проведення дискусії в групі. Використання відео зйомки. Процедура завершення тренінгу. Грамотна організація «прощання». Негативні наслідки проігнорованого чи невчасного «прощання». Процедури для завершення занять: конкретні вправи.

Тема 6. Тренінгові техніки.

Прийоми активізації і керування увагою: звернення по імені, неочікуваний поворот, звернення до актуальних проблем і подій, звернення до авторитетних джерел, використання гумору. Використання технік активного слухання. Роль та значення активного вислуховування. Конкретні прийоми, що демонструють активне слухання. Оцінка ефективності тренінгу. Опитування учасників. Спостереження. Тестування. Експертна оцінка замовника. Знання та техніки необхідні для тренера групи. Робота з примусово утвореними групами.

Тема 7. Прикладні тренінгові вправи.

Вправи, ігри та метафори в психологічному тренінгу. Вправи спрямовані на знайомство учасників і створення працездатності групи. Вправи спрямовані на організацію зворотного зв'язку. Вправи спрямовані на розвиток внутрішньо групової взаємодії. Вправи спрямовані на розвиток групової дискусії.

Групові методи і методичні засоби. Міні-лекції. Групові дискусії. Структуровані вправи. Рухові вправи. Демонстрації, малювання, тестування,

Житомирська політехніка	МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ «ЖИТОМИРСЬКА ПОЛІТЕХНІКА» Система управління якістю відповідає ДСТУ ISO 9001:2015	Ф-31.07- 05.01/053.00.2/Б/ВК2.6- 2023
	Екземпляр № 1	Арк 6 / 12

мозковий штурм. Рольові та ділові ігри. Аналіз ситуацій. Метод фіксованих ролей.

**Тема 8. Рефлексія та психодіагностика у процесі проведення тренінгу.
Типові помилки тренера під час організації тренінгу**

Рефлексія після бізнес-тренінгу.

Система рефлексивних питань.

Значення та організація зворотного зв'язку під час проведення тренінгу.

Основні помилки тренера при підготовці програми, написанні сценаріїв, театралізації.

Некомпетентність, помилки візуальної психодіагностики, не втримання групової динаміки, конфліктність.

Етичні проблеми тренера під час організації тренінгу.

Житомирська політехніка	МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ «ЖИТОМИРСЬКА ПОЛІТЕХНІКА» Система управління якістю відповідає ДСТУ ISO 9001:2015	Ф-31.07- 05.01/053.00.2/Б/ВК2.6- 2023
	Екземпляр № 1	Арк 7 / 12

4. Структура (тематичний план) навчальної дисципліни

Кредитні модулі	Змістові модулі	Кількість годин			
		Всього	Лекції	Практичні	Самостійна робота
№1	Змістовий модуль 1				
	Тема 1. Загальні уявлення про психологічний тренінг.	18	4	4	10
	Тема 2. Сфера впливу в соціально-психологічному тренінгу.	18	4	4	10
	Тема 3. Роль психолога-тренера у груповому процесі.	18	4	4	10
	Тема 4. Мотиваційні аспекти тренінгу.	20	4	4	12
	Разом змістовий модуль 1	74	16	16	42
№2	Змістовий модуль 2				
	Тема 5. Етапи та механізми конструювання тренінгу.	18	4	4	10
	Тема 6. Тренінгові техніки.	18	4	4	10
	Тема 7. Прикладні тренінгові вправи.	20	4	4	12
	Тема 8. Рефлексія та психодіагностика у процесі проведення тренінгу. Типові помилки тренера під час організації тренінгу.	20	4	4	12
	Разом змістовий модуль 2	76	16	16	44
РАЗОМ		150	32	32	86

5. Теми практичних занять

№	Назва теми	Кількість годин
1	Тема 1. Загальні уявлення про психологічний тренінг.	4
2	Тема 2. Сфера впливу в соціально-психологічному тренінгу.	4
3	Тема 3. Роль психолога-тренера у груповому процесі.	4
4	Тема 4. Мотиваційні аспекти тренінгу.	4
5	Тема 5. Етапи та механізми конструювання тренінгу.	4
6	Тема 6. Тренінгові техніки.	4
7	Тема 7. Прикладні тренінгові вправи.	4
8	Тема 8. Рефлексія та психодіагностика у процесі проведення тренінгу. Типові помилки тренера під час організації тренінгу.	4
РАЗОМ		32

6. Завдання для самостійної роботи

Основними завданнями самостійної роботи слухачів є підготовка і виконання поточних навчальних завдань, а також самостійне вивчення окремих питань навчальної дисципліни. Самостійна робота передбачає вирішення практичних завдань та підготовку навчально-наукового есе (згідно визначених вимог) за однією із запропонованих тем.

Орієнтовна тематика есе

Житомирська політехніка	МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ «ЖИТОМИРСЬКА ПОЛІТЕХНІКА» Система управління якістю відповідає ДСТУ ISO 9001:2015	Ф-31.07- 05.01/053.00.2/Б/ВК2.6- 2023
	Екземпляр № 1	Арк 8 / 12

1. Можливості використання психотерапевтичної техніки в СПТ.
2. Використання техніки візуалізації в ході тренінгової роботи.
3. Групові стратегії подолання в тренінгу.
4. Групові захисні механізми на стадії спротиву тренінгової групи.
5. Кризи в груповій роботі.
6. Ейфорія як ефект від участі в групі особистісного зростання.
7. Соціальні уявлення про тренінг.
8. Тренінг адаптації до оточення людьми другої культури..
9. Тренінг сенситивності.
10. Порівняльна характеристика бізнес-тренінгів і тренінгів психокорекційної спрямованості.
11. Соціально-психологічний портрет успішного ведучого тренінгової групи.
12. Образ успішного учасника тренінгу в уявленні ведучих групи.
13. Образ «важкого» клієнта у уявленні ведучих групи.
14. Трансформація Я-концепції як ефект тренінгу особистісного зростання.
15. Міжособистісна атракція: відношення учасників до ведучого групи як чинник успішного подолання стадії конфлікту.
16. Міжособистісна атракція в групі тренінгу як чинник зміни рівня групової згуртованості.
17. Взаємозв'язок рівня особистісної тривожності і демонстрації агресивної поведінки у учасників тренінгу.
18. Історія виникнення групового соціально-психологічного навчання і його переваги перед індивідуальним навчанням.
19. Умови зміни особистості учасника в процесі соціально – психологічного тренінгу.
20. Механізм (процеси інтеграції і дезінтеграції) зміни особистості в груповому тренінгу.
21. Метод дискусії в соціально-психологічному тренінгу. Біографічні, тематичні, інтерактивні дискусії: зміст, сфера застосування і відмітні ознаки.
22. Ігровий метод в соціально-психологічному тренінгу. Відмітні особливості ігрової діяльності. Операційні і міжособистісна ігри.
23. Різновиди ігрового методу в соціально-психологічному тренінгу. Ситуаційні ігри.
24. Психодрама в соціально-психологічному тренінгу, її ключові поняття (спонтанність, ситуація, катарсис, інсайт) і елементи (сцена, протагоніст, ведучий, допоміжне «Я», публіка).
25. Трансакційний аналіз в соціально-психологічному тренінгу, види трансакцій.
26. Методи, засновані на невербальній активності в соціально-психологічному тренінгу: проектний малюнок, психогімнастика, методи тілесної і танцювальної терапії.
27. Психокорекційна техніка в СПТ.

Житомирська політехніка	МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ «ЖИТОМИРСЬКА ПОЛІТЕХНІКА» Система управління якістю відповідас ДСТУ ISO 9001:2015	Ф-31.07- 05.01/053.00.2/Б/ВК2.6- 2023
	Екземпляр № 1	Арк 9 / 12

28. Техніка активного слухання в СПТ.
29. Техніка емпатійного приєднання до учасника СПТ.
30. Техніка вербального і невербального спілкування психолога з групою в СПТ.
31. Методи психодіагностики учасників СПТ.
32. Склад тренінгових груп: якісний і кількісний аспекти
33. Групові норми в СПТ. Основні цілі введення правил роботи в тренінгу.
34. Класифікація тренінгових груп. Критерії класифікації груп тренінгу.
35. Взаємозв'язок між цілями групової роботи і видами тренінгових груп.
36. Основні чинники групової згуртованості в групі СПТ.
37. Достойнства і недоліки згуртованої групи в умовах тренінгу.
38. Характеристика особистості групового тренера. Основні вимоги до ведучого групи СПТ.
39. Можливі ролі того, хто веде тренінгову групу. Функції керівника. Найбільш поширені помилки ведучого групи СПТ.
40. Основні характеристики стадії псевдозгуртованості. Основні завдання тренера на початковій стадії.
41. Перехідна стадія – конфлікт (чи криза). Особливості стадії конфлікту.
42. Робоча стадія. Основні характеристики робочої стадії в розвитку тренінгової групи і завдання ведучого на цьому етапі.
43. Стадія завершення – сепарації. Особливості стадії сепарації. Техніка роботи на стадії завершення тренінгу.
44. Самопрезентація тренера, введення правил тренінгової групи.
45. Визначення потреб тренінгової групи.
46. Деролінг, шерінг і де-брифінг в роботі СПТ
47. Психотехніки, вживані для проблематизації групи.
48. Психотехніки, вживані для формування зворотного зв'язку.
49. Корпоративні тренінги.
50. Ділові і організаційно-розумові ігри.
51. Тренінг асертивності.
52. Тренінг комунікативності.
53. Тренінг переговорів.
54. Відеотренінг.
55. Тренінг підготовки персоналу.
56. Тренінг продажів.
57. Тренінг особистісного зростання
58. Способи закріплення змін залежно від виду тренінгу.
59. Цикл самонавчання. Асиміляція тренінгового досвіду.
60. Ефекти СПТ: моніторинг успішності, система експрес-аналізу.
61. Основні детермінанти успішності тренінгу.
62. Величина групи. Активність учасників. Приріст знань і вдосконалення умінь як ефекти СПТ.

Житомирська політехніка	МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ «ЖИТОМИРСЬКА ПОЛІТЕХНІКА» Система управління якістю відповідає ДСТУ ISO 9001:2015	Ф-31.07- 05.01/053.00.2/Б/ВК2.6- 2023
	Екземпляр № 1	Арк 10 / 12

7. Індивідуальні завдання

Метою виконання індивідуальних завдань є: закріплення, поглиблення й узагальнення знань, отриманих студентами на теоретичних і практичних заняттях.

Індивідуальна робота студентів з навчальної дисципліни «Основи психологічного тренінгу» включає:

1. Анотація додаткової літератури.
2. Розробка термінологічного словника з предмету «Основи психологічного тренінгу».

8. Методи навчання

Вербальні: проблемна лекція, пояснення, розповідь, бесіда.

Наочні: спостереження, ілюстрація, демонстрація.

Пояснювально-ілюстративний: пред'явлення готової інформації викладачем та її засвоєння студентами.

Презентація, міні-лекція.

Дискусійний метод.

Метод активного навчання: проведення дидактичних ігор (ділових, рольових, імітаційних), ігрового проектування.

Ситуаційний метод.

Традиційні та сучасні технології, а саме: особистісно-орієнтована, інформаційно-комп'ютерні, інтерактивні, ігрові, проблемно-орієнтовані та технології змішаного навчання. Дані технології реалізуються у формі лекцій (лекції-візуалізації, проблемні, лекції із застосуванням техніки зворотного зв'язку); семінарських занять (з використанням елементів тренінгу та коучингу; дискусій, бесіди, брейнстормінгу; рольових ігор; робота в колі, в малих групах (або парами), творчі завдання); самостійної роботи (підготовка до контрольних заходів). Використання навчального середовища Moodle та програми для організації відеоконференцій Google Meet.

9. Методи контролю

Контроль складається з поточного контролю виконання студентами самостійної роботи та модульного контролю, контролю виконання індивідуальних завдань та семестрового контролю.

Модульний контроль здійснюється шляхом перевірки графіку відвідування студентами лекційних та практичних занять та опрацювання відповідного матеріалу (у випадку пропуску занять), перевірки домашніх завдань, усного та письмового опитування і завершується написанням есе за визначеною темою.

Семестровий контроль здійснюється шляхом складання заліку.

10. Розподіл балів

Житомирська політехніка	МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ «ЖИТОМИРСЬКА ПОЛІТЕХНІКА» Система управління якістю відповідас ДСТУ ISO 9001:2015	Ф-31.07- 05.01/053.00.2/Б/ВК2.6- 2023
	Екземпляр № 1	Арк 11 / 12

Поточне тестування та самостійна робота								Сума
Змістовий модуль №1				Змістовий модуль №2				
T1	T2	T3	T4	T5	T6	T7	T8	100
12	12	12	12	12	12	14	14	

Підсумковий контроль

1. Оцінювання якості засвоєння дисципліни за всіма видами навчальних занять проводиться без участі студента на підставі усіх попередніх модульних контролів, що передбачені навчальним планом шляхом визначення середньозваженого балу (округленого до сотих) результатів модульних контролів.

2. Загальна кількість балів та результати семестрового контролю доводяться до відома студента. При проведенні підсумків семестрового контролю необхідно враховувати наступне:

– у разі, якщо студент погоджується з результатом контролю, відповідна кількість балів та оцінка (за національною шкалою та шкалою ECTS) виставляються у відомість;

– у разі, якщо студент отримав від 0 до 59 балів, то у відомість за національною шкалою виставляється оцінка «незадовільно» («F» та «FX» відповідно до шкали ECTS);

– у разі, якщо студент, який отримав позитивну оцінку за результатами модульного контролю, має бажання підвищити результати семестрового контролю, то він складає залік зі всього курсу під час сесії (за розкладом), результати якого виставляються у відомість.

Шкала оцінювання

За шкалою	Екзамен	Залік	Бали
A	Відмінно	Зараховано	90-100
B	Добре	Зараховано	82-89
C			74-81
D	Задовільно	Зараховано	64-73
E			60-63
FX	Незадовільно	Не зараховано	35-59
F		Не зараховано	0-34

11. Рекомендована література

Основна література

1. Андрушко Я. Основи психологічного тренінгу та психокорекція. Львів : Видавництво: Львівська політехніка. 2021. 236 с.

2. Зливков В.Л., Лукомська С.О. Теорія та практика психологічних

Житомирська політехніка	МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ «ЖИТОМИРСЬКА ПОЛІТЕХНІКА» Система управління якістю відповідає ДСТУ ISO 9001:2015	Ф-31.07- 05.01/053.00.2/Б/ВК2.6- 2023
	Екземпляр № 1	Арк 12 / 12

тренінгів. Київ-Ніжин: Видавець ПП Лисенко М.М., 2019. 209 с.

3. Івашнюва С. В. Як підготувати та провести ефективний тренінг : практичний poradnik. Харків : Видавництво: «Ранок», 2019. 80 с.

4. Стельмах Н.В., Іванова Т.М. Загальні основи тренінгової роботи. Миколаїв: МНУ ім. В.О.Сухомлинського, 2019. 300 с.

Допоміжна література

1. Лефтеров В.О., Форманюк Ю.В., Третьякова Т.М. Теорія і практика психологічного тренінгу: методичні рекомендації для самостійної роботи здобувачів. Одеса: Фенікс, 2021. 44 с.

2. Никоненко Ю.П. Основи психологічної просвіти та профілактики. Київ : КНТ, 2018. 192 с.

3. Тарасова Т.Б. Психологічна просвіта. К.: Українська книга, 2018. 462 с.

4. Kambouropoulos A., Harris C. Handbook for Provisional Psychologists in Training Psychological Practice and Supervision. 210 Pages 9 B/W Illustrations by Routledge.

5. Singh A., Kaur J. & R. Psychological Skills Training for Human Wellness. SAGE Publications Pvt. Ltd. 2021.

Інформаційні ресурси в Інтернеті

1. Бібліотека психологічної літератури: <http://psylib.kiev.ua/>.

2. Українські підручники он-лайн: <http://pidruchniki.ws/>.

3. Національна бібліотека України ім. В. І. Вернадського <http://www.nbuv.gov.ua/>.

4. Наукова бібліотека національного педагогічного університету ім. М. П. Драгоманова: <http://hklib.npu.edu.ua/>.

5. Портал професійних психологів України «У психолога»: <http://upsihologa.com.ua/>.