

федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования

"Красноярский государственный медицинский университет
имени профессора В.Ф. Войно-Ясенецкого"

Министерства здравоохранения Российской Федерации

Медико-психолого-фармацевтический факультет

Кафедра клинической психологии и психотерапии с курсом ПО

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

"Психология саморазвития"

уровень специалитета

очная форма обучения

срок освоения ОПОП ВО - 5,5 лет

2018 год

федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
"Красноярский государственный медицинский университет
имени профессора В.Ф. Войно-Ясенецкого"
Министерства здравоохранения Российской Федерации



25 июня 2018

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

Дисциплины «Психология саморазвития»

Для ОПОП ВО по специальности 37.05.01 Клиническая психология (специализация
Патопсихологическая диагностика и психотерапия)

Уровень специалитета

Очная форма обучения

Срок освоения ОПОП ВО - 5,5 лет

Медико-психолого-фармацевтический факультет

Кафедра клинической психологии и психотерапии с курсом ПО

Курс - III

Семестр - V

Лекции - 20 час.

Практические занятия - 32 час.

Семинарские занятия - 20 час.

Самостоятельная работа - 72 час.

Зачет с оценкой - V семестр

Всего часов - 144

Трудоемкость дисциплины - 4 ЗЕ

2018 год

1. Вводная часть

1.1. Планируемые результаты освоения образовательной программы по дисциплине

Цель освоения дисциплины "Психология саморазвития" состоит в создании условий для понимания психологические основы саморазвития личности как многоаспектной единицы, содержания и характеристики компонентов и форм, а также овладении методами и средствами диагностики уровня саморазвития и его самосовершенствования посредством создания определенных условий.

1.2. Место дисциплины в структуре ОПОП ВО

1.2.1. Дисциплина «Психология саморазвития» относится к блоку Б1 - «Дисциплины (модули)».

Психология личности

Знания: Способы саморазвития и самосовершенствования личности

Умения: Дифференцировать и анализировать различные взгляды на личность

Навыки: Саморазвития и самосовершенствования личности

1.3. Требования к результатам освоения дисциплины

1.3.1. Изучение данной дисциплины направлено на формирование у обучающихся следующих общекультурных (ОК), общепрофессиональных (ОПК) и профессиональных (ПК) компетенций:

В результате изучения дисциплины обучающиеся должны:

Общие сведения о компетенции ПСК-3.9	
Вид деятельности	специализация N 3 "Патопсихологическая диагностика и психотерапия"
Профессиональная задача	Разработка и реализация личностно- и социально-ориентированных программ психотерапии, коррекции и реабилитации
Код компетенции	ПСК-3.9
Содержание компетенции	способностью и готовностью к применению методик индивидуально-типологической (личностной) диагностики для решения психотерапевтических и реабилитационных задач
	Знать
1	разработка и реализация личностно- и социально-ориентированных программ психотерапии, коррекции и реабилитации
	Уметь
1	отбирать методики для проведения индивидуально-типологической (личностной) диагностики для решения психотерапевтических и реабилитационных задач
	Владеть
1	навыками подбора методик индивидуально-типологической диагностики для решения психотерапевтических и реабилитационных задач
2	способами отбора методик для проведения индивидуально-типологической (личностной) диагностики для решения психотерапевтических и реабилитационных задач
	Оценочные средства
1	Вопросы к зачету с оценкой
2	Вопросы по теме занятия
3	Конспект первоисточников
4	Ситуационные задачи
5	Тесты
6	Примерная тематика рефератов

Общие сведения о компетенции ОК-6	
Вид деятельности	-
Профессиональная задача	-
Код компетенции	ОК-6
Содержание компетенции	готовностью действовать в нестандартных ситуациях, нести социальную и этическую ответственность за принятые решения
	Знать
	Уметь
1	действовать в нестандартных ситуациях, нести социальную и этическую ответственность за принятые решения
	Владеть
1	способами действий в нестандартных ситуациях, нести социальную и этическую ответственность за принятые решения
	Оценочные средства
1	Вопросы к зачету с оценкой

2	Вопросы по теме занятия
3	Конспект первоисточников
4	Ситуационные задачи
5	Тесты
6	Примерная тематика рефератов

Общие сведения о компетенции ОПК-3	
Вид деятельности	-
Профессиональная задача	-
Код компетенции	ОПК-3
Содержание компетенции	готовностью руководить коллективом в сфере своей профессиональной деятельности, толерантно воспринимая социальные, этнические, конфессиональные и культурные различия
	Знать
	Уметь
1	взаимодействовать со специалистами в области медицины, образования и нейронаук
	Владеть
1	навыками делового общения и взаимодействия с работниками смежных специальностей
	Оценочные средства
1	Вопросы к зачету с оценкой
2	Вопросы по теме занятия
3	Конспект первоисточников
4	Ситуационные задачи
5	Тесты
6	Примерная тематика рефератов

Общие сведения о компетенции ПК-14	
Вид деятельности	проектно-инновационная деятельность
Профессиональная задача	Психологическое сопровождение инноваций, нацеленных на повышение качества жизни, психологического благополучия и здоровья людей
Код компетенции	ПК-14
Содержание компетенции	готовностью сопровождать инновации, направленные на повышение качества жизни, психологического благополучия и здоровья людей
	Знать
1	психологическое сопровождение инноваций, нацеленных на повышение качества жизни, психологического благополучия и здоровья людей
	Уметь
1	сопровождать инновации, направленные на повышение качества жизни, психологического благополучия и здоровья людей
	Владеть
1	способами сопровождения инноваций, направленных на повышение качества жизни, психологического благополучия и здоровья людей
	Оценочные средства
1	Вопросы к зачету с оценкой
2	Вопросы по теме занятия
3	Конспект первоисточников

4	Ситуационные задачи
5	Тесты
6	Примерная тематика рефератов

2. ОСНОВНАЯ ЧАСТЬ

2.1. Объем дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Всего часов	Семестр V
1	2	3
Аудиторные занятия (всего), в том числе	72	72
Лекции (Л)	20	20
Практические занятия (ПЗ)	32	32
Из общего числа аудиторных часов - в интерактивной форме*	30 42%	30
Семинарские занятия (СЗ)	20	20
Лабораторные работы (ЛР)		
Внеаудиторная (самостоятельная) работа обучающегося (СР), в том числе:	72	72
Конспектирование источников и другой учебной литературы	9	9
Проработка учебного материала (по конспектам лекций, учебной и научной литературе) и подготовка докладов на семинарах и практических занятиях к участию в тематических дискуссиях и деловых играх	12	12
Самодиагностика	11	11
Подготовка к тестированию	3	3
Подготовка устного сообщения или презентации по теме	10	10
Проработка учебного материала по конспектам	1	1
Решение ситуационных задач	3	3
Работа с учебной литературой	4	4
Подготовка к текущему контролю	4	4
Работа с тестами и вопросами для самопроверки	3	3
Библиографический обзор по тематике учебных занятий	2	2
Подготовка к занятиям	8	8
Проработка учебного материала	1	1
Подготовка к промежуточной аттестации	1	1
Вид промежуточной аттестации		Зачет с оценкой
Контактная работа	72	
Общая трудоемкость час. ЗЕ	144.0 4	144 4

2.2. Разделы дисциплины (модуля), компетенции и индикаторы их достижения, формируемые при изучении

№ раздела	Наименование раздела дисциплины	Темы разделов дисциплины	Код формируемой компетенции	Коды индикаторов достижения компетенций
1	2	3	4	5
1.	Основы саморазвития личности			
		Проблема понимания личности в контексте саморазвития 1. Личность как социальная характеристика человека. 2. Реалии человеческого существования в контексте саморазвития.	ОК-6, ОПК-3	ОК-6, ОПК-3
		Психология самопознания и саморазвития: становление, предмет изучения 1. Структура индивидуальности. 2. Характеристика самопознания в философских концепциях. 3. Значение самопознания в психологии. 4. Анализ исследования самосознания в психологии: У. Джемс, И.С. Кон, В.В. Столин, С.Р. Пантеев.	ОК-6, ОПК-3	ОК-6, ОПК-3
		Проблема личности в контексте парадигмы саморазвития	ОК-6, ОПК-3	ОК-6, ОПК-3
		Проблема личности в зарубежной и отечественной психологии. От развития к саморазвитию 1. Проблема понимания личности в зарубежной психологии. 2. Подходы к пониманию личности в России. 3. Соотношение категорий развитие и саморазвитие	ОК-6, ОПК-3	ОК-6, ОПК-3
		Общая характеристика самопознания 1. Области самопознания: сознание, бессознательное (З. Фрейд, К. Юнг). 2. Сферы самопознания. 3. Понятие Я-концепции в структуре личности. 4. Я-концепция в различных психологических теориях.	ОК-6, ОПК-3	ОК-6, ОПК-3
		Самопознание как процесс 1. Самопознание как процесс. 2. Средства и способы самопознания. 3. Механизмы самопознания. 4. Личностная идентичность по Э.Эриксону. 5. Социальная идентичность в концепциях: В.А. Ядова, Т.С. Баранова, Ю.Л. Качанова.	ОК-6, ОПК-3	ОК-6, ОПК-3
		Самопознание как предмет исследования 1. Определения способности к саморазвитию (А.И. Красило). 2. Иллюстрация к теме «Я-концепция» – шкала самовосприятия по Р. Бернсу. 3. Выявление составляющих Я-концепции – проективная методика «Символические задания на выявление «социального Я» (по Б.Лонгу, Р.Зиллеру, Р.Хендерсону).	ОК-6, ОПК-3	ОК-6, ОПК-3
2.	Подходы в понимании саморазвития			

		Саморазвитие: движущие силы и механизмы саморазвития 1. Движущие силы развития и саморазвития. 2. Психологические механизмы саморазвития.	ОК-6, ПК-14	ОК-6, ПК-14
		Основные подходы в понимании саморазвития : от функционального к субъектно-целевому	ОК-6, ПК-14	ОК-6, ПК-14
		Основные подходы в понимании саморазвития: функциональный и субъектно-целевой подходы	ОК-6, ПК-14	ОК-6, ПК-14
		Основные подходы в понимании саморазвития: системологический подход	ОК-6, ПК-14	ОК-6, ПК-14
		Основные подходы к пониманию саморазвития: системологический подход	ОК-6, ПК-14	ОК-6, ПК-14
3.	Профессиональное саморазвитие личности			
		Деятельностный подход и проблема развития личности	ОК-6, ПК-14	ОК-6, ПК-14
		Профессиональное саморазвитие личности. Структура и стадии профессионального саморазвития личности	ОПК-3	ОПК-3
		Психологические механизмы профессионального саморазвития	ОПК-3	ОПК-3
		Самоменеджмент 1. Время в жизни человека. Самоменеджмент. Диагностика способности к самоуправлению. 2. Жизненные перспективы личности и организация времени. 3. Анализ «поглотителей» времени. 4. Техника самоменеджмента. 5. Система планирования времени. 6. Методика разработки личных жизненных планов.	ОПК-3	ОПК-3
4.	Психологические методы изучения и саморазвития человека			
		Исследование составляющих образа Я 1. Исследование образа Я - опросник Т.Лири. 2. Методика исследования самооотношения С.Р.Пантилеева. 3. Изучение самооценки при помощи методики ранжирования. 4. Обучение самопринятию по В.Г.Маралову. 5. Диагностика уровня уверенности и удовлетворенности собой.	ПК-14, ПСК-3	ПК-14, ПСК-3.9
		Изучение индивидуальных тенденций саморазвития 1. Изучение индивидуальных особенностей саморазвития с помощью теста смысловых жизненных ориентаций (СЖО) Д.А. Леонтьева. 2. Упражнение с идеальной моделью. 3. Разработка индивидуальной программы самовоспитания (на примере программы самовоспитания С.Б. Елканова). 4. Диагностика способности к саморазвитию.	ПК-14, ПСК-3	ПК-14, ПСК-3.9

		Исследование самоактуализации и ее составляющих 1. Оценка уровня самоактуализации по опроснику А.Шострома. 2. Диагностики ситуативной самоактуализации личности (Т.Д. Дубовицкая). 3. Методика «Мотивация аффилиации» (А.Меграбян и М.Ш.Магомед-Эминов). 4. Методика определения индекса жизненной удовлетворенности.	ПК-14, ПСК-3	ПК-14, ПСК-3.9
		Самопознание и саморазвитие на разных ступенях онтогенеза	ПК-14, ПСК-3	ПК-14, ПСК-3.9
		Психотехнологии по работе с целью 1. Психотехники, направленные на помощь в решении проблем. 2. Целеполагание в структуре саморазвития (рефлексивный тренинг)	ПК-14, ПСК-3	ПК-14, ПСК-3.9
		Методологические основы исследования процесса саморазвития	ПК-14, ПСК-3	ПК-14, ПСК-3.9
		Психотехнология формирования будущего Метод, ориентированный на реконструкцию будущего Ф.Мелджеса.	ПК-14, ПСК-3	ПК-14, ПСК-3.9
		Технологии и методы саморазвития личности: общая характеристика	ПК-14, ПСК-3	ПК-14, ПСК-3.9
		Технологии и методы саморазвития личности: общая характеристика, их значимость	ПК-14, ПСК-3	ПК-14, ПСК-3.9
		Саморегуляция как основа саморазвития 1. Автопортрет как метод саморегуляции личности. 2. Психическая саморегуляция («Зарядка позитивного мышления»).	ПК-14, ПСК-3	ПК-14, ПСК-3.9
		Акмеологические основы самосовершенствования личности 1. Психологические основы самосовершенствования личности взрослого человека. 2. Анализ жизненного пути методами синтеза и интерпретации индивидуального биографического материала.	ПК-14, ПСК-3	ПК-14, ПСК-3.9
		Жизненный путь как программирование и как творчество 1. Диагностические и развивающие возможности методики рисуночных метафор Мой жизненный путь	ПК-14, ПСК-3	ПК-14, ПСК-3.9
		Понимание жизненного мира человека в контексте саморазвития 1. Исследование устойчивости жизненного мира человека (И.О. Логинова)	ПК-14, ПСК-3	ПК-14, ПСК-3.9
		Технологии саморазвития личности 1. Технология проектирования будущего. 2. Технология целеполагания. 3. Самоактуализация самоорганизации. 4. Технология «Портфолио» как метод самоорганизации и саморазвития.	ПК-14, ПСК-3	ПК-14, ПСК-3.9

		Проектирование саморазвития клинического психолога. Зачет с оценкой. 1. Механизмы творческого саморазвития. 2. Черты творческого саморазвития. 3. Структурные компоненты процесса саморазвития. 4. Построение программы саморазвития клинического психолога (на основе анализа результатов исследования)	ПК-14, ПСК-3	ПК-14, ПСК-3.9
--	--	---	--------------	----------------

2.3. Разделы дисциплины и виды учебной деятельности

№ п/п	№ семестра	Наименование раздела дисциплины	Виды учебной деятельности, включая самостоятельную работу (в часах)					
			Л	ЛР	ПЗ	СЗ	СР	Всего
1	2	3	4	5	6	7	8	9
1.	5	Основы саморазвития личности	4		8	4	16	32
2.	5	Подходы в понимании саморазвития	6			6	8	20
3.	5	Профессиональное саморазвитие личности	4		2	6	4	16
4.	5	Психологические методы изучения и саморазвития человека	6		22	4	44	76
		Всего	20		32	20	72	144

2.4. Тематический план лекций дисциплины

3 курс

5 семестр

№ раздела	№ темы	Наименование раздела	Тема	Количество часов
1	2	3	4	5
1	1	Основы саморазвития личности [2.00]	Проблема понимания личности в контексте саморазвития 1. Личность как социальная характеристика человека. 2. Реалии человеческого существования в контексте саморазвития. ОК-6,ОПК-3	2
1	2	Основы саморазвития личности [2.00]	Проблема личности в зарубежной и отечественной психологии. От развития к саморазвитию 1. Проблема понимания личности в зарубежной психологии. 2. Подходы к пониманию личности в России. 3. Соотношение категорий развитие и саморазвитие ОК-6,ОПК-3	2
2	3	Подходы в понимании саморазвития [2.00]	Саморазвитие: движущие силы и механизмы саморазвития 1. Движущие силы развития и саморазвития. 2. Психологические механизмы саморазвития. ОК-6,ПК-14	2
2	4	Подходы в понимании саморазвития [2.00]	Основные подходы в понимании саморазвития: функциональный и субъектно-целевой подходы ОК-6,ПК-14	2
2	5	Подходы в понимании саморазвития [2.00]	Основные подходы к пониманию саморазвития: системологический подход ОК-6,ПК-14	2

3	6	Профессиональное саморазвитие личности [2.00]	Деятельностный подход и проблема развития личности ОК-6,ПК-14	2
3	7	Профессиональное саморазвитие личности [2.00]	Профессиональное саморазвитие личности. Структура и стадии профессионального саморазвития личности ОПК-3	2
4	8	Психологические методы изучения и саморазвития человека [2.00]	Самопознание и саморазвитие на разных ступенях онтогенеза ПК-14,ПСК-3.9	2
4	9	Психологические методы изучения и саморазвития человека [2.00]	Методологические основы исследования процесса саморазвития ПК-14,ПСК-3.9	2
4	10	Психологические методы изучения и саморазвития человека [2.00]	Технологии и методы саморазвития личности: общая характеристика, их значимость ПК-14,ПСК-3.9	2
			Всего за семестр	20
			Всего часов	20

2.5. Тематический план практических/семинарских занятий

2.5.1. Тематический план практических занятий

3 курс

5 семестр

№ раздела	№ темы	Наименование раздела	Тема	Количество часов
1	2	3	4	5

1	1	Основы саморазвития личности [2.00]	Психология самопознания и саморазвития: становление, предмет изучения 1. Структура индивидуальности. 2. Характеристика самопознания в философских концепциях. 3. Значение самопознания в психологии. 4. Анализ исследования самосознания в психологии: У. Джемс, И.С. Кон, В.В. Столин, С.Р. Пантеев. ОК-6,ОПК-3	2
1	2	Основы саморазвития личности [2.00]	Общая характеристика самопознания 1. Области самопознания: сознание, бессознательное (З. Фрейд, К. Юнг). 2. Сферы самопознания. 3. Понятие Я-концепции в структуре личности. 4. Я-концепция в различных психологических теориях. ОК-6,ОПК-3	2
1	3	Основы саморазвития личности [2.00]	Самопознание как процесс (В интерактивной форме) 1. Самопознание как процесс. 2. Средства и способы самопознания. 3. Механизмы самопознания. 4. Личностная идентичность по Э.Эриксону. 5. Социальная идентичность в концепциях: В.А. Ядова, Т.С. Баранова, Ю.Л. Качанова. ОК-6,ОПК-3	2
1	4	Основы саморазвития личности [2.00]	Самопознание как предмет исследования (В интерактивной форме) 1. Определения способности к саморазвитию (А.И. Красило). 2. Иллюстрация к теме «Я-концепция» – шкала самовосприятия по Р. Бернсу. 3. Выявление составляющих Я-концепции – проективная методика «Символические задания на выявление «социального Я» (по Б.Лонгу, Р.Зиллеру, Р.Хендерсону). ОК-6,ОПК-3	2
4	5	Психологические методы изучения и саморазвития человека [2.00]	Исследование составляющих образа Я (В интерактивной форме) 1. Исследование образа Я – опросник Т.Лири. 2. Методика исследования самоотношения С.Р.Пантеева. 3. Изучение самооценки при помощи методики ранжирования. 4. Обучение самопринятию по В.Г.Маралову. 5. Диагностика уровня уверенности и удовлетворенности собой. ПК-14,ПСК-3.9	2
4	6	Психологические методы изучения и саморазвития человека [2.00]	Изучение индивидуальных тенденций саморазвития (В интерактивной форме) 1. Изучение индивидуальных особенностей саморазвития с помощью теста смысловых ориентаций (СЖО) Д.А. Леонтьева. 2. Упражнение с идеальной моделью. 3. Разработка индивидуальной программы самовоспитания (на примере программы самовоспитания С.Б. Елканова). 4. Диагностика способности к саморазвитию. ПК-14,ПСК-3.9	2

4	7	Психологические методы изучения и саморазвития человека [2.00]	Исследование самоактуализации и ее составляющих (В интерактивной форме) 1. Оценка уровня самоактуализации по опроснику А.Шострома. 2. Диагностики ситуативной самоактуализации личности (Т.Д. Дубовицкая). 3. Методика «Мотивация аффилиации» (А.Меграбян и М.Ш.Магомед-Эминов). 4. Методика определения индекса жизненной удовлетворенности. ПК-14,ПСК-3.9	2
4	8	Психологические методы изучения и саморазвития человека [2.00]	Психотехнологии по работе с целью (В интерактивной форме) 1. Психотехники, направленные на помощь в решении проблем. 2. Целеполагание в структуре саморазвития (рефлексивный тренинг) ПК-14,ПСК-3.9	2
4	9	Психологические методы изучения и саморазвития человека [2.00]	Психотехнология формирования будущего (В интерактивной форме) Метод, ориентированный на реконструкцию будущего Ф.Мелджеса. ПК-14,ПСК-3.9	2
4	10	Психологические методы изучения и саморазвития человека [2.00]	Саморегуляция как основа саморазвития (В интерактивной форме) 1. Автопортрет как метод саморегуляции личности. 2. Психическая саморегуляция («Зарядка позитивного мышления») ПК-14,ПСК-3.9	2
3	11	Профессиональное саморазвитие личности [2.00]	Самоменеджмент (В интерактивной форме) 1. Время в жизни человека. Самоменеджмент. Диагностика способности к самоуправлению. 2. Жизненные перспективы личности и организация времени. 3. Анализ «поглотителей» времени. 4. Техника самоменеджмента. 5. Система планирования времени. 6. Методика разработки личных жизненных планов. ОПК-3	2
4	12	Психологические методы изучения и саморазвития человека [2.00]	Акмеологические основы самосовершенствования личности (В интерактивной форме) 1. Психологические основы самосовершенствования личности взрослого человека. 2. Анализ жизненного пути методами синтеза и интерпретации индивидуального биографического материала. ПК-14,ПСК-3.9	2
4	13	Психологические методы изучения и саморазвития человека [2.00]	Жизненный путь как программирование и как творчество (В интерактивной форме) 1. Диагностические и развивающие возможности методики рисуночных метафор Мой жизненный путь ПК-14,ПСК-3.9	2

4	14	Психологические методы изучения и саморазвития человека [2.00]	Понимание жизненного мира человека в контексте саморазвития (В интерактивной форме) 1. Исследование устойчивости жизненного мира человека (И.О. Логинова) ПК-14, ПСК-3.9	2
4	15	Психологические методы изучения и саморазвития человека [2.00]	Технологии саморазвития личности (В интерактивной форме) 1. Технология проектирования будущего. 2. Технология целеполагания. 3. Самоактуализация самоорганизации. 4. Технология «Портфолио» как метод самоорганизации и саморазвития. ПК-14, ПСК-3.9	2
4	16	Психологические методы изучения и саморазвития человека [2.00]	Проектирование саморазвития клинического психолога. Зачет с оценкой. (В интерактивной форме) 1. Механизмы творческого саморазвития. 2. Черты творческого саморазвития. 3. Структурные компоненты процесса саморазвития. 4. Построение программы саморазвития клинического психолога (на основе анализа результатов исследования) ПК-14, ПСК-3.9	2
			Всего за семестр	32
			Всего часов	32

2.5.2. Тематический план семинарских занятий

3 курс

5 семестр

№ раздела	№ темы	Наименование раздела	Тема	Количество часов
1	2	3	4	5
1	1	Основы саморазвития личности [2.00]	Проблема личности в контексте парадигмы саморазвития ОК-6, ОПК-3	2

1	2	Основы саморазвития личности [2.00]	Проблема личности в зарубежной и отечественной психологии. От развития к саморазвитию (В интерактивной форме) ОК-6,ОПК-3	2
2	3	Подходы в понимании саморазвития [2.00]	Саморазвитие: движущие силы и механизмы саморазвития ОК-6	2
2	4	Подходы в понимании саморазвития [2.00]	Основные подходы в понимании саморазвития : от функционального к субъектно-целевому ОК-6,ПК-14	2
2	5	Подходы в понимании саморазвития [2.00]	Основные подходы в понимании саморазвития: системологический подход ОК-6,ПК-14	2
3	6	Профессиональное саморазвитие личности [2.00]	Деятельностный подход и проблема развития личности ОК-6,ПК-14	2
3	7	Профессиональное саморазвитие личности [2.00]	Профессиональное саморазвитие личности. Структура и стадии профессионального саморазвития личности ОПК-3	2
3	8	Профессиональное саморазвитие личности [2.00]	Психологические механизмы профессионального саморазвития ОПК-3	2
4	9	Психологические методы изучения и саморазвития человека [2.00]	Самопознание и саморазвитие на разных ступенях онтогенеза ПК-14,ПСК-3.9	2

4	10	Психологические методы изучения и саморазвития человека [2.00]	Технологии и методы саморазвития личности: общая характеристика ПК-14, ПСК-3.9	2
			Всего за семестр	20
			Всего часов	20

2.6. Тематический план лабораторных работ

Данный вид работы учебным планом не предусмотрен

2.7. Контроль самостоятельной работы

Данный вид работы учебным планом не предусмотрен

2.8. Самостоятельная работа
2.8.1. Виды самостоятельной работы

3 курс
5 семестр

№ раздела	№ темы	Наименование раздела	Тема	Вид самост. работы	Количество часов
1	2	3	4	5	6
1	1	Основы саморазвития личности [3.00]	Проблема понимания личности в контексте саморазвития Файлов нет ОК-6,ОПК-3 Файлов нет	Подготовка к текущему контролю [1.00], Проработка учебного материала (по конспектам лекций, учебной и научной литературе) и подготовка докладов на семинарах и практических занятиях к участию в тематических дискуссиях и деловых играх [2.00]	3
1	2	Основы саморазвития личности [3.00]	Психология самопознания и саморазвития: становление, предмет изучения Файлов нет ОК-6,ОПК-3 Файлов нет	Проработка учебного материала (по конспектам лекций, учебной и научной литературе) и подготовка докладов на семинарах и практических занятиях к участию в тематических дискуссиях и деловых играх [2.00], Работа с тестами и вопросами для самопроверки [1.00]	3

1	3	Основы саморазвития личности [2.00]	Проблема личности в зарубежной и отечественной психологии. От развития к саморазвитию Файлов нет ОК-6,ОПК-3 Файлов нет	Подготовка устного сообщения или презентации по теме [2.00]	2
1	4	Основы саморазвития личности [2.00]	Общая характеристика самопознания Файлов нет 1. Области самопознания: сознание, бессознательное (З. Фрейд, К. Юнг). 2. Сферы самопознания. 3. Понятие Я-концепции в структуре личности. 4. Я-концепция в различных психологических теориях. ОК-6,ОПК-3 Файлов нет	Конспектирование источников и другой учебной литературы [1.00], Работа с учебной литературой [1.00]	2
1	5	Основы саморазвития личности [3.00]	Саморазвитие: движущие силы и механизмы саморазвития Файлов нет ОК-6,ОПК-3 Файлов нет	Проработка учебного материала (по конспектам лекций, учебной и научной литературе) и подготовка докладов на семинарах и практических занятиях к участию в тематических дискуссиях и деловых играх [2.00], Работа с тестами и вопросами для самопроверки [1.00]	3
1	6	Основы саморазвития личности [3.00]	Самопознание как процесс Файлов нет 1. Самопознание как процесс. 2. Средства и способы самопознания. 3. Механизмы самопознания. 4. Личностная идентичность по Э.Эриксону. 5. Социальная идентичность в концепциях: В.А. Ядова, Т.С. Баранова, Ю.Л. Качанова. ОК-6,ОПК-3 Файлов нет	Подготовка к тестированию [1.00], Подготовка устного сообщения или презентации по теме [2.00]	3

2	7	Подходы в понимании саморазвития [3.00]	<p>Основные подходы в понимании саморазвития: функциональный и субъектно-целевой подходы Файлов нет</p> <p>ОК-6,ПК-14 Файлов нет</p>	Подготовка к текущему контролю [1.00], Проработка учебного материала (по конспектам лекций, учебной и научной литературе) и подготовка докладов на семинарах и практических занятиях к участию в тематических дискуссиях и деловых играх [2.00]	3
4	8	Психологические методы изучения и саморазвития человека [3.00]	<p>Самопознание как предмет исследования Файлов нет</p> <p>1. Определения способности к саморазвитию (А.И. Красило). 2. Иллюстрация к теме «Я-концепция» - шкала самовосприятия по Р. Бернсу. 3. Выявление составляющих Я-концепции - проективная методика «Символические задания на выявление «социального Я» (по Б.Лонгу, Р.Зиллеру, Р.Хендерсону). ОК-6,ОПК-3 Файлов нет</p>	Подготовка к занятиям [2.00], Самодиагностика [1.00]	3
2	9	Подходы в понимании саморазвития [3.00]	<p>Основные подходы к пониманию саморазвития: системологический подход Файлов нет</p> <p>ОК-6,ПК-14 Файлов нет</p>	Конспектирование источников и другой учебной литературы [2.00], Проработка учебного материала (по конспектам лекций, учебной и научной литературе) и подготовка докладов на семинарах и практических занятиях к участию в тематических дискуссиях и деловых играх [1.00]	3
4	10	Психологические методы изучения и саморазвития человека [3.00]	<p>Исследование составляющих образа Я Файлов нет</p> <p>1. Исследование образа Я - опросник Т.Лири. 2. Методика исследования самоотношения С.Р.Панталева. 3. Изучение самооценки при помощи методики ранжирования. 4. Обучение самопринятию по В.Г.Маралову. 5. Диагностика уровня уверенности и удовлетворенности собой. ПК-14,ПСК-3.9 Файлов нет</p>	Подготовка устного сообщения или презентации по теме [2.00], Самодиагностика [1.00]	3

2	11	Подходы в понимании саморазвития [2.00]	<p>Деятельностный подход и проблема развития личности Файлов нет</p> <p>ОК-6,ПК-14 Файлов нет</p>	Библиографический обзор по тематике учебных занятий [2.00]	2
4	12	Психологические методы изучения и саморазвития человека [3.00]	<p>Изучение индивидуальных тенденций саморазвития Файлов нет</p> <p>1. Изучение индивидуальных особенностей саморазвития с помощью теста смысложизненных ориентаций (СЖО) Д.А. Леонтьева. 2. Упражнение с идеальной моделью. 3. Разработка индивидуальной программы самовоспитания (на примере программы самовоспитания С.Б. Елканова). 4. Диагностика способности к саморазвитию. ПК-14,ПСК-3.9 Файлов нет</p>	Подготовка к занятиям [1.00], Решение ситуационных задач [1.00], Самодиагностика [1.00]	3
4	13	Психологические методы изучения и саморазвития человека [3.00]	<p>Исследование самоактуализации и ее составляющих Файлов нет</p> <p>1. Оценка уровня самоактуализации по опроснику А.Шострома. 2. Диагностики ситуативной самоактуализации личности (Т.Д. Дубовицкая). 3. Методика «Мотивация аффилиации» (А.Меграбян и М.Ш.Магомед-Эминов). 4. Методика определения индекса жизненной удовлетворенности. ПК-14,ПСК-3.9 Файлов нет</p>	Подготовка к занятиям [1.00], Самодиагностика [2.00]	3

4	14	Психологические методы изучения и саморазвития человека [2.00]	<p>Психотехнологии по работе с целью Файлов нет</p> <p>1. Психотехники, направленные на помощь в решении проблем. 2. Целеполагание в структуре саморазвития (рефлексивный тренинг) ПК-14, ПСК-3.9 Файлов нет</p>	Проработка учебного материала [1.00], Самодиагностика [1.00]	2
3	15	Профессиональное саморазвитие личности [4.00]	<p>Профессиональное саморазвитие личности. Структура и стадии профессионального саморазвития личности Файлов нет</p> <p>ОПК-3 Файлов нет</p>	Конспектирование источников и другой учебной литературы [2.00], Проработка учебного материала (по конспектам лекций, учебной и научной литературе) и подготовка докладов на семинарах и практических занятиях к участию в тематических дискуссиях и деловых играх [1.00], Самодиагностика [1.00]	4
4	16	Психологические методы изучения и саморазвития человека [1.00]	<p>Психотехнология формирования будущего Файлов нет</p> <p>Метод, ориентированный на реконструкцию будущего Ф.Мелджеса. ПК-14, ПСК-3.9 Файлов нет</p>	Подготовка к занятиям [1.00]	1
4	17	Психологические методы изучения и саморазвития человека [2.00]	<p>Саморегуляция как основа саморазвития Файлов нет</p> <p>1. Автопортрет как метод саморегуляции личности. 2. Психическая саморегуляция («Зарядка позитивного мышления») ПК-14, ПСК-3.9 Файлов нет</p>	Подготовка к занятиям [1.00], Самодиагностика [1.00]	2

4	18	Психологические методы изучения и саморазвития человека [4.00]	<p>Самопознание и саморазвитие на разных ступенях онтогенеза Файлов нет</p> <p>ПК-14, ПСК-3.9 Файлов нет</p>	Конспектирование источников и другой учебной литературы [1.00], Работа с учебной литературой [2.00], Решение ситуационных задач [1.00]	4
4	19	Психологические методы изучения и саморазвития человека [3.00]	<p>Самоменеджмент Файлов нет</p> <p>1. Время в жизни человека. Самоменеджмент. Диагностика способности к самоуправлению. 2. Жизненные перспективы личности и организация времени. 3. Анализ «поглотителей» времени. 4. Техника самоменеджмента. 5. Система планирования времени. 6. Методика разработки личных жизненных планов. ОПК-3 Файлов нет</p>	Подготовка к занятиям [1.00], Подготовка к текущему контролю [1.00], Самодиагностика [1.00]	3
4	20	Психологические методы изучения и саморазвития человека [5.00]	<p>Методологические основы исследования процесса саморазвития Файлов нет</p> <p>ПК-14, ПСК-3.9 Файлов нет</p>	Конспектирование источников и другой учебной литературы [2.00], Подготовка к текущему контролю [1.00], Проработка учебного материала (по конспектам лекций, учебной и научной литературе) и подготовка докладов на семинарах и практических занятиях к участию в тематических дискуссиях и деловых играх [2.00]	5
4	21	Психологические методы изучения и саморазвития человека [2.00]	<p>Акмеологические основы самосовершенствования личности Файлов нет</p> <p>1. Психологические основы самосовершенствования личности взрослого человека. 2. Анализ жизненного пути методами синтеза и интерпретации индивидуального биографического материала. ПК-14, ПСК-3.9 Файлов нет</p>	Конспектирование источников и другой учебной литературы [1.00], Решение ситуационных задач [1.00]	2

4	22	Психологические методы изучения и саморазвития человека [4.00]	<p>Технологии и методы саморазвития личности: общая характеристика, их значимость Файлов нет</p> <p>ПК-14, ПСК-3.9 Файлов нет</p>	Подготовка к тестированию [1.00], Подготовка устного сообщения или презентации по теме [2.00], Проработка учебного материала по конспектам [1.00]	4
4	23	Психологические методы изучения и саморазвития человека [2.00]	<p>Жизненный путь как программирование и как творчество Файлов нет</p> <p>1. Диагностические и развивающие возможности методики рисуночных метафор Мой жизненный путь ПК-14, ПСК-3.9 Файлов нет</p>	Подготовка к занятиям [1.00], Самодиагностика [1.00]	2
4	24	Психологические методы изучения и саморазвития человека [2.00]	<p>Понимание жизненного мира человека в контексте саморазвития Файлов нет</p> <p>1. Исследование устойчивости жизненного мира человека (И.О. Логинова) ПК-14, ПСК-3.9 Файлов нет</p>	Работа с учебной литературой [1.00], Самодиагностика [1.00]	2
4	25	Психологические методы изучения и саморазвития человека [3.00]	<p>Технологии саморазвития личности Файлов нет</p> <p>1. Технология проектирования будущего. 2. Технология целеполагания. 3. Самоактуализация самоорганизации. 4. Технология «Портфолио» как метод самоорганизации и саморазвития. ПК-14, ПСК-3.9 Файлов нет</p>	Подготовка к тестированию [1.00], Подготовка устного сообщения или презентации по теме [2.00]	3

4	26	Психологические методы изучения и саморазвития человека [2.00]	<p>Проектирование саморазвития клинического психолога Файлов нет</p> <p>1. Механизмы творческого саморазвития. 2. Черты творческого саморазвития. 3. Структурные компоненты процесса саморазвития. 4. Построение программы саморазвития клинического психолога (на основе анализа результатов исследования) ПК-14, ПСК-3.9 Файлов нет</p>	Подготовка к промежуточной аттестации [1.00], Работа с тестами и вопросами для самопроверки [1.00]	2
			Всего за семестр		72
			Всего часов		72

2.9. Оценочные средства, в том числе для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине

2.9.1. Виды контроля и аттестации, формы оценочных средств

5 семестр					
			Оценочные средства		
№ п/п	Виды контроля	Наименование раздела дисциплины	Форма	Кол-во вопросов в задании	Кол-во независимых вариантов
1	2	3	4	5	6
1	Для входного контроля				
		Основы саморазвития личности			
			Вопросы по теме занятия	5 - 7	4
			Ситуационные задачи	10 - 15	4
			Тесты	10 - 20	4
2	Для текущего контроля				
		Основы саморазвития личности			
			Вопросы по теме занятия	5 - 7	4
			Ситуационные задачи	По числу студентов	По числу студентов
		Подходы в понимании саморазвития			
			Конспект первоисточников	1 - 6	1
			Тесты	10 - 20	4
		Профессиональное саморазвитие личности			
			Ситуационные задачи	3 - 6	3
			Тесты	По числу студентов	По числу студентов
		Психологические методы изучения и саморазвития человека			
			Ситуационные задачи	По числу студентов	По числу студентов
3	Для промежуточного контроля				
			Вопросы к зачету с оценкой	20 - 40	По числу студентов

			Ситуационные задачи	1	15
			Тесты	10 - 20	4

2.9.2. Примеры оценочных средств

Входной контроль

Вопросы по теме занятия

1. Дайте определение личности и раскройте это понятие.

1) Личность — понятие, выработанное для отображения социальной природы человека, рассмотрения его как субъекта социокультурной жизни, определения его как носителя индивидуального начала, самораскрывающегося в контексте социальных отношений, общения и предметной деятельности. Под «личностью» могут понимать или человеческого индивида как субъекта отношений и сознательной деятельности («лицо» — в широком смысле слова), или устойчивую систему социально значимых черт, характеризующих индивида как члена того или иного общества или общности. Хотя эти два понятия — лицо как целостность человека (лат. persona) и личность как его социальный и психологический облик (лат. personalitas) — терминологически вполне различимы, они употребляются иногда как синонимы

ОК-6 , ОПК-3

2. Суть структурного подхода к пониманию личности А.Н. Леонтьева, Б.Г. Ананьева.

1) Комплексный подход к изучению личности был сформулирован и развит известным советским психологом Б.Г. Ананьевым. Он выделил иерархически соподчиненные уровни организации человека: индивид, личность, индивидуальность. По его мнению, индивидуальность складывается на основе взаимосвязи особенностей человека как личности и как субъекта деятельности, которые обусловлены индивидуальными природными свойствами. Ананьев считал, что в изучении человека как личности особо выделяется: - статус личности, т. е. ее положение в обществе (экономическое, политическое, правовое и т. д.); - общественные функции, осуществляемые личностью в зависимости от этого положения и исторической эпохи; - мотивация ее поведения и деятельности в зависимости от целей и ценностей, образующих внутренний мир; - мировоззрение и вся совокупность отношений личности к окружающему миру (природе, обществу, труду, другим людям, самому себе); - характер; - склонности. Вся эта сложная система субъективных свойств и качеств человека, его социально-психологических феноменов определяет его деятельность и поведение. 2) Деятельностный подход к изучению личности был разработан одним из известных советских психологов - А. Н. Леонтьевым. По его мнению, деятельность человека порождает все психические феномены, качества, особенности, процессы и состояния. В отличие от индивида, личность «ни в каком смысле не является предшествующей к его деятельности, как и его сознание, она ею порождается». В концепции Леонтьева категории личность, сознание, деятельность выступают в своем диалектическом взаимодействии, триединстве. Анализ строения деятельности Леонтьев приложил к характеристике личности. Как вы помните, главными психологическими составляющими деятельности являются ее мотивы: мотивы-стимулы и смыслообразующие мотивы, а иерархические связи мотивов образуют ядро личности.

ОК-6 , ОПК-3

3. Раскройте многоаспектность понятия «саморазвитие»

1) Если к термину «развитие» подставить «само-», то мы получим — саморазвитие. Следовательно, в этом «само-» и состоит разгадка феномена саморазвития. «Само-» - категория, «переводящая» развитие в ранг саморазвития. Феномены, обозначенные понятием «само-» (к числу которых относится саморазвитие), все чаще становятся предметом изучения, так как

привлекают исследователей возможностью выявить специфические черты, отличающие современную личность, такие как активность, свобода самоопределения, способность управлять своим поведением, развитием, и нести за это ответственность. С этимологической точки зрения понятия группы «само-» представляют собой сложносоставные слова, семантическая общность которых задается начальной частью слов: само — в русском языке, auto (autonomy, autosuggestion) и self (self-affirmation, self-command) — в английском языке, selber (selbstanalyse) и eigen (eigenart) — в немецком языке. «Само-» вносит в сложносоставные понятия следующие два значения: 1) направленность действия, названного во второй части слова, на себя; 2) совершение действия непроизвольно, спонтанно, без постороннего вмешательства.

ОК-6 , ПК-14

Ситуационные задачи

1. Ситуационная задача №1: Директор обратился с запросом к педагогу-психологу со следующей ситуацией: «Это был обычный вторник. Утро было солнечное, за окном падал снег, Иван как всегда собирался в школы. Да, сегодня вторник, мысленно прокрутив расписание занятий в голове Ивана охватила дрожь. Литература — предвестник бед. В последнее время — литература — звучала как приговор для всего класса. Литература, еще раз проговорил он и отправился в школу... Зайдя в класс он поздоровался с учителем. В ответ, молчание. Прозвенел звонок и все замерло. Тишина, от которой звенело в ушах. Наверное, это ощущение я запомню на всю жизнь, подумал Иван. - Здравствуйте. Открываем тетради и пиши «Мой Гоголь». Жду от Вас сегодня красноречивых повествований о Гоголе. Что нравится в его творчестве? В ее голосе прозвучало безапелляционность и жесткость, впрочем как всегда. Меня это возмутило до глубины души. -А, если ничего не нравится в Гоголе? Проговорил Иван. Глаза Марины Эдуардовны округлились, казалось, что она может убить только одним взглядом. Ее раздражение нарастало с каждой секундой. Вдруг, на ее тонких губах появилась улыбка. Как приятно было смотреть на новую, радостную, счастливую Марину Эдуардовну. Как вдруг дикий крик. — Как это не нравится?! — Ну, как то так, ответит Иван. — Значит, два»

1) Сформулируйте проблему и ее причины.

2) Какой алгоритм работы возможен с участниками ситуации (с указанием методов психолого-педагогической работы)?

Ответ 1: Видимо, учитель по литературе очень требовательный и часто придерживается авторитарного (приказного) стиля обучения. Ученики при этом пытаются «вырваться на свободу» своими действиями, словами.

Ответ 2: Нужно поговорить с учителем, чтобы не сильно давил на учеников, особенно на Ивана, поскольку он очень чувствительный. Так же при беседе с Иваном сказать, что учительница его уважает и не желает ему зла, но нужно выполнять требования учителя (и желательно молча, не высказывая свое нежелание учиться). В период становления самосознания все школьники чрезвычайно чувствительны.

ОК-6 , ОПК-3

2. Ситуационная задача №2: Участник тренинга пытается использовать медитацию для решения конкретных проблем. Ставя цель справиться с конкретной проблемой, медитирующий пытается удовлетворить свою потребность и мечтает о беспроблемном будущем. Во время занятия отвлекается на посторонние мысли и пытается следить за своим состоянием, думая, улучшается ли оно.

1) Квалифицируйте данную ситуацию

2) Какой вариант ошибочной установки может быть еще

Ответ 1: В данном случае имеет место быть ошибочная установка участника тренинга при выполнении медитативных упражнений

Ответ 2: Она заключается в ожидании от занятий медитацией необычных переживаний и увлеченности ими. Разумеется, практика медитации меняет переживания человека, но нельзя заниматься ради этих переживаний, занятия становятся похожими на прием алкоголя или наркотиков (попытки расслабиться и получить «кайф»).

ПК-14 , ПСК-3.9

3. Ситуационная задача №3: В процессе работы над темой «Личностные источники стресса» в третий день тренинга могут быть использованы методики, направленные на изучение внутренних и внешних ресурсов личности. Выбор методик для этого дня тренинга, как правило, во многом зависит от жизненных установок самого тренера, его взглядов на факторы, защищающие от стресса, и на деле не является таким простым, как кажется на первый взгляд. Зачастую тренер предлагает участникам именно те методики, которые соответствуют его собственному представлению о модели личности стрессоустойчивого человека. Например, если тренер считает, что ему помогает преодолевать стресс чувство юмора, он может включить в диагностический блок методику ТЮФ (тест юмористических фраз)

1) В чем заключается ошибка тренера

2) Что является задачей тренинга с точки зрения психологии саморазвития?

Ответ 1: Тренер создает у группы иллюзию, что юмор — это главное оружие в борьбе со стрессом. Поэтому тренеру очень важно удержаться от трансляции или навязывания группе собственной копинг-стратегии или модели преодоления стресса

Ответ 2: Задача этого тренинга дать участникам возможность осознать собственные наиболее сильные ресурсы и на их основе построить индивидуальную антистрессовую программу, а не копировать пусть даже эффективную, но чужую.

ПК-14 , ПСК-3.9

Тесты

1. РАСКРЫТИЕ, ОСОЗНАНИЕ ГЛУБИННЫХ УСТАНОВОК И ИНТЕРПРЕТАЦИЙ, ВЛИЯЮЩИХ НА РЕЗУЛЬТАТЫ, ПОЛУЧАЕМЫЕ В ЖИЗНИ, ДАЕТ

1) обучающая среда тренингов личностного роста

2) теоретическая подготовка к тренингу

3) индивидуальная консультация тренера

4) семинары-практикумы

Правильный ответ: 1

ПСК-3.9

2. ОСНОВНЫЕ ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ, НЕОБХОДИМЫЕ ДЛЯ ОСУЩЕСТВЛЕНИЯ ПРОЦЕССА САМОРАЗВИТИЯ

1) комплекс оживления, соподчинение мотивов, чувство взрослости

2) внутренний план действий, целеполагание, речь

3) Я - концепция, целеполагание, рефлексия

4) рефлексия, Я - концепция, словесно-логическое мышление

Правильный ответ: 3

ОК-6

3. ОВЛАДЕНИЕ ПРЯМОХОЖДЕНИЕМ И РЕЧЬЮ, РАЗВИТИЕ МЫШЛЕНИЯ И СОЗНАНИЯ В РАННЕМ ДЕТСТВЕ, ПРИОБРЕТЕНИЕ НАВЫКОВ СЛОЖНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ (РИСОВАНИЕ, ПОЗНАНИЕ, ТРУД), НАКОНЕЦ, ОБУЧЕНИЕ В ШКОЛЕ В СРЕДНЕМ И ПОЗДНЕМ ДЕТСТВЕ - ЭТО СТАДИИ ОДНОГО ПРОЦЕССА - ПРОЦЕССА

1) самовоспитания

2) осознания своего «Я»

3) самопринятия

4) развития

Правильный ответ: 2

ОПК-3

4. А.Н. ЛЕОНТЬЕВ - АВТОРПОДХОДА В ПОНИМАНИИ САМОРАЗВИТИЯ

1) субъектно-целевого

2) функционального

3) системологического

4) системного

Правильный ответ: 3

ОК-6

Текущий контроль

Вопросы по теме занятия

1. Принцип исследовательской творческой позиции в психологии саморазвития

1) В тренинговой группе необходимо стремиться к созданию максимально свободной творческой атмосферы. С этой целью специально организуются проблемные, неопределенные ситуации, которые провоцируют участников на нестандартные высказывания и поступки. В ходе тренинга участники должны иметь возможность реально осознать закономерности, уже известные в психологии, как свои собственные особенности, свои личные возможности. В этих целях критика, как таковая, должна быть сведена к минимуму и должна относиться только к конкретному высказыванию или поступку, но никак не к конкретной личности. Наиболее важны такие навыки, которые вырабатываются во время тренинга, как принятие себя и окружающих такими как есть, умение выслушать других людей, безоценочность суждений.

2. Перечислите условия, при которых процесс саморазвития осуществляется человеком

1) 1. Сугубо индивидуальный характер процесса: достижение жизненных целей и приближение к идеалу непременно должно быть связано с личностными особенностями индивидуума. 2. Разумное и волевое управление саморазвитием. Откуда берется желание человека стать лучше, сильнее, умнее, гармоничнее? Нетрудно понять, что оно продиктовано обстоятельствами воспитания и текущего момента, а точнее, порождаемыми ими эмоциями. Однако, чтобы выработать эффективный, безотказно функционирующий механизм воплощения мечты, нужна железная логика и стальная воля. 3. Личностное развитие - это не эпизод, а вся жизнь: необходимо всю свою жизнь организовать таким образом, чтобы каждый миг в ней стал ступенькой, поднимающей к вершине саморазвития. Такая жизнь и есть путь к мечте. И двигаться по нему следует, не останавливаясь, приобретая по дороге необходимые навыки. 4. Естественность процесса: каждый индивид должен совершенствоваться под влиянием своего образа мыслей, окружения и деятельности. Под воздействием именно этих факторов происходит естественное развитие ребенка. Таким же непринужденным, совершенно природным должен быть и процесс изменения личности. 5. Понимание своей миссии: без этого никакого самоулучшения вообще быть не может. Самые титанические усилия окажутся бесплодными, если человек не определит свои жизненные цели, затрагивающие самые сокровенные струны души. Без этого все попытки изменить себя превратятся в приспособленческие маневры. 6. Сочетание открытости с трезвым расчетом: человек, следующий тропой саморазвития, должен быть открыт людям и миру. В этом залог его успеха. Ведь общение обогащает новыми идеями, которые могут стать ценнейшим приобретением. Ведь у окружающих нас людей разные цели и жизненные принципы. Иные не прочь нажиться на чужой наивности. Потому-то всегда есть опасность попасть на удочку проходимцам, называющим себя гуру самосовершенствования. Дело не только в материальных потерях, а главным образом в том, что, заигравшись чужими идеями, можно прийти в никуда, потеряв при этом львиную долю времени и сил..

ОК-6 , ПК-14

3. Формы процесса саморазвития.

1) К формам саморазвития относят: самоутверждение, самосовершенствование и самоактуализацию. Самоутверждение дает возможность заявить о себе в полной мере как о личности. Самосовершенствование выражает стремление приблизиться к некоторому идеалу. Самоактуализация - выявить в себе определенный потенциал и использовать его в жизни. Все три формы позволяют выразить себя и реализовать в разной степени. Поэтому именно они адекватно характеризуют процесс саморазвития в целом, где внутренним моментом движения является самопостроение личности. Указанные три основные формы саморазвития тесно связаны друг с другом. Первичным, с одной стороны, является самоутверждение. Чтобы совершенствоваться и актуализироваться в полной мере, необходимо вначале утвердиться в своих глазах и глазах других. С другой стороны, самосовершенствующаяся и самоактуализирующаяся личность объективно является и самоутверждающейся, вне зависимости от того, насколько сам человек на этих этапах развития испытывает потребность в самоутверждении. В то же время акты первичного утверждения себя есть и акты самоактуализации. Учитывая сказанное, проанализируем цели, мотивы, способы и результаты саморазвития в формах самоутверждения, самосовершенствования и самоактуализации.

ОК-6 , ПК-14

1. Франкл В. О смысле жизни // Психология личности. Т.1. Хрестоматия. Самара: «БАХРАХ-М», 2000. С. 417-442

ОК-6 , ОПК-3

2. Знаков В.В. Самопонимание субъекта как когнитивная и экзистенциальная проблема // Психологический журнал. - 2005. - Т. 26. - № 1. - С. 18-29

ОК-6 , ПК-14

3. Карпов А.В. Рефлексивность как психическое свойство и методика ее диагностики // Психологический журнал. - 2003. - № 5. - С. 45-57

ОК-6 , ПК-14

4. Чудновский В.Э. Проблема становления смысложизненных ориентаций личности // Психологический журнал. - 2004. - Т. 25. - № 6. - С. 5

ОК-6 , ОПК-3

5. Леонтьев Д.А. Психология свободы. К постановке проблемы самодетерминации личности // Психологический журнал. - 2000. - Т. 21. - № 1

ОК-6 , ПК-14

Ситуационные задачи

1. **Ситуационная задача №1:** Этот метод еще в 50-х годах прошлого века был популяризирован М. Вертгеймером и первоначально предназначался для конструкторских бюро, занимающихся усовершенствованием каких-то объектов. Но он прекрасно подходит и для творческой игры в тренинге саморазвития личности. Проводить его лучше в группе, разбитой на небольшие команды. Задача каждой команды: провести усовершенствование и доработку предложенной ведущим простой вещи, например, зубной щетки. К нему «прилагаются» три любых случайных предмета (например: фонарик, яблоко, мобильный телефон). Их может назвать сам ведущий, или предложить командам подобрать предметы самостоятельно.

1) Как называется данный метод и чему способствует

2) Назовите этапы выполнения данного упражнения

Ответ 1: Метод фокальных объектов. Метод не только приучает участников мыслить нестандартно, но и доставляет настоящее удовольствие. А это важно для развития творческих способностей, ведь они во многом связаны с желанием человека заниматься творческой деятельностью.

Ответ 2: Выполнение упражнения включает в себя следующие этапы: Участники должны выписать основные свойства дополнительных предметов. Скомбинировать эти свойства с фокальным объектом. Рассмотреть несколько вариантов и выбрать самый интересный. Обсуждение вариантов всех команд.

ПК-14 , ПСК-3.9

2. Ситуационная задача №2: Инструкция: каждый участник перед группой делает короткое сообщение на тему: "Какие три желания я попросил бы выполнить золотую рыбку, попадись она мне в руки". Обсуждение; Легко ли было выбрать три желания? Не остались ли какие-либо желания забытыми? Может ли ваши желания выполнить кто-либо другой, помимо золотой рыбки? Можете ли вы сами что-либо сделать для выполнения ваших желаний? Некоторые желания могут быть тут же "исполнены" (драматизированы).

- 1) Какова цель данного упражнения
- 2) Какие еще упражнения способствуют достижению этой цели

Ответ 1: Цель: развитие способности к целеполаганию.

Ответ 2: Упражнения: «Растущие цели», «Согласование целей»,

ПК-14 , ПСК-3.9

3. Ситуационная задача №3: Для подготовки ко второму дню тренинга, посвященному профессиональным стрессам, тренеру важно знать, с какими трудными ситуациями в своей профессиональной деятельности сталкиваются участники группы.

- 1) Каким может быть способ выявления данных ситуаций?
- 2) Цель выявления данных ситуаций

Ответ 1: Для этого обычно предлагается участникам в конце первого дня вспомнить и кратко описать наиболее неприятные ситуации, произошедшие на их рабочем месте за последнее время.

Ответ 2: Полученный материал тренер может использовать для моделирования ролевых ситуаций во второй день тренинга.

ПК-14

Тесты

1. ИЗУЧЕНИЕ ГЛУБИННЫХ УСТАНОВОК И ОТНОШЕНИЙ, СОСТАВЛЯЮЩИХ ОСНОВУ ЖИЗНЕННОГО ОПЫТА САМОРАЗВИВАЮЩИХСЯ ЛЮДЕЙ, ПРОИСХОДИТ НА ТРЕНИНГЕ

- 1) личностного роста
- 2) коммуникативных умений
- 3) социально-психологических умений и навыков
- 4) профессиональных умений и навыков

Правильный ответ: 1

ПК-14

2. В ЗАДАЧИ ТРЕНИНГА ЛИЧНОСТНОГО РОСТА НЕ ВХОДИТ

- 1) развитие адекватного понимания самого себя
- 2) развитие гуманистического отношении к другим людям
- 3) формирование жизненных планов и корректировка жизненных ценностей

4) развитие мышления

Правильный ответ: 4

ПСК-3.9

3. БУРНОЕ РАЗВИТИЕ ТРЕНИНГОВ ЛИЧНОСТНОГО РОСТА НАЧАЛОСЬ В

1) 70-е годы 20 в.

2) первой половине 20 в.

3) середине 20 в.

4) конце 19 в.

Правильный ответ: 1

ПК-14

Промежуточный контроль

Вопросы к зачету с оценкой

1. Общее представление о психологическом тренинге личностного роста.

1) Тренинги личностного роста более близки к психотерапевтическим группам. Во время этих тренингов при помощи разных техник участники стараются осознать и преодолеть свои психологические проблемы, препятствующие решению жизненных и профессиональных задач. Каждый участник такого тренинга при помощи остальных участников и тренера может понять свои страхи, избавиться от своих внутренних барьеров, понять, как его воспринимают окружающие. Это позволяет выявить и в будущем эффективнее применять свои положительные качества, сформировать реальную оценку своих способностей, изучить свои ошибки и недостатки

ОК-6

2. Принцип объективации или осознания поведения. Правило обратной связи

1) Означает осознание его участниками мотивов своего поведения, изменение импульсивного поведения на сознательную саморегуляцию. Именно это свойство в дальнейшем позволит управлять своим поведением и внутренним миром. Основным средством объективации такого осознания считается обратная связь. Поэтому так важны обсуждения всего, что происходит в группе. Большую помощь может оказать видеозапись поведения участников группы в определенных ситуациях, с последующим просмотром и обсуждением. Необходимо учитывать, что видеозапись является мощным средством воздействия, которое может оказать и негативное влияние, а значит, нужно пользоваться им с осторожностью

ОК-6 , ПК-14

3. Понятия "личностный рост" и "личностный потенциал"

1) Личностный рост - это постоянное, неуклонное развитие личностного потенциала. Личностный потенциал -- это обобщенная, системная характеристика индивидуально-

психологических особенностей личности, лежащая в основе способности личности исходить из устойчивых внутренних критериев и ориентиров в своей жизнедеятельности и сохранять стабильность деятельности и смысловых ориентации при внешнем давлении и в изменяющихся условиях (Д.А. Леонтьев). Иначе говоря, личностный потенциал -- это комплекс психологических свойств, дающий человеку возможность принимать решения и регулировать свое поведение, учитывая и оценивая ситуацию, но исходя, прежде всего, из своих внутренних представлений и критериев

ПК-14 , ПСК-3.9

4. Подходы к пониманию саморазвития в психологии

ОК-6 , ОПК-3

5. Психологические условия для возникновения ситуации саморазвития личности

ОК-6 , ОПК-3

Ситуационные задачи

1. Ситуационная задача №1: По окончании учебного заведения молодой специалист устраивается на работу и при неблагоприятно протекающей адаптации у него может возникнуть кризис. Основными факторами развития кризиса являются завышенные ожидания работника по поводу своих возможностей, скорости роста и продвижения, отношения с руководством, чувство недооценки собственной значимости и способностей, рутинная работа. В целом можно сказать, что реальность не совпадает с ожиданиями от профессиональной деятельности, сложившимися в ходе обучения. Вчерашний студент попадает в иную среду, где работают люди разного возраста, пола, с разным уровнем интеллекта и разными ценностями. Кроме того, возможны сложности с освоением профессиональных обязанностей, решением профессиональных задач

1) Как называется данный вид кризиса

2) Как преодолеть данный кризис и каковы его деструктивные последствия

Ответ 1: Кризис профессиональных ожиданий

Ответ 2: Кризис ожиданий преодолевается через активизацию профессиональных усилий. Если человек найдет для себя личностный смысл в труде, будет ориентироваться на достижение значимой для себя цели, он сможет преодолеть временные трудности. Деструктивным выходом из кризиса может стать отказ от работы по специальности, увольнение в течение первых 6-12 месяцев. Следствием такой неудачи может быть снижение самооценки, неудовлетворенность собой и даже формирование синдрома «выученной беспомощности», который закрепляет избегание борьбы и уход от решения проблем в других жизненных ситуациях

ОК-6 , ПК-14

2. Ситуационная задача №2: Инструкция для участников тренинга: "Подумайте о чем-либо из вашей жизни, к чему вы испытывали или испытываете благодарность. Это может быть присутствие любимого человека, ваш талант, красивая природа или цветок и т.д. Представьте его ярко, оценивайте его, думайте о том, что он вам дает и чему вы от него можете научиться. Теперь подумайте о чем-нибудь или о ком-нибудь, чего или кого вы хотели бы избежать в своей жизни. Представляйте его внимательно, разглядывайте всякую вашу реакцию на него. Наблюдайте за реакциями, не пытайтесь препятствовать или остановить их. Проследите вашу

обычную стратегию неприятия, осознайте, как это проявляется на уровень вашего тела, чувств, мышления. Вернитесь мысленно к тому предмету, что вызывает вашу благодарность. Представьте себе его еще раз, подумайте о нем с пониманием и как можно полнее осознайте ваше принятие. Теперь обратитесь снова к неприятной ситуации с тем видом принятия, которое у вас возникло. Представьте временный характер неизбежности этой неприятной ситуации. Поймите, что тот же самый мир, который преподносит приятное, также способен и на неприятности, и допустите к себе, если чувствуете готовность и желание, установку сознательного, намеренного принятия".

- 1) Как называется данное упражнение
- 2) В каких ситуациях применяется данное упражнение

Ответ 1: Упражнение Принятие (П. Ферручи)

Ответ 2: Вышеприведенные упражнения рекомендуются к использованию при длительных тяжелых ситуациях.

ПК-14 , ПСК-3.9

3. Ситуационная задача №3: Представьте, что вы в лесу. Небольшим словесным рассказом оживить воображение участников: «Жил-был Зеленый Лес. Это был не просто Зеленый Лес, а Поющий Лес. Березы там пели нежные песни берез, дубы – стародавние песни дубов. Пела речка, пел родничок, но звонче всех пели, конечно, птицы. Синицы пели синие песни, а малиновки – малиновые». Как прекрасно идти тоненькой ленточкой тропинки и, забывая обо всем, растворяться в величественной красоте леса! Он будто бы раскрывает для тебя свое объятие, и ты замираешь в немом удивлении. Тишина восхищает тебя. Ты стоишь неподвижно, словно ждешь чего-то. Но вот налетает ветер, и все сразу оживает. Просыпаются деревья, сбрасывают из себя солнечную листву – письма Осени и Леса. Ты ждал их так долго! Перебирая каждый листок, в конце концов, находишь письмо, адресованное только тебе. О чем думает Лес? О чем мечтает? Вглядываясь в оранжевые прожилки Кленового письма, можно обо всем узнать: Лес пишет тебе о Лете с солнцем, которое смеется, и соловьиных трелях, о весне с ее первыми цветами, журавлями и цветущими деревьями. О волшебнице-зиме, которая в скором времени придет, накроет Лес своим снежным ковром, и он заблестит на солнце. Пока же Лес живет в Осени и радуется каждому мгновению, не обращая внимания, что плывут дни, месяцы... И Осень изменяется. Она все чаще грустит и плачет осенним дождем. А как чудесно сидеть в лесу под елкой и наблюдать за серебристыми каплями! Дождь наполняет лес неповторимой свежестью. Тебе совсем не грустно, наоборот – ты радуешься, когда вдруг видишь маленькие разноцветные грибы, которые незаметно появились под деревом. Твоя душа взлетает высоко к небесам. И это чувство полета ты прячешь глубоко в сердце, чтобы донести его к следующей Осени, а может, чтобы пронести через всю жизнь...

- 1) Какова цель данного упражнения
- 2) Каковы дальнейшие действия

Ответ 1: Целью данного упражнения является развитие воображения, и познания своих внутренних уголков души

Ответ 2: Участникам предлагается нарисовать запомнившейся лес. Обсуждение и интерпретация рисунков

ПК-14 , ПСК-3.9

1. ПЕРВОНАЧАЛЬНОЕ РАЗВИТИЕ ТРЕНИНГИ ЛИЧНОСТНОГО РОСТА ПОЛУЧИЛИ В

- 1) Великобритании
- 2) Германии
- 3) Франции

4) США

Правильный ответ: 4

ОПК-3

2. ГРУППОВАЯ ФОРМА РАБОТЫ, СПОСОБСТВУЮЩАЯ ЛИЧНОСТНОМУ РОСТУ УЧАСТНИКОВ, НАЗЫВАЕТСЯ

- 1) формирование профессиональных навыков
- 2) тренинг коммуникативной компетентности

3) тренинг личностного роста

- 4) тренинг сензитивности

Правильный ответ: 3

ПК-14

3. РАЗВИТИЕ УМЕНИЙ ПРЕОДОЛЕВАТЬ ЖИЗНЕННЫЕ ТРУДНОСТИ, ФОРМИРОВАНИЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНО ВАЖНЫХ КАЧЕСТВ И УМЕНИЙ -

- 1) могут быть задачами тренинга личностного роста
- 2) не могут входить в задачи тренинга личностного роста

3) являются обязательными задачами тренинга личностного роста

- 4) редко включаются в задачи тренинга личностного роста

Правильный ответ: 3

ОПК-3

**2.10. Примерная тематика курсовых работ (проектов)
Данный вид работы учебным планом не предусмотрен**

2.11. Перечень практических умений/навыков

3 курс

5 семестр

№ п/п	Практические умения
1	2
1	<p>взаимодействовать со специалистами в области медицины, образования и нейронаук Файлов нет</p> <p>Уровень: Уметь ОПК-3</p>
2	<p>навыками делового общения и взаимодействия с работниками смежных специальностей Файлов нет</p> <p>Уровень: Владеть ОПК-3</p>
3	<p>действовать в нестандартных ситуациях, нести социальную и этическую ответственность за принятые решения Файлов нет</p> <p>Уровень: Уметь ОК-6</p>
4	<p>сопровождать инновации, направленные на повышение качества жизни, психологического благополучия и здоровья людей Файлов нет</p> <p>Уровень: Уметь ПК-14</p>
5	<p>способами действий в нестандартных ситуациях, нести социальную и этическую ответственность за принятые решения Файлов нет</p> <p>Уровень: Владеть ОК-6</p>
6	<p>способами сопровождения инноваций, направленных на повышение качества жизни, психологического благополучия и здоровья людей Файлов нет</p> <p>Уровень: Владеть ПК-14</p>
7	<p>методологические основы применения методик индивидуально-типологической диагностики Файлов нет</p> <p>Уровень: Знать ПСК-3.9</p>
8	<p>навыками подбора методик индивидуально-типологической диагностики для решения психотерапевтических и реабилитационных задач Файлов нет</p> <p>Уровень: Владеть ПСК-3.9</p>

9	способами отбора методик для проведения индивидуально-типологической (личностной) диагностики для решения психотерапевтических и реабилитационных задач Файлов нет Уровень: Владеть ПСК-3.9
10	отбирать методики для проведения индивидуально-типологической (личностной) диагностики для решения психотерапевтических и реабилитационных задач Файлов нет Уровень: Уметь ПСК-3.9

2.12. Примерная тематика рефератов (эссе)

3 курс

5 семестр

№ п/п	Темы рефератов
1	2
1	Значение самопознания в жизни человека Файлов нет ОК-6,ОПК-3
2	Самоотношение и личностный смысл «Я» Файлов нет ПК-14,ОПК-3
3	Возможности социально-психологического тренинга в саморазвитии личности Файлов нет ПК-14,ПСК-3.9
4	Самообразование и самовоспитание как важнейшие средства саморазвития личности Файлов нет ОК-6,ОПК-3
5	Методы преодоления жизненных кризисов и развития эмоциональной устойчивости Файлов нет ОК-6,ПК-14
6	Самоуправление (самоменеджмент) личностным развитием Файлов нет ОК-6,ПК-14
7	Профессиональная компетентность и пути самосовершенствования в профессиональной области Файлов нет ОПК-3
8	Развитие творческого потенциала личности Файлов нет ПК-14

9	Личностное самоуправление и эмоциональное подкрепление как факторы жизненных успехов Файлов нет ПК-14,ОПК-3
10	Представление человека о себе «Окном Джогари» Файлов нет ОК-6,ПК-14

2.13. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

2.13.1. Перечень основной литературы, необходимой для освоения дисциплины

№ п/п	Автор, название, место издания, издательство, год издания учебной и учебно-методической литературы	Вид носителя (электронный/бумажный)
1	2	3
1	Маралов, В. Г. Психология саморазвития : учебник и практикум для вузов / В. Г. Маралов, Н. А. Низовских, М. А. Шукина. - 2-е изд., испр. и доп. - Москва : Юрайт, 2023. - 320 с. - Текст : электронный. - URL: https://urait.ru/viewer/psihologiya-samorazvitiya-514021#page/1	ЭБС Юрайт

2.13.2. Перечень дополнительной литературы, необходимой для освоения дисциплины

№ п/п	Автор, название, место издания, издательство, год издания учебной и учебно-методической литературы	Вид носителя (электронный/бумажный)
1	2	3
1	Минюрова, С. А. Психология самопознания и саморазвития : учебник / С. А. Минюрова. - 2-е изд., стер. - Москва : Флинта, 2016. - 480 с. - Текст : электронный. - URL: http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785976522312.html	ЭБС Консультант студента (ВУЗ)
2	Артюхова, Т. Ю. Психология саморазвития : учеб. пособие / Т. Ю. Артюхова, Т. В. Шелкунова ; Сибирский федеральный университет. - Красноярск : СФУ, 2017. - 225 с. - Текст : электронный. - URL: https://krasgmu.ru/sys/files/colibris/76801.pdf	ЭБС КрасГМУ
3	Акимова, А. Р. Психология тренинга: исследование субъективных и объективных компонентов эффективности : монография / А. Р. Акимова. - 3-е изд., стер. - М. : Флинта, 2019. - 119 с. - Текст : электронный. - URL: https://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785976520615.html	ЭБС Консультант студента (ВУЗ)
4	616.89 В67 Волкова, О. В. Теории личности в клинической психологии : учеб. пособие для студентов высш. учеб. заведений, обучающихся по специальности 030401. - Клиническая психология : в 2 ч. / О. В. Волкова ; Красноярский медицинский университет. - Красноярск : КрасГМУ, 2014. - Ч.1. - 148 с. + Электронный ресурс. : 310.00	ЭБС Colibris
5	616.89 В67 Волкова, О. В. Теории личности в клинической психологии : учеб. пособие для студентов высш. учеб. заведений, обучающихся по специальности 030401. - Клиническая психология : в 2 ч. / О. В. Волкова ; Красноярский медицинский университет. - Красноярск : КрасГМУ, 2014. - Ч.2. - 154 с. + Электронный ресурс. : 310.00	ЭБС Colibris

2.13.3. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины

Порядковый номер	1
Наименование	Фопель, К. Технология ведения тренинга: теория и практика. HANDBUCH FÜR GRUPPENLEITER/INNEN. Zur Theorie und Praxis der Interaktionsspiele [Электронный ресурс] / К. Фопель. - М. : Генезис, 2013. - 272 с. - (Все о психологической группе. -
Вид	Интернет-ресурс
Форма доступа	%D0%A0%D0%95%D0%96%D0%98%D0%9C+%D0%94%D0%9E%D0%A1%D0%A2%D0%A3%D0%9F%D0%90+%3A+http%3A%2F%2Fbiblioclub.ru%2Findex.php%3Fpage%3Dbook%26id%3D236508
Рекомендуемое использование	для подготовки к практическим занятиям

Порядковый номер	2
Наименование	Рудестам К. Психокоррекционные группы.
Вид	Интернет-ресурс
Форма доступа	http%3A%2F%2F+psylib.org.ru+PSYLIB-
Рекомендуемое использование	для подготовки к практическим занятиям, для самостоятельной работы

Порядковый номер	3
Наименование	Маслоу, А. Мотивация и личность [Электронный ресурс] / А. Маслоу. - М. : Директ-Медиа, 2008. - 947 с. - (Психология: Классические труды).
Вид	Интернет-ресурс
Форма доступа	%D0%A0%D0%95%D0%96%D0%98%D0%9C+%D0%94%D0%9E%D0%A1%D0%A2%D0%A3%D0%9F%D0%90+%3A%3A+http%3A%2F%2Fbiblioclub.ru%2Findex.php%3Fpage%3Dbook%26id%3D39200
Рекомендуемое использование	для подготовки к практическим занятиям, для самостоятельной работы

2.13.4. Карта перечня информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине, включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем по специальности 37.05.01 Клиническая психология (специализация Патопсихологическая диагностика и психотерапия) для очной формы обучения

№ п/п	Вид	Наименование	Режим доступа	Доступ	Рекомендуемое использование
1	2	3	4	5	6
1.	Видеоуроки практических навыков	-/-	-/-	-/-	-/-
2.	Видеолекции	-/-	-/-	-/-	-/-
3.	Учебно-методический комплекс для дистанционного обучения	-/-	-/-	-/-	-/-
4.	Программное обеспечение	-/-	-/-	-/-	-/-
5.	Информационно-справочные системы и базы данных	ЭБС Консультант студента ВУЗ ЭБС Айбукс ЭБС Букап ЭБС Лань ЭБС Юрайт ЭБС MedLib.ru НЭБ eLibrary БД Web of Science БД Scopus ЭМБ Консультант врача Wiley Online Library Springer Nature ScienceDirect (Elsevier) СПС КонсультантПлюс СПС Консультант Плюс	http://www.studmedlib.ru/ https://ibooks.ru/ https://www.books-up.ru/ https://e.lanbook.com/ https://www.biblio-online.ru/ https://www.medlib.ru https://elibrary.ru/ http://webofscience.com/ https://www.scopus.com/ http://www.rosmedlib.ru/ http://search.ebscohost.com/ http://onlinelibrary.wiley.com/ http://journals.cambridge.org/ https://rd.springer.com/ https://www.sciencedirect.com/ http://www.consultant.ru/	По логину/паролю По логину/паролю По логину/паролю По логину/паролю По логину/паролю По логину/паролю, по IP-адресу По логину/паролю, по IP-адресу По IP-адресу По логину/паролю По IP-адресу По IP-адресу По IP-адресу По IP-адресу По IP-адресу По IP-адресу По IP-адресу	Для самостоятельной работы, при подготовке к занятиям

2.13.5. Материально-техническая база дисциплины, необходимая для осуществления образовательного процесса по дисциплине "Психология саморазвития" по специальности 37.05.01 Клиническая психология (специализация Патопсихологическая диагностика и психотерапия) (очное, высшее образование, 5,50) для очной формы обучения

№ п/п	Наименование	Кол-во	Форма использования
1	2	3	4
	Аудитория №1		аудитория для проведения занятий лекционного типа, для групповых и индивидуальных консультаций, для текущего контроля и промежуточной аттестации Программное обеспечение: Microsoft Windows: 43344704, 60641926, 60641927, 61513487, 61513488, 65459253, 65459265, 69754734, 69754735,V9233887 Microsoft Office: 43344704, 60641927, 61513487, 65459253 Kaspersky Endpoint Security: 13C8-230601-131918-526-1100
1	Проектор	1	
2	Микрофон	1	
3	Доска	1	
4	Компьютер	1	
5	Колонки	1	
6	Проекционный экран	1	
7	Трибуна	1	
8	Столы	60	
9	Посадочные места	360	
10	Индукционная система Исток С1и	1	
11	Акустический усилитель и колонки	1	
	Лекционный зал лабораторного корпуса		аудитория для проведения занятий лекционного типа, для групповых и индивидуальных консультаций, для текущего контроля и промежуточной аттестации Программное обеспечение: Microsoft Windows: 43344704, 60641926, 60641927, 61513487, 61513488, 65459253, 65459265, 69754734, 69754735,V9233887 Microsoft Office: 43344704, 60641927, 61513487, 65459253 Kaspersky Endpoint Security: 13C8-230601-131918-526-1100
1	Проектор	1	
2	Микрофон	1	
3	Доска	1	
4	Компьютер	1	

5	Колонки	1	
6	Проекционный экран	1	
7	Трибуна	1	
8	Стол	60	
9	Посадочные места	300	
10	Индукционная система Исток С1и	1	
	Лекционный зал морфологического корпуса		<p>аудитория для проведения занятий лекционного типа, для групповых и индивидуальных консультаций, для текущего контроля и промежуточной аттестации</p> <p>Программное обеспечение: Microsoft Windows: 43344704, 60641926, 60641927, 61513487, 61513488, 65459253, 65459265, 69754734, 69754735,V9233887</p> <p>Microsoft Office: 43344704, 60641927, 61513487, 65459253</p> <p>Kaspersky Endpoint Security: 13C8-230601-131918-526-1100</p>
1	Проектор	1	
2	Микрофон	1	
3	Доска	1	
4	Компьютер	1	
5	Колонки	1	
6	Проекционный экран	1	
7	Трибуна	1	
8	Стол	100	
9	Посадочные места	350	
10	Индукционная система Исток С1и	1	
11	Акустический усилитель и колонки	1	
	Аудитория №3		<p>аудитория для проведения занятий лекционного типа, для групповых и индивидуальных консультаций, для текущего контроля и промежуточной аттестации</p> <p>Программное обеспечение: Microsoft Windows: 43344704, 60641926, 60641927, 61513487, 61513488, 65459253, 65459265, 69754734, 69754735,V9233887</p> <p>Microsoft Office: 43344704, 60641927, 61513487, 65459253</p> <p>Kaspersky Endpoint Security: 13C8-230601-131918-526-1100</p>

1	Проектор	1	
2	Микрофон	1	
3	Доска	1	
4	Компьютер	1	
5	Колонки	1	
6	Проекционный экран	1	
7	Трибуна	1	
8	Стол	32	
9	Посадочные места	256	
	Аудитория №2		<p>аудитория для проведения занятий лекционного типа, для групповых и индивидуальных консультаций, для текущего контроля и промежуточной аттестации</p> <p>Программное обеспечение: Microsoft Windows: 43344704, 60641926, 60641927, 61513487, 61513488, 65459253, 65459265, 69754734, 69754735,V9233887</p> <p>Microsoft Office: 43344704, 60641927, 61513487, 65459253</p> <p>Kaspersky Endpoint Security: 13C8-230601-131918-526-1100</p>
1	Проектор	1	
2	Микрофон	1	
3	Доска	1	
4	Компьютер	1	
5	Колонки	1	
6	Проекционный экран	1	
7	Трибуна	1	
8	Стол	60	
9	Посадочные места	360	

	Лекционный зал №2		учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа, аудитория для проведения занятий лекционного типа, для групповых и индивидуальных консультаций, для текущего контроля и промежуточной аттестации Программное обеспечение: Microsoft Windows: 43344704, 60641926, 60641927, 61513487, 61513488, 65459253, 65459265, 69754734, 69754735, V9233887 Microsoft Office: 43344704, 60641927, 61513487, 65459253 Kaspersky Endpoint Security: 13C8-230601-131918-526-1100
1	Проектор	1	
2	Микрофон	1	
3	Доска	1	
4	Компьютер	1	
5	Колонки	1	
6	Проекционный экран	1	
7	Трибуна	1	
8	Стол	95	
9	Посадочные места	190	
	Тренинговая аудитория 206		учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа, аудитория для групповых и индивидуальных консультаций, для текущего контроля и промежуточной аттестации
1	Комплект учебной мебели на посадочные места	20	
	Помещение для хранения и профилактического обслуживания		учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа, аудитория для групповых и индивидуальных консультаций, для текущего контроля и промежуточной аттестации, для хранения и профилактического обслуживания учебного оборудования
1	Комплект раздаточных материалов (переносное)	1	
2	Комплекты стимульных материалов для проведения диагностических исследований (переносное)	1	
3	Комплект наглядных пособий (переносное)	1	

	Читальный зал НБ		учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа, аудитория для групповых и индивидуальных консультаций, для текущего контроля и промежуточной аттестации, для самостоятельной работы Программное обеспечение: Microsoft Windows: 43344704, 60641926, 60641927, 61513487, 61513488, 65459253, 65459265, 69754734, 69754735, V9233887 Microsoft Office: 43344704, 60641927, 61513487, 65459253 Kaspersky Endpoint Security: 13C8-230601-131918-526-1100
1	Проектор	1	
2	Клавиатура со шрифтом Брайля	13	
3	Экран	1	
4	Ноутбук	1	
5	Персональный компьютер	18	
6	Сканирующая и читающая машина CARA CE	1	
7	Стол	30	
8	Посадочные места	43	
9	Индукционная система Исток С1и	1	
10	Головная компьютерная мышь	1	
11	Клавиатура программируемая крупная адаптивная	1	
12	Джойстик компьютерный	1	
13	Принтер Брайля (рельефно-точечный)	1	
14	Специализированное ПО: экранный доступ JAWS	1	
15	Ресивер для подключения устройств	1	

2.14. Образовательные технологии

Используемые образовательные технологии при изучении данной дисциплины: традиционные, контекстного обучения, личностно-ориентированные, интерактивные. 42 % интерактивных часов от объема аудиторных часов. В рамках изучения дисциплины проводятся следующие разновидности аудиторных (практических и семинарских) занятий: упражнения, ролевая образовательная игра, тренинг, работа в малых группах. Внеаудиторная (самостоятельная) работа обучающихся включает следующие виды учебной деятельности: работа с учебниками и монографиями, конспектирование, решение ситуационных задач, подготовка ответов на вопросы, подготовка презентации.

2.15. Разделы дисциплины и междисциплинарные связи с последующими дисциплинами

№ п/п	Наименование последующих дисциплин	Разделы данной дисциплины, необходимые для изучения последующих дисциплин			
		1	2	3	4
1	Мотивационный тренинг			+	+
2	Экзистенциальная терапия	+	+		+

2.16. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (модуля)

Обучение складывается из аудиторных занятий (72 часа), включающих семинарские и практические занятия, и самостоятельной работы (72 часа). Основное учебное время выделяется на практическую работу по освоению методов диагностики и саморазвития. Занятия проводятся в с применением активных методов обучения (тренинговые занятия, ролевые игры, решения ситуационных задач, ответы на тестовые задания, элементы квазипрофессиональной деятельности). В соответствии с требованиями ФГОС ВО в учебном процессе широко используются активные и интерактивные формы проведения занятий: дискуссии, деловые игры, обсуждение результатов исследования. Общий объем интерактивных занятий в учебном процессе составляет 42%. Самостоятельная работа обучающихся подразумевает подготовку к семинарским и практическим занятиям и включает конспектирование первоисточников, подготовку к ответам на вопросы. Работа с учебной литературой рассматривается как вид учебной работы по дисциплине «Психология саморазвития» и выполняется в пределах часов, отводимых на её изучение (в разделе СРС). Каждый обучающийся обеспечен доступом к библиотечным фондам университета и кафедры. По каждому разделу учебной дисциплины разработаны методические указания для обучающихся и методические рекомендации для преподавателей. Включение обучающихся в активные формы обучения способствует воспитанию у них навыков общения с клиентом с учетом этико-психологических норм, способствует формированию корректного поведения, аккуратности, дисциплинированности. Исходный уровень знаний обучающихся определяется ответами на вопросы, тестированием и решением ситуационных задач, текущий контроль усвоения предмета определяется устным опросом в ходе занятий, решением ситуационных задач, тестов и конспектированием первоисточников. В конце изучения учебной дисциплины проводится промежуточный контроль знаний в форме зачета с оценкой с использованием вопросов к зачету, тестового контроля и решением ситуационных задач.

2.17. Особенности организации обучения по дисциплине для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья

1. Обучение инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья

по заявлению обучающегося кафедрой разрабатывается адаптированная рабочая программа с использованием специальных методов обучения и дидактических материалов, составленных с учетом особенностей психофизического развития, индивидуальных возможностей и состояния здоровья обучающегося.

2. В целях освоения учебной программы дисциплины инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья кафедра обеспечивает:

1) для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья по зрению:

- размещение в доступных местах и в адаптированной форме справочной информации о расписании учебных занятий для обучающихся, являющихся слепыми или слабовидящими;
- присутствие преподавателя, оказывающего обучающемуся необходимую помощь;
- выпуск альтернативных форматов методических материалов (крупный шрифт или аудиофайлы);

2) для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья по слуху:

- надлежащими звуковыми средствами воспроизведения информации;

3) для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья, имеющих нарушения опорно-двигательного аппарата:

- возможность беспрепятственного доступа обучающихся в учебные помещения, туалетные комнаты и другие помещения кафедры. В случае невозможности беспрепятственного доступа на кафедру организовывать учебный процесс в специально оборудованном помещении (ул. Партизана Железняка, 1, Университетский библиотечно-информационный центр: электронный читальный зал (ауд. 1-20), читальный зал (ауд. 1-21).

3. Образование обучающихся с ограниченными возможностями здоровья может быть организовано как совместно с другими обучающимися, так и в отдельных группах.

4. Перечень учебно-методического обеспечения самостоятельной работы обучающихся по дисциплине.

Учебно-методические материалы для самостоятельной работы обучающихся из числа инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья предоставляются в формах, адаптированных к ограничениям их здоровья и восприятия информации:

Категории студентов	Оборудование	Формы
С нарушением слуха	1. Индукционная система Исток с1и	- в печатной форме; - в форме электронного документа;
С нарушением зрения	1. Сканирующая и читающая машина SARA CE; 2. Специализированное ПО: экранный доступ JAWS; 3. Наклейка на клавиатуру со шрифтом Брайля; 4. Принтер Брайля (рельефно-точечный);	- в печатной форме (по договору на информационно-библиотечное обслуживание по межбиблиотечному абонементу с КГБУК «Красноярская краевая специальная библиотека - центр социокультурной реабилитации инвалидов по зрению» №2018/2 от 09.01.2018 (срок действия до 31.12.2022) - в форме электронного документа; - в форме аудиофайла;

С нарушением опорно-двигательного аппарата	1. Специализированный стол; 2. Специализированное компьютерное оборудование (клавиатура программируемая крупная адаптивная, головная компьютерная мышь, джойстик компьютерный);	- в печатной форме; - в форме электронного документа; - в форме аудиофайла;
1. Ресивер для подключения устройств.		