

ЗАТВЕРДЖЕНО  
Методичною радою  
університету  
від 26.02.2020  
(протокол №5)



**Силабус**  
навчальної дисципліни  
**Психологія особистості тренера**  
2025-2026 навчальний рік

Освітньо-професійна програма: Психологія тренінгової роботи

Спеціальність: С4 Психологія

Галузь знань: С Соціальні науки, журналістика та інформація

Рівень вищої освіти: другий (магістерський)

<b>Викладач (і)</b>	Фролова Ольга Василівна
<b>Посилання на сайт</b>	<a href="https://bdpu.org.ua/faculties/fppom/structure-fppom/kaf-psihologiya/">https://bdpu.org.ua/faculties/fppom/structure-fppom/kaf-psihologiya/</a>
<b>Контактний тел.</b>	+380964091110
<b>Е-mail викладача:</b>	frolowaolya04@gmail.com
<b>Графік консультацій</b>	Індивідуальний

**Обсяг курсу на поточний навчальний рік:**

Кількість кредитів/ годин	Лекції	Практичні заняття	Самостійна робота	звітність
3/90	12	12	66	екзамен

**Семестр:** осінній

**Мова навчання:** українська

**Ключові слова:** особистість, психолог-тренер, професійна ідентичність, роль ведучого соціально-психологічного тренінгу, соціально-психологічний тренінг, групова форма роботи, тренінгова група.

**Мета курсу:** формування в учасників компетенцій, необхідних для ведення соціально-психологічного тренінгу.

**Предмет вивчення:** вимоги до особистості й освіти тренера, особистісні якості тренера, види тренерської компетентності, етичні проблеми тренінгової роботи.

**Основні завдання курсу:**

- ознайомлення здобувачів вищої освіти з категорійно-понятійним апаратом із даного курсу;
- засвоєння студентами основних положень про роль ведучого соціально-психологічного тренінгу в груповій взаємодії.
- формування у здобувачів вищої освіти загального уявлення про професійну та особистісну ідентичність практичного психолога в процесі підготовки і проведення соціально-психологічного тренінгу;
- вироблення у студентів практичних навичок формування професійної ідентичності;
- формування у здобувачів вищої освіти внутрішньої професійної мотивації, навичок професійного спілкування.

- сприяння формуванню професійної спрямованості особистості майбутнього психолога-тренера, розвитку його загальної культури та ерудиції.

**Результати навчання за навчальною дисципліною:**

**знати:**

- методологічні засади та класифікацію ролей ведучого соціально-психологічного тренінгу;
- вимоги до особистості й освіти тренера;
- види тренерської компетентності;
- методи ефективного професійного та особистісного саморозвитку;
- основні принципи і види психологічного впливу, логіку конструктивного тренінгового впливу;
- основи саморефлексії та самомоніторингу;
- етико-нормативні підстави проведення тренінгу.

**вміти:**

- застосовувати теоретичні знання в ході вирішення практичних професійних завдань;
- розвивати потребу в освоєнні різних ролей в проведенні соціально-психологічного тренінгу;
- використовувати прийоми тренінгової роботи в психологічній практиці;
- на основі рефлексії власних професійних навичок та умінь самостійно ставити цілі, підбирати шляхи та засоби самовдосконалення та підвищення рівня професіоналізму;
- дотримуватися принципів Етичного кодексу психолога, норм психологічної етики.

Основні компетентності і результати навчання згідно з вимогами освітньо-професійної програми:

№	Програмні компетентності	Результати навчання
ЗК 1	Здатність застосовувати набуті знання у практичних ситуаціях професійної діяльності	Здійснювати адаптацію та модифікацію існуючих наукових і практичних підходів і методів до конкретних ситуацій професійної діяльності
ЗК 2	Знання та розуміння предметної області та специфіки професійної діяльності психолога практичного	Розуміти закономірності та особливості розвитку й функціонування психічних та соціальних явищ і феноменів у контексті вирішення професійних завдань
ЗК 3	Здатність генерувати нові ідеї	Вміти гнучко, креативно, нестандартно мислити, продукувати нові ідеї та підходи до розв'язання професійних завдань
ЗК 4	Здатність дотримуватися законодавчих і етичних норм у професійній діяльності	Знати та діяти на основі нормативно-правових актів і положень законодавства, що регулюють професійну діяльність психолога, дотримуватись етичних норм при наданні психологічної допомоги
ЗК 5	Здатність формувати та розвивати конструктивні стосунки з іншими з повагою до унікальності	Демонструвати вміння взаємодіяти з особами, що мають культурні, гендерно-вікові особливості, з гетерогенними групами на засадах емпатії, толерантності й поваги

СК 1	Здатність здійснювати теоретичний, методологічний та емпіричний аналіз актуальних проблем психологічної науки та / або практики	Здійснювати аналітичний пошук відповідної до сформульованої проблеми наукової інформації та оцінювати її за критеріями адекватності
СК 5	Здатність організувати та реалізувати просвітницьку та профілактичну діяльність для різних категорій населення у сфері психології	Здійснювати просвітницько-профілактичну роботу відповідно до запиту; отримувати зворотній зв'язок, оцінювати її якість
СК 6	Здатність до ефективного міжособистісного спілкування у процесі тренінгової діяльності	Вміти використовувати різноманітні моделі тренінгової взаємодії, організувати ефективне міжособистісне спілкування, здійснювати зворотній зв'язок; демонструвати навички соціально-психологічного впливу на особистість і групу; застосовувати засоби для забезпечення соціально-психологічного благополуччя суб'єктів взаємодії.
СК 7	Здатність приймати фахові рішення у складних і непередбачуваних умовах, адаптуватися до нових ситуацій професійної діяльності	Оцінювати ступінь складності завдань діяльності, вміти оперативно вирішувати виникаючі проблеми та самостійно приймати рішення, розробляти достатню кількість їх альтернативних варіантів, обирати оптимальні рішення та нести відповідальність за їх реалізацію
СК 8	Здатність оцінювати межі власної фахової компетентності та підвищувати професійну кваліфікацію. /	Оцінювати ступінь складності завдань діяльності та приймати рішення про звернення за допомогою; демонструвати відповідальне ставлення до професійного самовдосконалення задля визначення власної спеціалізації в тренінговій діяльності; впроваджувати засоби запобігання розвитку особистісних та професійних деформацій.

### Зміст курсу:

**Змістовний модуль 1. Основні вимоги до ведучого тренінгу. Професійні та особистісні якості тренера.**

**Тема 1. Тренер як центральна фігура психологічного тренінгу.** Вимоги до особистості тренера. Модель ефективного тренера. Характеристика професійної компетентності тренера.

**Тема 2. Ролі тренера у взаємодії з групою.** Ролі та функції тренера: активний лідер, керівник; аналітик; коментатор; посередник (або експерт); член групи. Типові помилки тренера у роботі з групою .

## **Змістовий модуль 2. Професійна та особистісна ідентичність психолога тренера та вибір напрямку особистісного розвитку.**

**Тема 3. Професійна ідентичність ведучого соціально-психологічного тренінгу.**  
Причини та мотивація особистісного росту.

**Тема 4. Формування професійної ідентичності.** Особистісна ідентичність практичного психолога. Визначення статусу ідентичності. Вправи на розвиток вмінь до самопізнання, самоспонування, програмування професійного та особистісного росту, самореалізації.

**Методи навчання:** поєднання традиційних і нетрадиційних методів навчання з використанням інноваційних технологій:

**Словесні:** лекції (тематична/проблемна), пояснення, проблемна бесіда, дискусія, мозковий штурм тощо.

**Наочні:** пояснювально-ілюстративний метод, показ і обговорення навчальної презентації тощо.

**Практичні:** метод кейса, метод моделювання практичних ситуацій, творчі вправи, ігрові ситуації, ділові ігри, розв'язування психологічних задач, професійно-зорієнтованих ситуацій, виконання практичних вправ, робота в малих групах, парах тощо

**Політика курсу (особливості проведення навчальних занять):**

*Політика щодо дедлайнів та перескладання.* Своєчасне виконання самостійної роботи є обов'язковим. Роботи, які здаються із порушенням термінів без поважних причин, оцінюються на нижчу оцінку. Відпрацювання занять, що були пропущені або не підготовлені (незадовільні оцінки) відбуваються на консультаціях згідно графіку.

*Політика щодо академічної доброчесності.* Здобувачі вищої освіти дотримуються правил академічної доброчесності згідно Положення про академічну доброчесність у БДПУ. Виявлення ознак академічної недоброчесності в письмовій роботі студента є підставою для її незарахування викладачем.

*Політика щодо відвідування.* Очікується, що всі здобувачі вищої освіти відвідають лекції і практичні заняття курсу. У будь-якому випадку здобувачі вищої освіти зобов'язані дотримуватися термінів виконання усіх видів робіт, передбачених курсом.

**Технічне й програмне забезпечення/обладнання, наочність:** Вивчення курсу потребує використання офісних програм призначені для основної маси користувачів.

**Система оцінювання та вимоги:**

Максимальна сума балів буде складати 100.

Максимальна кількість балів за поточне оцінювання – 50 (враховуючи бали за виконання завдань самостійної роботи і творчого завдання)

Максимальна кількість балів за іспит (тестові завдання) – 50 балів.

Форма звітності у I семестрі: іспит

При оцінюванні кожного змістового модуля враховуються такі основні елементи навчальної діяльності студента:

1. Відповідь на практичному занятті максимально 2 бали.
2. Виконання самостійної роботи максимально 6 балів.
3. Виконання творчого завдання до 20 балів.

1. *Бали за участь та відповіді на практичному занятті:*

**2 бали** отримує студент, який виявив всебічні, систематичні і глибокі знання навчально-програмового матеріалу теми, послідовно та логічно, у повному обсязі розкрив зміст питання, вільно володіє термінологією, орієнтується у попередньому матеріалі, правильно відповідає на додаткові питання, робить висновки; виявляє ініціативність і активність у роботі з практичним матеріалом; здійснює самоаналіз

**1.5 бали** отримує студент, який виявив повне знання навчального матеріалу теми, послідовно та логічно, розкрив зміст питання, вільно володіє термінологією, правильно відповідає на додаткові питання, робить висновки; активний у роботі з практичним матеріалом; здійснює самоаналіз

**1 бал** отримує студент, який виявив певні знання навчального матеріалу теми, розкрив зміст питання, але не послідовно й не в повному обсязі, володіє термінологією, не завжди правильно відповідає на додаткові питання, має труднощі у формулюванні висновків; виявляє малу активності у роботі з практичним матеріалом; не здійснює самоаналіз

**0.5 балів** отримує студент, який виявив прогалини у знаннях навчально-програмного матеріалу теми, припускає помилки у розкритті змісту питання, має труднощі у розкритті змісту термінів, формулюванні висновків, не орієнтується у попередньому матеріалі. не виявляє активності у роботі з практичним матеріалом; не здійснює самоаналіз

2. *Бали за виконання самостійної роботи з теми (максимально 6 балів):*

**4 бали** – повне, правильне, логічне розкриття теми самостійної роботи.

**1 бал** – лаконічність, змістовність матеріалу, власна точка зору

**1 бал** – дотримання норм форматування тексту.

3. *Виконання творчого завдання (максимально 20 балів):*

**10 балів** – включення всіх елементів, їх змістовність, відповідність тематики тренінгу;

**10 балів** – креативність, творчий підхід, дизайн презентації/постера

### Шкала оцінювання

Оцінка за університетською шкалою	Оцінка за шкалою ЄКТС
<b>90-100</b>	<b>A</b>
<b>78-89</b>	<b>B</b>
<b>65-77</b>	<b>C</b>
<b>58-64</b>	<b>D</b>
<b>50-57</b>	<b>E</b>
<b>35-49</b>	<b>FX</b> (з можливістю повторного складання)
<b>1-34</b>	<b>X</b> (з обов'язковим повторним вивченням ОК)

### Список рекомендованих джерел

#### Основні

1. Афанасьєва Н. Є., Перелигіна Л. А Теоретико-методологічні основи соціально-психологічного тренінгу : навчальний посібник. Харків : ХНАДУ, 2015. 215 с.

2. Зливков В. Л., Лукомська С. О. Теорія та практика психологічних тренінгів. Київ, Ніжин : Видавець ПП Лисенко М. М., 2019. 209 с.
3. Карпенко Є. Основи психотренінгу: навч. посібник. Дрогобич, 2015. 78 с.
4. Матійків І.М. Основи тренерської майстерності : навч.-метод. посіб. / За заг. ред. А. І. Якиміва. Львів : Компанія «Манускрипт», 2012. 392 с.
5. Технологія організації та проведення тренінгу : навчально-методичний посібник / Данілович Н. В., Левчук С. С., Несторук Н. О., Хронюк І. Є., Ярова Т. В. / За загальною редакцією Левчук С. С. Сквиря Джерело, 2010. 64 с.
6. Федорчук В. М. Тренінг особистісного зростання : навч. посіб. К. : Центр учбової літератури, 2014. 250 с.
7. Чебикін О.Я., Сінельнікова Т.В. Психологічні основи тренінгових технологій : монографія. ПНЦ НАПН України. Одеса : ТОВ Лерадрук, 2013. 229 с.

#### **Додаткові**

1. Максименко С. Д., Прокоф'єва О. О., Царькова О. В., Кочкурова О. В. Практикум із групової психокорекції : підручник. Мелітополь: Видавничо-поліграфічний центр «Люкс», 2015. 414 с.
2. Матласевич О. В. Теорія та організація психологічного тренінгу. Навчально-методичний посібник. Острог : Видавництво Національного університету «Острозька академія», 2010. 240 с.
3. Перепелюк Т. Д., Ільченко І. С. Організація і методика соціально-психологічних тренінгів : навчальний підручник. Умань : видавничо-поліграфічний центр «Візаві», 2014. 255 с.
4. Приходько В. В. Соціально-психологічний тренінг як засіб формування комунікативної компетенції. Вісник Львів. ун-ту. 2005. Вип. 19. Ч.1. С. 182-188.
5. Теличко Н. В. Тренінг формування основ педагогічної майстерності майбутніх учителів початкових класів : навчально-методичний посібник для спецкурсу. Тернопіль : Вектор, 2013. 522 с.
6. Федорчук В. М. Тренінг особистісного зростання : навч. посіб. Київ : Центр учбової літератури, 2014. 250 с.
7. Технологія тренінгу / Упоряд. : О. Главник, Г. Бевз / за заг. ред. С. Максименко. Київ : Главник, 2005. 112 с.

#### **Інформаційні ресурси**

1. <https://library.bdpu.org.ua/> Бібліотека БДПУ
2. <http://www.nbuv.gov.ua/> Національна бібліотека імені В. І. Вернадського
3. <http://nplu.org/> Національна бібліотека України імені Ярослава Мудрого
4. <http://irbis-nbuv.gov.ua/cgi-bin/ua/elib.exe>  
C21COM=F&I21DBN=UKRLIB&P21DBN=UKRLIB Електронна бібліотека “УКРАЇНКА”
5. <https://zounb.zp.ua/> Запорізька обласна універсальна наукова бібліотека
6. <https://kdket.lcloud.in.ua/ebook/224> Навчальна хмара. Електронні підручники.