



**ЗАКЛАД ВИЩОЇ ОСВІТИ  
«УНІВЕРСИТЕТ ТРАНСФОРМАЦІЇ МАЙБУТНЬОГО»  
КАФЕДРА ПСИХОЛОГІЇ, ПЕДАГОГІКИ ТА ФІЛОСОФІЇ**

**МЕТОДИЧНІ ВКАЗІВКИ**

**до практичних занять**

для здобувачів *другого (магістерського)* рівня вищої освіти  
спеціальності **С4 «Психологія»** навчальної дисципліни

«Психологічний тренінг: теорія та практика»

**ОПП «Психологія»**

усіх форм здобуття освіти

Обговорено і рекомендовано  
на засіданні кафедри  
психології, педагогіки та  
філософії  
Протокол №4 від 18.03.2026

Методичні вказівки до практичних занять для здобувачів другого (магістерського) рівня вищої освіти спеціальності С4 «Психологія» дисципліни «Психологічний тренінг: теорія та практика» ОПП «Психологія» усіх форм здобуття освіти / Укл.: Т.М. Децюк, М.П. Чорней. Чернігів: ЗВО «Університет трансформації майбутнього», 2026. 37 с.

*Укладачі*

***Децюк Тетяна Миколаївна,***  
*Завідувачка кафедри психології, педагогіки та філософії, кандидат педагогічних наук, доцент*

***Чорней Марина Петрівна,***  
*Доцент кафедри психології, педагогіки та філософії, кандидат психологічних наук*

*Відповідальний  
за випуск:*

***Децюк Тетяна Миколаївна,***  
*Завідувачка кафедри психології, педагогіки та філософії, кандидат педагогічних наук, доцент*

*Рецензент:*

***Чепурна Ганна Леонідівна,***  
*доцент кафедри психології, кандидат психологічних наук, доцент,  
Національний університет «Чернігівська політехніка»*

## ЗМІСТ

ПЕРЕДМОВА	4
1. ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ «ПСИХОЛОГІЧНИЙ ТРЕНІНГ: ТЕОРІЯ ТА ПРАКТИКА»	5
2. ТЕМИ ПРАКТИЧНИХ ЗАНЯТЬ	7
3. МЕТОДИ ПОТОЧНОГО ТА ПІДСУМКОВОГО КОНТРОЛЮ	8
4. ПЛАНИ ПРАКТИЧНИХ ЗАНЯТЬ	10
Тема 1.1 Тренінгові технології: основні поняття та підходи	10
Тема 1.2. Види та класифікації тренінгів	12
Тема 1.3. Структура та основні положення тренінгового заняття	14
Тема 2.1. Методичні характеристики тренінгового заняття	16
Тема 2.2. Методика розробки плану проведення тренінгу	18
Тема 2.3. Техніки, вправи та ігрові методи в тренінговій роботі	20
Тема 2.4. Інструменти та методи проведення тренінгів онлайн	22
Тема 3.1. Професійні та особистісні якості тренера	24
Тема 3.2. Особливості організації групової взаємодії	26
Тема 3.3. Методи оцінки ефективності проведення тренінгового заняття	29
5. ПИТАННЯ ДО ЕКЗАМЕНУ	32
6. СПИСОК РЕКОМЕНДОВАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ	35

## ПЕРЕДМОВА

Навчальна дисципліна «Психологічний тренінг: теорія та практика» є важливою складовою професійної підготовки здобувачів другого (магістерського) рівня вищої освіти спеціальності С4 «Психологія». Вона спрямована на формування у майбутніх фахівців системного розуміння тренінгу як ефективної форми групової взаємодії, розвитку особистості, набуття професійних компетентностей та організації освітнього процесу.

Сучасна практика психологічної діяльності потребує від фахівця не лише ґрунтовних теоретичних знань, а й уміння працювати з групами, створювати безпечний простір для навчання й розвитку, ефективно фасилітувати групові процеси, використовувати інтерактивні методи навчання та здійснювати оцінювання результативності власної діяльності. Саме тому дисципліна поєднує теоретичні засади тренінгової роботи з практичним опануванням методів, технік та інструментів проведення психологічних тренінгів.

Методичні рекомендації розроблено з метою надання здобувачам вищої освіти методичної підтримки під час підготовки до практичних занять та виконання індивідуальних завдань. Видання містить плани практичних занять, питання для обговорення та дискусії, письмові й творчі завдання, практичні кейси, а також рекомендації щодо підготовки тренінгових занять.

Зміст методичних рекомендацій охоплює ключові теми курсу. Виконання запропонованих завдань сприятиме розвитку професійного мислення, комунікативних, фасилітаційних, організаційних та рефлексивних умінь, необхідних для успішної діяльності психолога. Матеріали методичних рекомендацій можуть бути використані як під час аудиторної роботи, так і в процесі самостійного опрацювання дисципліни.

Запропоновані матеріали стануть корисним інструментом для формування практичної готовності майбутніх психологів до проектування та проведення психологічних тренінгів, а також сприятимуть їхньому професійному становленню та розвитку.

# **1. ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ «ПСИХОЛОГІЧНИЙ ТРЕНІНГ: ТЕОРІЯ ТА ПРАКТИКА»**

**Змістовий модуль 1. Загальні уявлення про тренінг як форму неформальної освіти**

## **Тема 1.1 Тренінгові технології: основні поняття та підходи**

Неформальна освіта, її засади та форми. Тренінг як інтерактивний метод навчання. Структура підготовки та проведення тренінгу. Тренінгові методи. Характеристика основних напрямків та підходів в психології, що поклали початок становленню та використанню тренінгу як інноваційної форми роботи. Відмінності соціально-психологічного тренінгу та традиційних форм навчання

## **Тема 1.2. Види та класифікації тренінгів**

Основні класифікації тренінгів: тренінг особистісного зростання; навчальний тренінг; організаційний тренінг; тренінг спілкування; аутотренінг; груповий тренінг тощо. Характеристика основних видів тренінгів. Карта класифікації тренінгів. Розвиток неформальної освіти в різних країнах світу. Історико-методологічні основи тренінгової роботи

## **Тема 1.3. Структура та основні положення тренінгового заняття**

Етапи підготовки тренінгового навчання. Організаційні аспекти проведення соціально-психологічного тренінгу. Методика підготовки тренінгу. Основні етапи проведення тренінгових занять, правила організації та проведення кожного етапу. Початок соціально-психологічного тренінгу. Основна частина проведення навчання. Завершення роботи тренінгу. Організація і методика соціально-психологічного тренінгу. Вимоги до підготовки інформаційного наповнення тренінгу

## **Змістовий модуль 2. Методичні основи тренінгової діяльності**

### **Тема 2.1. Методичні характеристики тренінгового заняття**

Структура тренінгової групи. Основні ролі, які властиві тренінговим

групам. Правила формування тренінгової групи. Вікові та гендерні особливості формування тренінгової групи. Групова динаміка та етапи тренінгового процесу. Особливості розвитку групової згуртованості. Стадії групового процесу

### **Тема 2.2. Методика розробки плану проведення тренінгу**

Мета та завдання соціально-педагогічного тренінгу. Основні прийоми проведення та форми роботи, що використовуються в тренінговому занятті. Практичні рекомендації щодо ефективного планування тренінгу

### **Тема 2.3. Техніки, вправи та ігрові методи в тренінговій роботі**

Вправи для проведення знайомства (методика «Мій герб», методика «Знайомство як броунівський рух»). Вправи для визначення правил та очікувань тренінгової групи (методика «Дерево», методика «Кошик», методика «Мішень»). Робоча культура. Правила використання руханок під час тренінгу. Особливості проведення вправ з візуалізації. Корисні поради використання рольових методик, зокрема «Форум театр», «Інтерактивний театр», «Соціальний перфоманс». Характеристика деяких креативних методик. Особливості проведення фітбеку (зворотнього зв'язку)

### **Тема 2.4. Інструменти та методи проведення тренінгів онлайн**

Загальні уявлення про особливості організації онлайн-тренінгу. Особливості роботи в zoom. Загальна характеристика онлайн інструментів: дошка Padlet, дошка jamboard, дошка miro. Використання онлайн-інструменту mentimeter, відео-гри kahoot!

## **Змістовий модуль 3. Особливості визначення ефективності роботи тренера та його взаємодії з групою**

### **Тема 3.1. Професійні та особистісні якості тренера**

Професійні якості фахівця, який проводить соціально-психологічні тренінги. Особистісні якості необхідні для ефективної діяльності тренера. Найбільш характерні ролі і функції тренера/ки. Особливості підготовки тренера до роботи з групою. Корисні поради щодо підвищення професійної компетенції тренера/ки

### **Тема 3.2. Особливості організації групової взаємодії**

Принципи організації і проведення тренінгу. Навички керівництва групою. Фактори стресових ситуацій та методики виходу із них у ході соціально-психологічного тренінгу. Типологія учасників. Складні випадки на тренінгах. Розуміння поведінки, пов'язаної з навчанням. Методи попередження конфліктів під час проведення тренінгу. Корисні поради: «Що робити, коли все інше не допомагає?»

### **Тема 3.3. Методи оцінки ефективності проведення тренінгового заняття**

Мета оцінювання ефективності тренінгового заняття. Категорії оцінювання ефективності тренінгового заняття. Показники оцінки ефективності тренінгу. Основні методики оцінки ефективності проведення тренінгового заняття.

## **2. ТЕМИ ПРАКТИЧНИХ ЗАНЯТЬ**

<b>№</b>	<b>Назва теми</b>	<b>Кількість годин</b>
1.	Тренінгові технології: основні поняття та підходи	2
2.	Види та класифікації тренінгів	2
3.	Структура та основні положення тренінгового заняття	2
4.	Методичні характеристики тренінгового заняття	2
5.	Методика розробки плану проведення тренінгу	2
6.	Техніки, вправи та ігрові методи в тренінговій роботі	2
7.	Інструменти та методи проведення тренінгів онлайн	2
8.	Професійні та особистісні якості тренера	2
9.	Особливості організації групової взаємодії	2
10.	Методи оцінки ефективності проведення тренінгового заняття	2
	<b>Разом</b>	<b>20</b>

### 3. МЕТОДИ ПОТОЧНОГО ТА ПІДСУМКОВОГО КОНТРОЛЮ

Засобами оцінювання успішності вивчення здобувачами вищої освіти навчального матеріалу є оцінювання результатів виконання передбачених робіт та завдань.

#### Денна форма навчання / Заочна форма навчання

Поточне оцінювання Мін. – 30 б. Макс. – 50 б.	Кількість	Бал (за одиницю)	Всього балів	Підсумковий контроль Мін. – 20 б. Макс. – 50 б.	
Робота на практичних заняттях	10 / 3	4	40 / 12	Екзамен	1-50
Презентація результатів виконаних індивідуальних завдань	2 / 6	5	10 / 30		
Підготовка творчих завдань	0/2	4	0/8		
<b>Всього</b>			<b>50</b>		<b>50</b>
			<b>100</b>		

Критерієм успішного проходження здобувачем вищої освіти поточного та підсумкового оцінювання може бути досягнення ним мінімальних порогових балів за кожною формою планової роботи.

Поточне оцінювання Мін. – 30 б. Макс. – 50 б.	50 балів	Підсумковий контроль Мін. – 20 б. Макс. – 50 б.	50 балів
<b>Робота на практичних заняттях</b>	<b>30/10</b>	Здобувач вищої освіти у повному обсязі володіє навчальним матеріалом, вільно та аргументовано його викладає, глибоко та всебічно розкриває зміст поставленого завдання, використовуючи обов'язкову та додаткову літературу	<b>40-50</b>
Здобувач вищої освіти у повному обсязі володіє навчальним матеріалом, вільно та аргументовано його викладає, глибоко та всебічно розкриває зміст поставленого завдання, використовуючи обов'язкову та додаткову літературу	2		
Здобувач вищої освіти не в повному обсязі володіє матеріалом, фрагментарно та поверхово його викладає, недостатньо розкриває зміст поставлених питань, має суттєві помилки у відповіді, без використання основної і додаткової літератури, посилання на неідентифіковані Internet-джерела, артикуляція відповіді з гаджета	1		
<b>Презентація результатів виконаних індивідуальних завдань</b>	<b>-/20</b>	Здобувач вищої освіти у достатньому обсязі	<b>30-39</b>

Здобувач вищої освіти у повному обсязі володіє навчальним матеріалом, вільно та аргументовано його викладає, глибоко та всебічно розкриває зміст поставленого завдання	9-10	володіє навчальним матеріалом, вільно його викладає, але може не вистачати аргументації в поясненнях, в основному розкриває зміст поставленого завдання,	
Здобувач вищої освіти у достатньому обсязі володіє навчальним матеріалом, вільно його викладає, але може не вистачати аргументації в поясненнях, в основному розкриває зміст поставленого завдання; допускаються несуттєві неточності	6-8	використовує обов'язкову літературу; допускаються несуттєві неточності	
Здобувач вищої освіти загалом володіє навчальним матеріалом, але не демонструє глибини знань, має у відповіді суттєві неточності	3-5		
Здобувач вищої освіти не в повному обсязі володіє матеріалом, фрагментарно та поверхово його викладає, недостатньо розкриває зміст поставлених питань, має суттєві помилки у відповіді, артикуляція відповіді з гаджета	1-2	Здобувач вищої освіти загалом володіє навчальним матеріалом, але не демонструє глибини знань, не спирається на необхідну навчальну літературу, має у відповіді суттєві неточності	<b>21-29</b>
<b>Виконання і захист індивідуальних/групових проєктів</b>	<b>20/20</b>	Здобувач вищої освіти не в повному обсязі володіє матеріалом, фрагментарно та поверхово його викладає, недостатньо розкриває зміст поставлених питань, має суттєві помилки у відповіді, без використання основної і додаткової літератури, посилення на неідентифіковані Internet-джерела, артикуляція відповіді з гаджета	<b>1-20</b>
Здобувач вищої освіти глибоко та всебічно розкриває зміст поставленого завдання	17-20		
Здобувач вищої освіти в основному розкриває зміст поставленого завдання; допускаються несуттєві неточності	12-16		
Здобувач вищої освіти має у відповіді суттєві неточності	7-11		
Здобувач вищої освіти недостатньо розкриває зміст поставленого завдання, має суттєві помилки у відповіді	1-6		
<b>Всього</b>	<b>50</b>	<b>100</b>	<b>50</b>

Підсумкова (семестрова) рейтингова оцінка в балах (за національною шкалою та шкалою ECTS) заноситься до заліково-екзаменаційної відомості, індивідуального навчального плану здобувача вищої освіти.

Підсумкова рейтингова оцінка з дисципліни заноситься до Додатка до диплома.

## Шкала оцінювання: національна та ECTS

Сума балів за всі види навчальної діяльності	Оцінка ECTS	Оцінка за національною шкалою
90 – 100	<b>A</b>	відмінно
80 – 89	<b>B</b>	добре
65 – 79	<b>C</b>	
55 – 64	<b>D</b>	
50 – 54	<b>E</b>	задовільно
35 – 49	<b>FX</b>	незадовільно з можливістю повторного складання
1 – 34	<b>F</b>	незадовільно з можливістю повторного вивчення дисципліни

### 3. ПЛАНИ ПРАКТИЧНИХ ЗАНЯТЬ

#### Тема 1.1 Тренінгові технології: основні поняття та підходи

*Мета практичного заняття:* закріпити знання студентів про сутність неформальної освіти та тренінгових технологій; розвинути розуміння структури тренінгу, принципів групової взаємодії та особливостей ролі тренера.

*Письмові завдання, питання для обговорення та дискусії необхідні для виконання, інші форми роботи виконуються за бажанням.*

*Письмове завдання:*

Підготувати короткий опис (1–1,5 стор.) однієї з тем:

- «Психологічні основи ефективного тренінгу».
- «Роль фасилітатора у груповому навчанні».

Заповніть таблицю:

Спільне між традиційними формами навчання та соціально-психологічним тренінгом	Відмінне між традиційними формами навчання та соціально-психологічним тренінгом.

*Питання для обговорення:*

- ✓ Що таке неформальна освіта і які її основні принципи?
- ✓ У чому полягає сутність тренінгу як інтерактивного методу навчання?
- ✓ Які етапи підготовки та проведення тренінгу можна виокремити?
- ✓ Які ролі виконує тренер у процесі тренінгу?
- ✓ Які фактори впливають на ефективність тренінгової групи?

*Питання для дискусії:*

- ✓ Чи можна навчитися лише через практику без теорії?
- ✓ Які відмінності між тренінгом та традиційною лекцією?
- ✓ Які навички потрібні тренеру, щоб група ефективно навчалася?
- ✓ Як створити безпечний і мотивуючий простір під час тренінгу?

*Творче завдання (індивідуальне) з двох складових:*

1. Підготувати презентацію (не менше 15 слайдів) на одну з тем:
  - Характеристика основних напрямів і підходів у психології, що сприяли становленню тренінгу як інноваційної форми навчання.
  - Відмінності соціально-педагогічного тренінгу та традиційних форм навчання.
  - Особливості навчання дорослих
2. Підготуйте схему «Етапи підготовки тренінгу» або «Компоненти ефективної тренінгової сесії».

## Тема 1.2. Види та класифікації тренінгів

*Мета практичного заняття:* закріпити знання студентів про основні класифікації тренінгів; розвинути вміння розрізняти види тренінгів за метою, змістом, структурою та методами; сформуванати навички аналізу та порівняння різних тренінгових форматів.

*Письмові завдання, питання для обговорення та есе необхідні для виконання, інші форми роботи виконуються за бажанням.*

*Письмове завдання:*

1. Підготуйте короткий опис (1–1,5 стор.) однієї з тем:

- «Класифікація тренінгів: підходи, критерії, застосування».
- «Особливості організаційних, особистісних та комунікативних тренінгів».

2. Заповніть таблицю аналізу видів тренінгів:

	Вид тренінгу	Його характеристика
1.		
2.		
...		

*Питання для обговорення:*

✓ Які основні класифікації тренінгів ви знаєте? За якими критеріями найчастіше поділяють тренінги?

✓ У чому відмінність між навчальним тренінгом, тренінгом особистісного зростання та організаційним тренінгом?

✓ Які види тренінгів найчастіше використовуються у соціальній сфері та чому?

✓ Які фактори впливають на вибір відповідного виду тренінгу?

✓ Як правильно визначити цільову аудиторію тренінгу?

*Питання для есе (оберіть 1 тему):*

- Чи всі види тренінгів можна адаптувати для роботи зі студентською молоддю?
- Які тренінги потребують найбільшої підготовки тренера і чому?
- Чи може організаційний тренінг бути ефективним без елементів комунікативного тренінгу?
- Які переваги та ризики має аутотренінг?
- Чи є універсальні тренінги, що підходять для більшості груп?

*Творче завдання (індивідуальне)*

Складається з двох частин:

1. Презентація (не менше 15 слайдів) на одну з тем:

- ✓ «Карта класифікації тренінгів (з авторською схемою)».
- ✓ «Розвиток неформальної освіти в різних країнах світу».
- ✓ «Історико-методологічні основи тренінгової роботи».

2. Схема (візуалізація)

- ✓ Підготуйте одну з наведених схем:
- ✓ «Критерії класифікації тренінгів».
- ✓ «Компоненти та структура різних видів тренінгів».

*Практична робота групи:*

Під час семінару студенти працюють у групах:

1. обирають один вид тренінгу;
2. аналізують його за такими параметрами: мета, структура, методи, приклади вправ, цільова аудиторія;
3. презентують результати у форматі короткої усної доповіді (2–3 хв).

### Тема 1.3. Структура та основні положення тренінгового заняття

*Мета практичного заняття:* закріпити знання студентів про основні етапи проведення тренінгових занять; розвинути розуміння логіки побудови тренінгу, правил організації початку, основної та завершальної частин; сформувати вміння аналізувати роль знайомства, правил, очікувань та підбиття підсумків у тренінговому процесі.

*Письмові завдання, питання для обговорення та дискусії необхідні для виконання, інші форми роботи виконуються за бажанням.*

*Письмове завдання:*

Підготувати короткий опис (1–1,5 стор.) однієї з тем:

- «Початок тренінгу: структура, правила, техніки знайомства».
- «Основна частина тренінгу: вимоги до змісту, організації й динаміки групи».
- «Завершення тренінгу: методи підбиття підсумків та закріплення результатів».

Заповніть таблицю (*обов'язково для виконання*):

Етапи тренінгу	Основні характеристики	Приклади технік/дій

*Питання для обговорення:*

- ✓ Які ключові етапи тренінгового заняття виділяються у лекції?
- ✓ Чому знайомство, правила та очікування є критично важливими на початку тренінгу?

- ✓ Які ролі та процеси найчастіше виникають у групі під час основної частини (недовіра, напруга, прийняття тощо)?
- ✓ Які функції має завершальний етап тренінгу?
- ✓ Як підбиття підсумків впливає на мотивацію учасників та загальний ефект навчання?

*Питання для дискусії:*

- Чи може тренінг бути ефективним без чіткого структурування етапів?
- Чи потрібно кожен раз проводити знайомство, якщо група вже давно працює разом?
  - Чи варто тренеру змінювати план тренінгу відповідно до очікувань учасників?
  - Наскільки важливою є гнучкість тренера в основній частині заняття?
  - Чи можна вважати підбиття підсумків «репетицією» того, що учасники скажуть про тренінг іншим?

*Творче завдання (індивідуальне)*

Підготувати презентацію (не менше 15 слайдів) на одну з тем:

- ✓ Організація і методика соціально-психологічного тренінгу
- ✓ Вимоги до підготовки інформаційного наповнення тренінгу
- ✓ Підготовка до психологічного тренінгу засобами інформаційно-комунікаційних технологій
  - ✓ Специфіка підготовки тренінгового заняття як динамічної форми навчання.

*Практичне завдання (виконує вся група):*

- Підготувати 1 вправу на знайомство (не таку, як були представлені у лекції)
- Підготувати індивідуально 1 вправу руханку і провести її з групою.

## Тема 2.1. Методичні характеристики тренінгового заняття

*Мета практичного заняття:* закріпити знання студентів про структуру тренінгової групи, основні ролі учасників та особливості групової динаміки; поглибити розуміння етапів тренінгового процесу та їх методичної специфіки; сформувати навички аналізу поведінки групи та ролі тренера на різних фазах.

*Письмові завдання, питання для обговорення та дискусії необхідні для виконання, інші форми роботи виконуються за бажанням.*

*Письмове завдання:*

Підготувати короткий опис (1–1,5 стор.) однієї з тем:

- «Структура тренінгової групи: типологія та особливості взаємодії».
- «Ролі учасників у тренінговій групі: функції та виклики».

Заповніть таблицю (обов'язково для виконання):

<i>Компонент</i>	<i>Його характеристики</i>
Структура тренінгової групи	
Тренінгові ролі	
Етапи групової динаміки	

*Питання для обговорення:*

- ✓ Як впливає на групову динаміку статеву однорідність групи?
- ✓ Як впливає на групову динаміку різниця у віці більше 20 років?
- ✓ Як впливає на групову динаміку участь керівника організації?
- ✓ Як впливає на групову динаміку велика різниця у соціальному статусі учасників?

*Питання для дискусії:*

- Чи завжди групова динаміка розвивається лінійно?

- Чи можливо ефективно працювати з групою, в якій домінують «складні ролі»?
- Які методи може застосовувати тренер, щоб знизити рівень напруги у групі?
- Чи можна вважати роль лідера в тренінговій групі допоміжною чи проблемною?
- Як визначити момент переходу групи до фази продуктивної роботи?

*Творче завдання (індивідуальне)*

Підготувати презентацію (не менше 15 слайдів) на одну з тем:

- ✓ «Аналіз основних етапів групової динаміки: фаза знайомства, фаза агресії, фаза працездатності, фаза розпаду групи».
- ✓ «Методичні особливості ролей у тренінговій групі: як тренеру працювати з лідерами, опонентами та пасивними учасниками».
- ✓ «Життєвий цикл тренінгової групи: особливості розвитку та закономірності взаємодії».
- ✓ «Групова динаміка під час тренінгу: фактори впливу та типові сценарії».

*Практичне завдання (виконує вся група):*

Підготуйте у малих групах (по 2 особи) або індивідуально одну вправу на згуртування учасників та формування позитивної атмосфери.

Обов'язково зазначте:

- назву вправи;
- мету;
- покроковий опис;
- очікуваний результат.

## Тема 2.2. Методика розробки плану проведення тренінгу

*Мета практичного заняття:* закріпити знання студентів щодо сутності та цілей соціально-психологічного тренінгу; поглибити розуміння видів тренінгів, їх структури та складових; сформуванати навички аналізу етапів тренінгового заняття, добору методів і вправ відповідно до мети та цільової аудиторії; розвинути здатність проєктувати логічно вибудований і методично обґрунтований план тренінгу.

*Письмові завдання, питання для обговорення та дискусії необхідні для виконання, інші форми роботи виконуються за бажанням.*

*Письмове завдання:*

Підготувати короткий опис (1–1,5 стор.) однієї з тем:

- Мета і завдання соціально-психологічного тренінгу: зміст і практичне значення
- Види тренінгів та їх методична специфіка

Заповніть таблицю (обов'язково для виконання):

<i>Компонент</i>	<i>Його характеристики</i>
Мета тренінгу	
Завдання тренінгу	
Види тренінгів	
Складові тренінгу	
Етапи тренінгового заняття	

*Питання для обговорення:*

- ✓ Чим тренінг відрізняється від лекції та семінару?
- ✓ Які цілі тренінгу є пріоритетними: навчальні, поведінкові чи мотиваційні?
- ✓ Як мета тренінгу впливає на вибір вправ і форм роботи?

✓ Чому створення безпечного середовища є ключовою умовою тренінгу?

*Питання для дискусії:*

- Чи може один тренінг одночасно вирішувати навчальні, корекційні й мотиваційні завдання?
- Чи допустиме використання глибоких вправ без урахування етапу розвитку групи?
- Які ризики виникають у разі порушення логіки тренінгового заняття?
- Наскільки ефективними є тренінги в онлайн-форматі порівняно з офлайн?
- Яку роль відіграє тренер у підтриманні групової динаміки?

*Творче завдання (індивідуальне)*

Підготувати презентацію (не менше 15 слайдів) на одну з тем:

- ✓ Структура тренінгового заняття: вступ, основна та завершальна частини
- ✓ Цілі тренінгу: навчити, змінити, сформувати, надихнути
- ✓ Види тренінгів та їх застосування у соціально-психологічній практиці
- ✓ Методична роль тренера на різних етапах тренінгу

*Практичне завдання (виконує вся група):*

У малих групах (по 2–3 особи) або індивідуально розробіть фрагмент плану тренінгу (30–40 хвилин) для визначеної цільової аудиторії (Наприклад: підлітки, молодь, працівники ЦНАП тощо).

Обов'язково зазначте:

- тему тренінгу;
- мету та завдання;
- етап заняття (вступ / основна / завершальна частина);

- опис вправ (назва, короткий зміст);
- очікуваний результат.

### **Тема 2.3. Техніки, вправи та ігрові методи в тренінговій роботі**

*Мета практичного заняття:* закріпити знання студентів щодо сутності та ролі тренінгових технік, вправ та ігрових методів у соціально-психологічній роботі; поглибити розуміння класифікації тренінгових вправ (знайомства, активізації, рефлексії, зворотного зв'язку); сформувати навички добору технік відповідно до мети тренінгу, етапу групової динаміки та цільової аудиторії; розвинути здатність аналізувати та конструювати тренінгове заняття з використанням інтерактивних і творчих методів.

*Письмові завдання, питання для обговорення та дискусії необхідні для виконання, інші форми роботи виконуються за бажанням.*

*Письмове завдання:*

Підготувати короткий опис (1–1,5 стор.) однієї з тем:

- Тренінгова вправа як базова одиниця тренінгового заняття: цілі, структура, вимоги
- Ігрові та інтерактивні методи у тренінговій роботі: можливості та обмеження

Заповніть таблицю (обов'язково для виконання):

<i>Компонент</i>	<i>Його характеристики</i>
Види тренінгових вправ	
Мета використання вправ	
Етапи тренінгу, на яких доцільні вправи	
Ігрові та інтерактивні методи	
Роль тренера у проведенні вправ	

*Питання для обговорення:*

- ✓ Яку роль відіграють вправи та ігрові методи у тренінговій роботі?
- ✓ Чим відрізняються вправи для знайомства, активізації та рефлексії?
- ✓ Як етап розвитку групи впливає на вибір тренінгових технік?
- ✓ Які вимоги до використання руханок у тренінговому занятті?

*Питання для дискусії:*

- Чи можуть вправи замінити теоретичний блок у тренінгу?
- Чи існує ризик «перевантаження» тренінгу іграми та активностями?
- Наскільки етично використовувати глибокі вправи без достатньої підготовки групи?
  - Чи завжди інтерактивні методи є ефективнішими за класичні форми роботи?
  - Яку відповідальність несе тренер за емоційні реакції учасників під час вправ?

*Творче завдання (індивідуальне)*

Підготувати презентацію (не менше 15 слайдів) на одну з тем:

- ✓ Класифікація тренінгових вправ та їх застосування
- ✓ Ігрові методи у тренінговій роботі: форум-театр, інтерактивний театр
- ✓ Роль тренера під час проведення вправ та роботи з груповою динамікою
  - ✓ Вправи для знайомства, активізації та завершення тренінгу

*Практичне завдання (виконує вся група):*

У малих групах (по 2–3 особи) або індивідуально розробіть фрагмент тренінгового заняття (20–30 хв.) із використанням тренінгових вправ та ігрових методів.

Обов'язково зазначте:

- тему тренінгу;
- цільову аудиторію;
- мету та завдання;
- етап заняття (знайомство / активізація / основна частина / рефлексія);
- опис вправ (назва, короткий зміст);
- очікуваний результат.

## **Семінар 2.4. Інструменти та методи проведення тренінгів онлайн**

*Мета практичного заняття:* закріпити знання студентів щодо особливостей організації та проведення онлайн-тренінгів; поглибити розуміння специфіки роботи в онлайн-середовищі (зокрема на платформі Zoom); сформувані уявлення про можливості використання онлайн-інструментів (Padlet, Jamboard, Miro, Mentimeter, Kahoot!) у тренінговій роботі; розвинути практичні навички планування, методичного забезпечення та фасилітації онлайн-тренінгів з урахуванням технічних, методичних і візуальних складових.

*Письмові завдання, питання для обговорення та дискусії необхідні для виконання, інші форми роботи виконуються за бажанням.*

*Письмове завдання:*

Підготувати короткий опис (1–1,5 стор.) однієї з тем:

- Особливості організації та проведення онлайн-тренінгу: виклики і можливості
- Онлайн-інструменти у тренінговій роботі: методичні переваги та обмеження

Заповніть таблицю (обов'язково для виконання):

<i>Компонент</i>	<i>Його характеристики</i>
Формати онлайн-тренінгу	

Онлайн-платформи та інструменти	
Складові успішного онлайн-тренінгу (технічна, методична, візуальна)	
Роль тренера та технічного супроводу	
Типові труднощі онлайн-тренінгу	

*Питання для обговорення:*

- ✓ Які ключові відмінності між офлайн- та онлайн-тренінгами?
- ✓ Які чинники впливають на ефективність онлайн-тренінгу?
- ✓ Чому «маршрутний лист» є важливим елементом онлайн-тренінгу?
- ✓ Яку роль відіграють правила та таймінг в онлайн-групі?

*Питання для дискусії:*

- Чи може онлайн-тренінг бути таким же ефективним, як офлайн?
- Які ризики виникають за відсутності чіткого технічного та методичного планування?
- Наскільки доцільною є робота тренера без технічної підтримки?
- Чи завжди ігрові онлайн-інструменти підвищують залученість учасників?
- Як змінюється групова динаміка в онлайн-форматі?

*Творче завдання (індивідуальне)*

Підготувати презентацію (не менше 15 слайдів) на одну з тем:

- ✓ Складові успішного онлайн-тренінгу: технічний, методичний і візуальний аспекти
  - ✓ Використання Padlet, Jamboard та Miro в онлайн-тренінговій роботі
  - ✓ Mentimeter і Kahoot! як інструменти активізації та зворотного зв'язку
  - ✓ Роль тренера та фасилітатора в онлайн-тренінгу

*Практичне завдання (виконує вся група):*

У малих групах (по 2–3 особи) або індивідуально розробіть фрагмент онлайн-тренінгу (20–30 хв.).

Обов'язково зазначте:

- тему тренінгу;
- цільову аудиторію;
- мету та завдання;
- формат проведення (Zoom / інша платформа);
- використані онлайн-інструменти;
- етапи заняття;
- очікуваний результат.

### **Семінар 3.1. Професійні та особистісні якості тренера**

*Мета семінару:* закріпити знання студентів щодо професійних і особистісних якостей тренера як ключового суб'єкта тренінгової діяльності; поглибити розуміння ролей і функцій тренера в груповій роботі; сформувати уявлення про етичні засади взаємодії тренера з групою; розвинути навички аналізу професійної позиції тренера, вибору адекватної ролі залежно від етапу групової динаміки та специфіки тренінгової ситуації.

*Письмові завдання, питання для обговорення та дискусії необхідні для виконання, інші форми роботи виконуються за бажанням.*

*Письмове завдання:*

Підготувати короткий опис (1–1,5 стор.) однієї з тем:

- Професійні та особистісні якості тренера: зміст, значення та взаємозв'язок
- Ролі тренера у тренінговій групі та їх залежність від етапу розвитку групи

Заповніть таблицю (обов'язково для виконання):

<i>Компонент</i>	<i>Його характеристики</i>
Професійні якості тренера	
Особистісні якості тренера	
Основні ролі тренера	
Функції тренера у групі	
Етичні принципи взаємодії тренера і групи	

*Питання для обговорення:*

✓ Чому професійна майстерність і особистість тренера є взаємопов'язаними чинниками успішності тренінгу?

✓ Які професійні якості тренера є критично важливими для ефективної тренінгової роботи?

✓ Яку роль відіграють відкритість, емпатійність і партнерська позиція тренера?

✓ Чому надмірна директивність тренера може знижувати ефективність групової роботи?

*Питання для дискусії:*

• Чи може тренер залишатися нейтральним у всіх тренінгових ситуаціях?

• Які ризики виникають у разі невдалого вибору ролі тренера?

• Чи допустима імпровізація тренера без втрати логіки та концепції тренінгу?

• Наскільки важливим є особистий життєвий досвід тренера для його професійної діяльності?

• Де проходить межа між професійною залученістю та емоційним вигоранням тренера?

*Творче завдання (індивідуальне)*

Підготувати презентацію (не менше 15 слайдів) на одну з тем:

- ✓ Професійний портрет тренера соціально-психологічного тренінгу
- ✓ Ролі та функції тренера на різних етапах розвитку групи
- ✓ Етичні принципи діяльності тренера та відповідальність за груповий процес
- ✓ Підготовка тренера до проведення тренінгу: етапи та вимоги

*Практичне завдання (виконує вся група):*

У малих групах (по 2–3 особи) або індивідуально проаналізуйте тренінгову ситуацію (реальну або змодельовану) та визначте оптимальну позицію тренера.

Обов'язково зазначте:

- опис ситуації;
- етап розвитку групи;
- роль і функції тренера;
- професійні та особистісні якості, необхідні у цій ситуації;
- можливі ризики та шляхи їх подолання.

### **Семінар 3.2. Особливості організації групової взаємодії**

*Мета семінару:* закріпити знання студентів щодо принципів організації та проведення соціально-психологічного тренінгу; поглибити розуміння ролі тренера у керівництві групою взаємодією; сформувані уявлення про чинники виникнення стресових і конфліктних ситуацій у тренінговій групі та способи виходу з них; розвинути навички аналізу типології учасників і вибору адекватних стратегій роботи зі «складними» випадками у групі.

*Письмові завдання, питання для обговорення та дискусії необхідні для виконання, інші форми роботи виконуються за бажанням.*

*Письмове завдання:*

Підготувати короткий опис (1–1,5 стор.) однієї з тем:

- ✓ Принципи та правила групової роботи як основа ефективного тренінгу
- ✓ Роль тренера у керівництві групою взаємодією та підтриманні

групової динаміки

Заповніть таблицю (обов'язково для виконання):

<i>Компонент</i>	<i>Його характеристики</i>
Принципи групової роботи	
Правила тренінгової групи	
Навички керівництва групою	
Стресові та проблемні ситуації у групі	
Типи «складних» учасників та стратегії роботи з ними	

*Питання для обговорення:*

✓ Чому дотримання принципів і правил є необхідною умовою ефективного тренінгу?

✓ У чому полягає різниця між принципами та правилами групової роботи?

✓ Яку роль відіграє принцип «тут-і-тепер» у тренінговому процесі?

✓ Чому конфіденційність є базовою умовою психологічної безпеки групи?

*Питання для дискусії:*

• Чи завжди тренер повинен уникати директивного стилю керівництва групою?

• Наскільки доцільним є активне втручання тренера у конфліктні ситуації?

- Чи можуть «складні» учасники бути ресурсом для розвитку групи?
- Де проходить межа між професійною нейтральністю тренера та особистісною залученістю?

- Чи можливе формування довіри в групі за обмеженого часу роботи?

*Творче завдання (індивідуальне)*

Підготувати презентацію (не менше 15 слайдів) на одну з тем:

- ✓ Принципи та правила групової взаємодії у соціально-психологічному тренінгу
- ✓ Роль тренера у профілактиці та подоланні стресових ситуацій у групі
- ✓ Типологія «складних» учасників та стратегії взаємодії з ними
- ✓ Навички керівництва групою як чинник ефективності тренінгу

*Практичне завдання (виконує вся група):*

У малих групах (по 2–3 особи) або індивідуально проаналізуйте змодельовану тренінгову ситуацію, пов'язану з порушенням групових правил або появою «складного» учасника.

Обов'язково зазначте:

- опис ситуації;
- тип учасника або проблемної поведінки;
- принципи та правила, що порушуються;
- дії тренера та обґрунтування обраної стратегії;
- очікуваний результат для групової взаємодії.

### Семінар 3.3. Методи оцінки ефективності проведення тренінгового заняття

*Мета семінару:* закріпити знання студентів щодо сутності та критеріїв оцінки ефективності тренінгового заняття; поглибити розуміння об'єктивних і суб'єктивних показників результативності тренінгу; сформувати уявлення про види, критерії та методики оцінювання (поточне, підсумкове, моніторингове, організаційне); розвинути навички розробки інструментарію оцінки (анкети, критерії, показники, листки спостереження).

*Письмові завдання, питання для обговорення та дискусії необхідні для виконання, інші форми роботи виконуються за бажанням.*

*Письмове завдання:*

Підготувати короткий опис (1–1,5 стор.) однієї з тем:

- ✓ Об'єктивні та суб'єктивні критерії ефективності тренінгу
- ✓ Оцінювання знань, навичок і ставлення як результатів навчання
- ✓ Поточне та підсумкове оцінювання тренінгового процесу
- ✓ Перенесення результатів тренінгу у професійне та особисте життя

Заповніть таблицю (обов'язково для виконання):

<i>Компонент</i>	<i>Його характеристики</i>
Об'єктивні показники ефективності	
Суб'єктивні показники ефективності	
Критерії оцінки знань	
Критерії оцінки навичок	
Критерії оцінки ставлення	
Види оцінювання (поточне, підсумкове, моніторингове)	
Основні методики оцінювання	

*Питання для обговорення:*

- ✓ Чому оцінювання є обов'язковим етапом тренінгового процесу?
- ✓ У чому полягає різниця між об'єктивною та суб'єктивною ефективністю?
- ✓ Чому зміни у ставленні найскладніше піддаються вимірюванню?
- ✓ Які ризики виникають при відсутності системного оцінювання тренінгу?

*Питання для дискусії:*

- Чи достатньо задоволеності учасників для визнання тренінгу ефективним?
- Чи може тренінг бути емоційно насиченим, але не результативним?
- Наскільки доцільним є щоденне оцінювання у багатоденних тренінгах?
- Чи можливо об'єктивно виміряти зміни особистісних цінностей?
- Чи варто включати логістичні аспекти до оцінки ефективності?

*Індивідуальне завдання:*

Підготувати презентацію (не менше 15 слайдів) на одну з тем:

- ✓ Система комплексного оцінювання тренінгового заняття
- ✓ Методики оцінки знань, навичок та ставлення
- ✓ Моніторинг переносу результатів тренінгу у практичну діяльність
- ✓ Поєднання кількісних і якісних методів оцінювання

*Практичне завдання (виконує вся група):*

У малих групах (по 2–3 особи) або індивідуально розробіть модель оцінювання ефективності умовного тренінгу (оберіть тему самостійно: комунікація, лідерство, конфліктологія, емоційний інтелект тощо).

Обов'язково зазначте:

- мету тренінгу;
- очікувані результати (знання, навички, ставлення);
- показники досягнення результатів;
- методи оцінювання (вхідна/вихідна анкета, спостереження, тестування, самооцінка тощо);
- критерії оцінювання;
- можливі труднощі вимірювання;
- спосіб оцінки переносу результатів у практичну діяльність.

## 5. ПИТАННЯ ДО ЕКЗАМЕНУ

1. Поняття «неформальна освіта» та її основні засади.
2. Форми реалізації неформальної освіти.
3. Значення неформальної освіти для професійного та особистісного розвитку.
4. Визначення поняття «тренінг» у психології та педагогіці.
5. Основні принципи тренінгового навчання.
6. Тренінг як інтерактивна форма групової роботи.
7. Структура тренінгового заняття.
8. Етапи підготовки тренінгу.
9. Психологічні умови ефективності тренінгу.
10. Основні ролі учасників тренінгу.
11. Види тренінгів за метою та змістом.
12. Основні класифікації тренінгів.
13. Характеристика тренінгу особистісного зростання.
14. Характеристика навчального тренінгу.
15. Характеристика організаційного тренінгу.
16. Відмінності між соціально-психологічним тренінгом і традиційними формами навчання.
17. Історико-методологічні основи розвитку тренінгової роботи.
18. Внесок зарубіжних і вітчизняних науковців у розвиток тренінгових технологій.
19. Основні напрямки в психології, що вплинули на становлення тренінгу.
20. Переваги тренінгу як інструменту розвитку особистості.
21. Поняття «тренінгова група» та її структура.
22. Вимоги до формування тренінгової групи.
23. Вікові та гендерні особливості формування групи.
24. Основні ролі в тренінговій групі та їх психологічна характеристика.

25. Групова динаміка та етапи розвитку тренінгової групи.
26. Поняття згуртованості групи та умови її формування.
27. Стадії групового процесу у тренінгу.
28. Мета та завдання соціально-педагогічного тренінгу.
29. Основні методи та прийоми проведення тренінгу.
30. Принципи ефективного планування тренінгової програми.
31. Етапи розробки плану проведення тренінгу.
32. Методика складання сценарію тренінгового заняття.
33. Техніки знайомства у тренінгу (прикладі вправ).
34. Вправи для визначення очікувань і правил групи.
35. Роль руханок (енерджайзерів) у тренінговому процесі.
36. Використання методів візуалізації у тренінгах.
37. Рольові ігри як інструмент розвитку соціальних навичок.
38. Арт-методики у тренінговій роботі.
39. Поняття фітбеку (зворотного зв'язку) у тренінгу.
40. Правила проведення ефективного фітбеку.
41. Онлайн-тренінг: сутність і особливості організації.
42. Використання платформи Zoom у тренінговій роботі.
43. Цифрові інструменти для інтерактивної взаємодії (Padlet, Jamboard, Miro).
44. Інтерактивні сервіси для оцінювання й залучення (Mentimeter, Kahoot).
45. Професійні якості тренера-психолога.
46. Особистісні якості, необхідні для ефективної діяльності тренера.
47. Основні ролі тренера у тренінговій роботі.
48. Етапи підготовки тренера до проведення заняття.
49. Саморефлексія та професійне зростання тренера.
50. Принципи організації ефективної групової взаємодії.
51. Навички керівництва групою у тренінгу.

52. Психологічні причини виникнення стресових ситуацій під час тренінгу.

53. Типологія учасників тренінгу.

54. «Складні учасники»: особливості поведінки та способи реагування тренера.

55. Методи попередження та подолання конфліктів у тренінговій групі.

56. Особливості комунікації тренера з учасниками.

57. Методи оцінювання ефективності тренінгу.

58. Показники ефективності тренінгового заняття.

59. Інструменти збору зворотного зв'язку після тренінгу.

60. Критерії успішності тренінгової діяльності.

## 6. СПИСОК РЕКОМЕНДОВАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ

1. Азаренкова Г.М. та ін. Тренінгові технології навчання у практичній підготовці студентів (ділові та рольові ігри): навч.-метод. посіб. Львів: Новий Світ. 2020. 200 с.
2. Андрушко Я. С. Основи психологічного тренінгу та психокорекція: *навч. посіб.* Львів: Видавництво Львівської політехніки, 2021. 236 с.
3. Афанасьєва Н.Є., Перелигіна Л.А. Теоретико-методологічні основи соціально-психологічного тренінгу: *навч. посібн.* URL: <http://repositsc.nuczu.edu.ua/bitstream/123456789/3246/1/%D0%9C%D0%A1%D0%9F%D0%A2%20%D0%BD%D0%B0%D0%B2%D1%87%D0%B0%D0%BB%D1%8C%D0%BD%D0%B8%D0%B9%20%D0%BF%D0%BE%D1%81%D1%96%D0%B1%D0%BD%D0%B8%D0%BA.pdf>
4. Білова М. Е. Теоретичні основи психологічного тренінгу: *метод. рекомендації.* Одеса: Одес.нац. ун-т ім. І. І. Мечникова, 2021. 36 с. URL: <https://dspace.onu.edu.ua/server/api/core/bitstreams/2d61cddf-40d5-41af-bd73-24714bb9093d/content>
5. Бондаренко І. В. Психологічні основи тренінгової діяльності : навч. посіб. Київ : Центр учб. літ., 2021. 248 с.
6. Волкова Н.П., Олійник І.В. Соціально-психологічний тренінг як метод інтерактивного навчання у процесі підготовки майбутніх психологів до соціально-психологічної підтримки громадян в умовах війни. Педагогічна Академія: наукові записки, № 16 (2025) – офіц. веб-сайт. URL: <https://pedagogical-academy.com/index.php/journal/article/view/786>
7. Голубева Н. В. Психологія комунікацій : навч. посіб. Київ : Ліра-К, 2022. 280 с.
8. Децюк Т., Шестаковська Т., Галкіна К. Синергетика психотерапевтичних методів, тренінгових технологій і сімейної психології: міждисциплінарний підхід. Науковий журнал «Психологічні травелогі», 2025, № 2. С. 276-292.

9. Децюк Т. Тренінг як сучасний інтерактивний метод формування соціально схвальних навичок у засуджених. Реформа пробації: можливість обирати майбутнє: матеріали Міжнар. наук.-практ. конф. (м. Київ, 26 квітня 2024 р.) / голов. ред. О. В. Висоцька ; Пенітенціарна академія України. Чернігів: ПАУ, 2024. С. 170-174.

10. Зливков В., Ліпінська С., Лукомська С. Сучасні тренінгові технології: інтегративний підхід: *посібник*. Київ-Ніжин: Видавець ПП Лисенко М.М., 2020. 208 с.

11. Зливков В.Л., Лукомська С.О. Теорія та практика психологічних тренінгів. Ніжин: Видавець ПП Лисенко М.М., 2019. 209 с. URL: [https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/721625/1/Zlyvkov\\_Lukomska.pdf](https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/721625/1/Zlyvkov_Lukomska.pdf)

12. Карамушка Л. М. Психологічні тренінги для підготовки менеджерів та персоналу освітніх організацій (реалізація технологічного підходу): *навч. посібник*. Київ : Інститут психології імені Г. С. Костюка НАПН України, 2022. 144 с.

13. Карамушка Л. М., Зубар Н. М. Психологія тренінгової роботи : практикум. Київ : Педагогічна думка, 2020. 212 с.

14. Коношенко С., Коношенко Н., Трубник І. Тренінгова робота у соціальній сфері. Духовність особистості: методологія, теорія і практика. 2023. 1(105). С. 81-89.

15. Колос О. В. Інтерактивні методи неформальної освіти : метод. посіб. Львів : Світ, 2020. 156 с.

16. 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. URL: <https://files.znu.edu.ua/files/Bibliobooks/Inshi73/0054314.pdf>

17. Малютіна К.Л. Теорія та практика психологічного тренінгу: навчальний посібник. К.: МАУП. 192 с. URL: [http://elcat.pnpu.edu.ua/docs/ps\\_26.pdf](http://elcat.pnpu.edu.ua/docs/ps_26.pdf)

18. Матійків І. М. Тренерська майстерність: теорія і практика. Технологія

проведення тренінгів: *метод. посіб.* Львів : СПОЛОМ, 2021. 280 с.

19. Методика проведення тренінгів з розвитку професійної компетентності андрагогів: методичні рекомендації / Баніт О. В., Коваленко О. Г. Київ: ІПОД імені Івана Зязюна НАПН України, 2022. 104 с.

20. Панок В. Г. Психологічні технології розвитку особистості : монографія. Київ : Ін-т психології ім. Г. С. Костюка НАПН України, 2022. 320 с.

21. Приходько Ю. О. Тренінгові технології в освіті : метод. посіб. Київ : Каравела, 2019. 176 с.

22. Психологія міжгрупової взаємодії у вимірах війни і миру: *навчальний посібник* / [Л. Г. Чорна, П. П. Горностай, В. І. Вус, О. Л. Коробанова, О. Т. Плетка] ; за ред. Л. Г. Чорної; Національна академія педагогічних наук України, Інститут соціальної та політичної психології. Кропивницький: Імекс-ЛТД, 2023. 118 с. <https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/741414/1/Psyhogia-grupovoi-vzaemodii-u-vymirah-viiny-imyru.pdf>

23. Шафранський В.В., Колісник М.І. Тренінг розвитку невербальної креативності. Вісник ХНПУ імені Г.С. Сковороди. Психологія. Харків. 2022. Вип. 66. С. 376-388.

24. Шевченко Н. В. Психологія групової динаміки та фасилітації : підручник. Харків : Діса Плюс, 2021. 264 с.

25. Шлапак К. Є. Психологічні особливості проведення соціально-психологічного тренінгу (СПТ) для дітей, травмованих наслідками війни. Кривий Ріг: КДПУ, 2023. 51 с.