

Мир науки. Педагогика и психология / World of Science. Pedagogy and psychology <https://mir-nauki.com>

2020, №2, Том 8 / 2020, No 2, Vol 8 <https://mir-nauki.com/issue-2-2020.html>

URL статьи: <https://mir-nauki.com/PDF/101PSMN220.pdf>

**Ссылка для цитирования этой статьи:**

Коваленко С.В., Давыдова А.А. Проблема сущности психологического тренинга в практической психологии // Мир науки. Педагогика и психология, 2020 №2, <https://mir-nauki.com/PDF/101PSMN220.pdf> (доступ свободный). Загл. с экрана. Яз. рус., англ.

**For citation:**

Kovalenko S.V., Davydova A.A. (2020). The problem of the essence of psychological training in practical psychology. *World of Science. Pedagogy and psychology*, [online] 2(8). Available at: <https://mir-nauki.com/PDF/101PSMN220.pdf> (in Russian)

*Грант Ректора НБГУ*

**УДК 159.9**

**ГРНТИ 15.81.70**

**Коваленко Светлана Васильевна**

ФГБОУ ВО «Нижевартовский государственный университет», Нижневартовск, Россия  
Доцент кафедры «Психологии образования и развития»  
Кандидат психологических наук, доцент  
E-mail: [svetlana.70@list.ru](mailto:svetlana.70@list.ru)  
ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-9700-0001>

**Давыдова Анастасия Андреевна**

ФГБОУ ВО «Нижевартовский государственный университет», Нижневартовск, Россия  
Студент факультета «Педагогики и психологии», кафедры «Психологии образования и развития»  
E-mail: [nastya.120198@gmail.com](mailto:nastya.120198@gmail.com)

## **Проблема сущности психологического тренинга в практической психологии**

**Аннотация.** На сегодняшний день практическая психология непрерывно продолжает обогащаться разными видами групповых работ: групповое консультирование, групповая психотерапия и психокоррекция, психологические тренинги узкой и широкой направленности. Общей их целью является, в первую очередь, ориентация на психологическую помощь и оказание поддержки и содействия человеку в преодолении им психологических трудностей. Между тем, основной проблемой, вступающей в противоречие с практической психологией, остаётся несоответствие её запросов и теоретической базы психологической науки, которая на данный момент является актуальной вследствие объективных сложностей изучения психики человека.

В данной статье представлен теоретический анализ проблемы сущности психологического тренинга в сравнении со смежными методами практической психологии. Авторы уделяют наибольшее внимание таким формам психологической помощи, как групповая психологическая коррекция, групповая психотерапия и групповой психологический тренинг, анализируя их в соотношении друг с другом. В статье систематизируются различные определения ключевых понятий в контексте проблемы сущности психологического тренинга как одного из методов практической психологии, а также обобщаются и сравниваются между собой существующие теоретические подходы к пониманию форм психологической помощи в современной психологической науке.

Актуальность выбранной проблемы заключается в размытости терминологических границ между основными методами практической психологии и областью их применения: очень часто группы одного и того же вида специалисты различных психологических областей называют по-разному. В статье приводятся теоретические положения о том, как и благодаря чему раскрывается сущность группового психологического тренинга в практической области психологической науки, какие существуют теоретические проблемы заявленной проблемы и какое решение для них уже найдено.

**Ключевые слова:** тренинг; психологический тренинг; метод практической психологии; психологическая помощь; психологическая коррекция; групповая психологическая коррекция; психотерапия; групповая психотерапия

Актуальность проблемы психологического тренинга не вызывает сомнения в эффективности его применения в практической психологии. Широко известно, что психология, как и любая другая наука, в своём применении должна охватывать не только теорию, но и непосредственно практику. Практическая психология – это и есть та область научных знаний, которая в полной мере ориентирована на практическую деятельность, иначе говоря, на непосредственную работу с людьми, результатом которой является прямое воздействие на поведение и психологию человека. Первостепенная цель практической психологии заключается в непрерывном поиске и разработке различных средств и приёмов психологической помощи населению в разрешении их профессиональных, жизненных и личностных проблем, а также формированию психологической культуры личности [1].

Коррекционно-развивающая групповая психологическая работа (тренинги) является одним из основных методов, применяемых в работе практических психологов. Уже к пятидесятым годам прошлого века существовало чёткое понимание того, что специально организованный интенсивный тренинг представляет собой один из наиболее подходящих, удобных, конструктивных и доступных форм психологической групповой работы [2].

Обязательным условием эффективности групповой работы является включение в процедуру проведения тренинга, помимо специальных психокоррекционных и психотерапевтических техник, также различные игровые методы (в числе которых деловые и ролевые игры), дискуссионные методы группового принятия решения, методы развития социальной перцепции, – другими словами, все те дополнительные средства, которые в своём существовании были бы направлены на интенсивное формирование необходимых у группы людей навыков [3].

Психологический тренинг как метод является неотъемлемой частью практической психологии. Однако в современной психологической науке существует ряд противоречий, заключающихся в различных трактовках определения понятия «тренинг». По словам Е.А. Левановой, А.Н. Соболевой, В.А. Плешакова, только «по тематике тренингов за последние 15 лет издано более 1500 монографий, учебных пособий и методических рекомендаций», в которых исследуются различные характеристики данного феномена, а также делаются попытки найти и установить в психологической науке единую формулировку этому явлению [4].

В то же самое время общее представление о психологическом тренинге как о методе практической психологии раскрывается через соотношение таких категорий, как «групповая психотерапия», «групповая психокоррекция» и «групповой тренинг», границы между которыми весьма размыты.

Так, целью настоящей статьи является анализ сущности феномена психологического тренинга как метода практической психологии, тесно связанного с групповой психокоррекцией и психотерапией.

Различные концепции психологического тренинга рассматриваются в психологии с точки зрения следующих подходов: психодинамического (в контексте транзакционного анализа Э. Берна, психодрамы Я. Морено, телесно-ориентированной терапии В. Райха и М. Фельденкрайза), поведенческого (в контексте бихевиорально-ориентированных групп И.П. Павлова и Д. Уотсона) гуманистического (в контексте групп встреч К. Роджерса и тренинга сензитивности Л.А. Петровской), гештальт-подхода (в контексте техник и приёмов гештальт-терапии Ф. Перлза), групп-аналитического (в контексте групп-анализа З. Фоулкса, Л. Хирста, М. Пайнса, П. Маре); инструментального (тренинг как инструментальное действие в работе Т.В. Зайцевой); технологического (тренинг как технология в трудах О.В. Евтихова, Е.В. Сидоренко, В.А. Плешакова, Ю.В. Макарова).

Основы анализа использования психологического тренинга в отечественной практике представлены в трудах Г.И. Исуриной, Ю.Н. Емельянова, Н.Н. Богомоловой, И.В. Вачкова, Л.А. Петровской и др. Изучением различных проблем группового тренинга в зарубежной психологии посвящены работы таких авторов, как К. Левин, К. Роджерс, Р. Витмэн, У. Байон, М. Хайдеггер, П. Сартра, М. Шеллер, Л. Бредфорд, Д. Джигбб, К. Бенн, А. Уинн, Дж. Кембелл, М. Дюннет и др.

Проблемы применения психологического тренинга анализируются в контексте разных видов деятельности: (а) в педагогической деятельности (А.П. Партнал, М.Н. Григорьева, К. Роджерс, В.М. Филатова и др.); (б) в различных сферах профессиональной деятельности и деятельности организаций (С.И. Максимов, Дж. Стюарт, В.П. Захаров).

Проблемы оценки эффективности психологического тренинга и его отдельных элементов раскрываются в трудах И.В. Вачкова, Т.В. Зайцевой, М.Р. Битяновой, В.В. Никандрова, В.А. Плешакова, Л.А. Петровской, А.П. Ситникова и др.

Основные подходы к пониманию феномена «психологический тренинг», раскрывающие его сущность, представлены в работах О.В. Евтихова, И.В. Вачкова, В.В. Никандрова, Е.В. Сидоренко, В.А. Плешакова, Ю.В. Макарова, В.Э. Пахальяна, А.Г. Лидерса, Т.В. Зайцевой.

Сравнительный анализ «психологического тренинга», «групповой психокоррекции» и «групповой психотерапии» через призму соотнесения данных категорий представлен в трудах И.В. Вачкова, Т.В. Зайцевой, Дж. Мартина, Дж.Д. Фишера, Дж.М. Наддлера, Ю. Клара, А. Чрински, В.В. Никандрова, Е.В. Сидоренко, Дж. Морено.

Обратим внимание на то, что при теоретическом анализе проблемы сущности психологического тренинга необходимо учитывать два понимания «практической психологии», выдвинутых отечественными учёными В.И. Слободчиковым и Е.И. Исаевым:

1. практическая психология как «прикладная дисциплина», отличительной характеристикой которой является «ориентация на академическую исследовательскую психологию естественно-научного типа»;
2. практическая психология как «особая психологическая практика», в рамках которой основополагающей тенденцией является не само исследование психики, а именно «работа с психикой» [5].

Психологический тренинг, в свою очередь, может пониматься через призму обоих направлений. В контексте первого случая тренинг трактуется как самостоятельный исследовательский метод, в ходе которого конструируются и исследуются межличностные отношения или различные социально-психологические феномены в группах. В другом же контексте тренинг трактуется как один из методов практической работы, направленный на оказание прямого воздействия на психологические характеристики конкретных людей.

В наиболее общем смысле термин «тренинг» (от англ. training – «обучать, воспитывать») используют с целью обозначения и определения разных форм групповой психологической работы, границы применения которых весьма размыты. К таким относят следующие параллельно существующие с «тренингом» понятия: «групповая психотерапия», «групповая психокоррекция», «групповая психологическая работа». Рассматривая вопрос соотношения этих понятий друг с другом, следует отметить, что И.В. Вачков справедливо замечает: «Часто группы одного и того же вида разные авторы называют по-разному». При этом, определяя границы самого термина «психологический тренинг», автор пишет: «Современное понимание тренинга включает в себя многие традиционные методы групповой психотерапии и психокоррекции, что вынуждает искать его истоки в разнообразных направлениях клинической психотерапии в группах» [6].

Таким образом, можно смело утверждать о том, что все подобные формы групповой работы граничат, с одной стороны, с психокоррекцией и психотерапией, с другой – с обучением. Соответственно, применение любого термина вне зависимости от контекста является не вполне адекватным, поскольку определить рамки данных границ оказывается чрезвычайно трудно. Значит, крайне важно чётко обозначить различие между этими понятиями.

Психологическая коррекция является неким комплексом прямых воздействий на психологическое развитие личности с целью исправления тех характерных особенностей, которые не соответствуют оптимальной модели, а также стимулирования активности человека, создания душевного комфорта и приведения психики в адекватное состояние при диагностике у человека каких-либо личностных аномалий [7]. Термин получил наибольшее распространение в начале 70-х гг. XX в. Именно в этой временной период психологи в своей практической деятельности уделяли большое внимание области психотерапии, прежде всего групповой, ведь именно благодаря ей достигается наибольшее воздействие на группу людей со схожими проблемами, а главный эффект групповой работы создаётся именно за счёт взаимовлияния и активного воздействия людей друг на друга [8].

Тем не менее, в течение долгих лет велись нескончаемые споры и оживлённые дискуссии о том, может ли психолог заниматься психотерапевтической деятельностью. Именно поэтому обозначение термина «психологическая коррекция» в большей степени было ориентировано на попытки разграничения компетентностной области полномочий психолога и психотерапевта [7].

Однако, под психотерапией, по мнению И.В. Вачкова, в самом общем смысле понимается «комплексное лечебное вербальное и невербальное воздействие на эмоции, суждения, самосознание человека при многих психических, нервных и психосоматических заболеваниях» [6].

Истоки термина «групповая психотерапия» ведут к трудам Дж. Морено, именно он, как принято считать, предложил ввести данное понятие в научный терминологический обиход в 1932 году, определяя его как «лечение людей в группах» [9].

Интересным для анализа является определение, изложенное в своих трудах Дж. Мартином: «психологическая помощь и психотерапия – это уникальная форма собеседования, целью которой является попытка психолога изменить личную теорию/теории, (созданные на основе участия в других, прошлых или настоящих собеседованиях)» [10]. Следовательно, основной эффект от психотерапевтической работы, по словам Дж. Мартина, заключается именно в изменении личностной теории/теорий за счёт влияния той или иной формы прошлого или настоящего группового собеседования.

Некоторые другие авторы, такие как Дж.Д. Фишер, Дж.М. Наддлер, Ю. Клар, А. Чрински, в свою очередь, считают, что основным эффектом групповой работы является не изменение в личностном индивидуальном конструкте человека как таковом, а лишь изменение глубины переживаний, достижение которого возможно только в том случае, если будет происходить непрерывное развитие существенно новых навыков коммуникации – «коммуникативных паттернов, трансформирующих жизненный опыт» [11].

Групповая психотерапия гораздо старше тренинга, именно это направление лежит в истоках развития тренинга как активного метода практической психологии. Наряду с этим тренинг нередко выступает и как метод групповой психокоррекции. Так, О.В. Евтихов определяет и характеризует следующие направления к определению понятия «тренинг» в психологической науке:

1. тренинг – как активный метод обучения;
2. тренинг – как метод психологического воздействия на человека;
3. тренинг – как метод развития отдельных качеств личности человека;
4. тренинг – как метод преднамеренных изменений психологических феноменов человека и группы в целом;
5. тренинг – как технология [12].

Возвращаясь к проблеме сущности психологического тренинга, следует заметить, что в понимании большинства психологов он выступает как интегративный феномен и, соответственно, носит системный характер. Так об этом высказывается сам О.В. Евтихов: «...психологический тренинг частично включает в себя такие формы практической деятельности психолога, как психодиагностика, обучение, развитие, социально-психологическая работа с коллективами в их психологических контекстах» [13].

И.В. Вачков предлагает следующую трактовку понятия психологического тренинга: «Групповой психологический тренинг представляет собой совокупность активных методов практической психологии, которые используются: (1) в рамках клинической психотерапии при лечении неврозов, алкоголизма и ряда соматических заболеваний; (2) для работы с психически здоровыми людьми, имеющими психологические проблемы, в целях оказания им помощи в саморазвитии» [6].

Ещё более полно термин раскрыт В.В. Никандровым: «Психологический тренинг – это метод игрового моделирования психогенных ситуаций в целях развития психологической компетентности и формирования и (или) совершенствования различных психологических качеств, умений и навыков у людей, включённых в эти ситуации в роли участников или зрителей. В конечном итоге психотренинг направлен на повышение адекватности самосознания и поведения людей и групп» [14].

При анализе сущности тренинга в психологической науке уделяют особое внимание и его основным особенностям, отличающим психотренинги от всех других методов прикладной психологии. Главными из таких являются:

1. наличие высокой активности у участников группы;
2. тренинги носят игровой характер;
3. ориентация на обучающую направленность;
4. проведение систематической рефлексии;
5. всегда предполагает групповую форму проведения занятий [2; 6].



Объясняя проблему обозначенной неясности соотношения психокоррекции, психотерапии, психологического тренинга и обучения, В.В. Никандров, в первую очередь, связывает её с тем, что в психологической науке нет чёткой классификации психотренингов [14].

Следом, автор предлагает авторскую классификацию психологических тренингов, предлагая сгруппировать их по следующим основаниям: (1) по ведущей цели (конечному эффекту); (2) по конкретным задачам; (3) по типу объекта психологического воздействия; (4) по числу участников – объектов воздействия; (5) по числу ведущих (тренеров); (6) по временному режиму; (7) по типу руководства; (8) по техническому обеспечению; (9) по составу (контингенту) объекта воздействия [14].

Относительно анализа проблемы самого сущностного содержания тренинговой работы достаточно будет остановиться на анализе первого основания для классификации тренингов (по цели). Так, во ведущей цели (конечному эффекту) психологические тренинги подразделяются на:

А. Психокоррекционный тренинг:

1. психотерапевтический тренинг;
2. тренинг личностного развития;
3. обучающий тренинг;
4. организационный тренинг.

Б. Методический тренинг [14].

Психокоррекционный тренинг рассматривается В.В. Никандровым как тренинг, который в своём содержании ориентирован на «изменение психической сферы человека». В данной трактовке термин «психологический тренинг» понимается как целостная технология, конечной целью которой является совершенствование самосознания, поведения или профессиональной деятельности у групп в целом или отдельных людей в группе. Тогда как методический тренинг – «способ обучения специалистов выполнению тренинговой работы», который не преследует никаких коррекционных целей [14]. Стоит заметить, что, включая психотерапевтический тренинг в классификацию психокоррекционных тренингов, автор тем самым подчёркивает, что психокоррекция является шире психотерапии.

Тем не менее, говоря о психологическом тренинге как о групповой работе, многие психологи ассоциируют её лишь с психотерапевтическим «вмешательством». Так, наблюдения Е.В. Сидоренко гласят: «...зарубежный психолог всякую групповую работу свободно называет психотерапией. В нашей стране принято более жёстко разграничивать эти сферы: психотерапия – для больных, групповая работа – для психически «формальных». Несмотря на это разграничение, методы психотерапии и групповой работы восходят к общим корням» [15]. Такие корни сводятся к тому, что для обозначения области применения психотренингов наиболее подходящим термином всё-таки является «психокоррекционная работа».

В современной психологической науке понимание сущности психологического тренинга также трактуется с точки зрения технологического подхода, в рамках которого тренинг как групповая работа рассматривается как особым образом организованная система последовательных процедур и операций [16].

Так, опираясь на данный подход, Е.В. Сидоренко даёт следующее определение: «Тренинг – обучение технологиям действия на основе определенной концепции реальности в интерактивной форме» [17]. Автор объясняет тренинг не только как сугубо психологический процесс, связанный с человеком и его поведением в этом процессе, но и как систему

упорядоченных процедур и операций, главной задачей которых является раскрытие духовного мира человека.

Такого же мнения придерживается и В.А. Плешаков, предлагая свою трактовку определению: «Тренинг как психолого-педагогическая технология групповой работы – это упорядоченная и задачно-структурированная совокупность активных методов групповой работы (деловых, организационно-деятельностных, ролевых и психологических игр, заданий и упражнений, психотехник и рефлепрактик, групповых дискуссий и т. д.), логично и тематически подобранных согласно поставленной цели и обеспечивающих заранее запланированных и корректно диагностируемых результатов для человека, группы и организации в процессе групповой динамики» [18].

Такое определение предлагает в своей работе Ю.В. Макаров: «Психологический тренинг есть технология психологического воздействия на личность, осуществляемая в единстве и последовательности процессов обучения, коррекции и развития». Автор предлагает рассматривать психологический тренинг как технологию, обладающую трёхкомпонентной структурой, в которой представлены следующие модули: личностный (направленный на личность), групповой (направленный на группу) и профильный (направленный на взаимодействие). По мнению Ю.В. Макарова, соблюдение этих модулей гарантирует, как и возможность оптимизации отдельных процессов тренинга, так и повышение его эффективности в целом [16].

Таким образом, возникновение феномена психологического тренинга как метода практической психологии и некой формы взаимодействия психолога с людьми, нуждающимися в психологической помощи, и этих людей между собой, действительно, тесно связано с развитием групповой психокоррекции, групповой психотерапии и обучения. Однако, как мы уже выяснили, существующих различий и разграничений между, казалось бы, смежными психологическими феноменами куда больше.

Если понятие «психокоррекция» включает в себя понятие «психотерапевтическое вмешательство», то психологические тренинги следует рассматривать как важные методы психокоррекционной работы практического психолога, которая может вестись как на медицинском уровне (при лечении психопатологий), так и на психолого-практическом (при оказании услуг нуждающимся в психологической помощи психически здоровым людям) [14].

Наряду с этим, в первом контексте круг решаемых задач куда уже, чем во втором, поскольку для медицинской практики главным условием является лишь достижение психотерапевтического эффекта, в то время как в рамках психологической практики могут преследоваться и другие цели, круг которых не ограничен лишь психотерапевтическим эффектом, а располагает более всеобъемлющим характером, охватывающим и сферу психокоррекции в том числе [19].

В нашем представлении тенденции развития психологического тренинга таковы: в связи с возрастающей актуальностью в психологической науке теорий, ориентированных на технологический подход, мы предполагаем, что в будущем тренинг будет рассматриваться в качестве технологии активного социально-психологического обучения, ориентированной на организацию психокоррекционной работы и на достижение психотерапевтического эффекта с целью активной трансформации личности и её поведения в целом.

## ЛИТЕРАТУРА

1. Макаров Ю.В. Формирование психологической культуры средствами психологического тренинга // Сборник статей XI Российско-Американской научно-практической конференции «Актуальные вопросы современного

- университетского образования» (г. Санкт-Петербург, 13–15 мая 2008). Санкт-Петербург, 2008. – С. 105–109.
2. Зайцева, Т.В. Теория психологического тренинга. Психологический тренинг как инструментальное действие. СПб.: Речь, М.: Смысл, 2002. – 80 с.
  3. Мозговой С.Г., Казакова А.И., Кирова Н.Ю., Канунникова А.П. Тренинг как эффективный метод обучения студентов // Сборник научных трудов SWORLD. 2011. №4. – С. 31–33.
  4. Леванова Е.А., Соболева А.Н., Плешаков В.А. и др. Игра в тренинге. Личный помощник тренера. СПб.: Питер. 2011. – 368 с.
  5. Слободчиков В.И., Исаев Е.И. Основы психологической антропологии. Психология человека: Введение в психологию субъективности. Учебное пособие для вузов. – М.: Школа-Пресс, 1995. – 384 с.
  6. Вачков И.В. Введение в тренинговые технологии // Психологическое сопровождение выбора профессии / Под ред. Л.М. Митиной. – М.: Московский психолого-социальный институт, 1998. – с. 66–78.
  7. Pogozheva O.V. Activation Of Psychological Counseling, Psycho-Correction And Psychotherapy Methods For Adolescents Within The Range Of Normal Psychological Accentuation And Signs Of Deviant Behavior // International Journal Of Applied And Fundamental Research. 2011. – P. 62–64.
  8. Ternes, M., Magaletta, P.R., Patry, M.W. (Eds.). The practice of correctional psychology. Springer Nature Switzerland AG, 2018. – 308 p.
  9. David Read Johnson, Susana Pendzik, Stephen Snow. Assessment in drama therapy. Springfield, IL, C.C. Thomas, 2012. – 370 p.
  10. Martin J. The construction and understanding of psychotherapeutic change: Conversations, memories, and theories / J. Martin. – N.Y.: Teachers College Press, Columbia University, 1994. – 98 p.
  11. Klar Y. Self-change: social psychological and clinical perspectives / Y. Klar, J.D. Fisher, A. Chrinsky, J.M. Naddler. – N.Y.: Springer-Verlag, 1992. – 285 p.
  12. Евтихов О.В. Практика психологического тренинга. СПб.: Издательство «Речь», 2004. – 256 с.
  13. Евтихов О.В. Тренинг лидерства: Монография. СПб.: Речь, 2007. – 256 с.
  14. Никандров В.В. Психологическая сущность тренингов // Вестник СПбГУ. Серия 6. Политология. Международные отношения, 2003. – С. 71–86.
  15. Сидоренко, Е.В. Психодраматический и недирективный подходы в групповой работе с людьми: метод описания и комментарии / Е.В. Сидоренко. – СПб.: Институт тренинга, 1992. – 71 с.
  16. Макаров Ю.В. Технологический подход к психологическому тренингу // Известия иркутского государственного университета. Серия: Психология, 2017. – С. 48–57.
  17. Сидоренко Е.В. Технология создания тренинга от замысла к результату. СПб.: Речь 2007. – 116 с.
  18. Плешаков В.А. О тренинге как психолого-педагогической технологии // Проблемы педагогического образования: Сборник научных статей. Вып. 34 / Под ред. В.А. Слостенина, Е.А. Левановой. М.: МГПУ МОСПИ, 2009. – С. 53–55.
  19. Slife D., Richard N. Williams, Sally H. Barlow. Critical Issues in Psychotherapy: Translating New Ideas into Practice. Kindle Edition, 2001. 306 p.



**Kovalenko Svetlana Vasilevna**

Nizhnevartovsk state university, Nizhnevartovsk, Russia  
E-mail: svetlana.70@list.ru

**Davydova Anastasia Andreevna**

Nizhnevartovsk state university, Nizhnevartovsk, Russia  
E-mail: nastya.120198@gmail.com

## **The problem of the essence of psychological training in practical psychology**

**Abstract.** Nowadays, practical psychology is being continuously enriched with a variety of different types of group work focused on psychological care, the most common goal of which is to provide support and assistance to a person in overcoming psychological difficulties. Meanwhile, the main problem that conflicts with practical psychology is the discrepancy between its needs and the theoretical background of Psychological Science, which is still limited at a point of time due to objective difficulties in examining the human psyche.

This article presents a theoretical analysis of the problem of the essence of psychological training in comparison with related methods of Practical Psychology. The authors place their greatest focus on such forms of psychological care as group psychological correction, group psychotherapy and group psychological training, analyzing them in relation to each other. The article systematizes various definitions of key concepts in the context of the problem of the essence of psychological training as one of the methods of practical psychology, and also summarizes and compares the existing theoretical approaches to understanding forms of psychological care in modern Psychological Science.

The relevance of the chosen problem lies in the context of the blurring terminological boundaries between the main methods of Practical Psychology and the field of their application: specialists of different psychological areas name groups of the same type differently very often. The article presents theoretical foundations in relation to how and due to what the essence of group psychological training in the practical field of Psychological Science is revealed, what theoretical problems of the stated problem exist and what solution has already been found for them.

**Keywords:** training; psychological training; method of Practical Psychology; psychological care; psychological correction; group psychological correction; psychotherapy; group psychotherapy