

**ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ**

СТАВРОПОЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ АГРАРНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ

УТВЕРЖДАЮ

**И.о. декана экономического факультета
д.э.н., профессор**

О.Н. Кусакина

«___»

2022 г.

Рабочая программа дисциплины

Б1.О.06 Психология саморазвития личности

Шифр и наименование дисциплины по учебному плану

38.04.05 Бизнес-информатика

Код и наименование направления подготовки/специальности

Информационная бизнес-аналитика

Наименование профиля подготовки/специализации/магистерской программы

Магистр

Квалификация выпускника

Очная, заочная

Форма обучения

2022

год набора на ОП

Ставрополь, 2022

1. Цель дисциплины

Целью освоения учебной дисциплины является приобретение студентами комплексных знаний о саморазвитии личности, как автора своей жизни, преобразователя общества, природы и самого себя, закономерностей и процессов самоизменения, самопреобразования, активного строительства человеком самого себя на всех уровнях своей организации (физическом, социальном, личностном, духовном), формирование навыков моделирования и управления собственным личностным и профессиональным саморазвитием.

2. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций ОП ВО и овладение следующими результатами обучения по дисциплине:

Код и наименование компетенции	Код(ы) и наименование (ия) индикатора(ов) достижения компетенций	Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине
УК-6 Способен определять и реализовывать приоритеты собственной деятельности и способы ее совершенствования на основе самооценки	УК-6.1 Находит и творчески использует имеющийся опыт в соответствии с задачами саморазвития	Знания: задач личностного и профессионального саморазвития
		Умения: находить и творчески использовать имеющийся опыт в соответствии с задачами саморазвития
		Навыки и/или трудовые действия: творческого использования имеющегося опыта в соответствии с задачами саморазвития
	УК-6.2 Самостоятельно выявляет мотивы и стимулы для саморазвития, определяя реалистические цели профессионального роста	Знания: мотивов и стимулов для саморазвития, определения реалистических целей профессионального роста
		Умения: самостоятельно выявлять мотивы и стимулы для саморазвития, определяя реалистические цели профессионального роста
		Навыки и/или трудовые действия: самостоятельного выявления мотивов и стимулов для саморазвития, определения реалистических целей профессионального роста
УК-6.3 Планирует профессиональную траекторию с учетом особенностей как профессиональной, так и других видов деятельности и требований рынка труда	Знания: механизмов моделирования профессиональной траектории с учетом особенностей как профессиональной, так и других видов деятельности и требований рынка труда	
	Умения: планировать профессиональную траекторию с учетом особенностей как профессиональной, так и других видов деятельности и требований рынка труда	

		Навыки и/или трудовые действия: планирования профессиональной траектории с учетом особенностей как профессиональной, так и других видов деятельности и Навыки и/или трудовые действия: планирования профессиональной траектории с учетом особенностей как профессиональной, так и других видов деятельности и требований рынка труда
--	--	--

3. Место дисциплины в структуре образовательной программы

Дисциплина «Психология саморазвития личности» является дисциплиной обязательной части программы магистратуры.

Изучение дисциплины осуществляется:

- для студентов очной формы обучения – в 1 семестре (-ах);
- для студентов заочной формы обучения – на 1 курсе (-ах).

Для освоения дисциплины «Психология саморазвития личности» студенты используют знания, умения и навыки, сформированные в процессе изучения дисциплин магистратуры: Психология, Философия, Культурология

Освоение дисциплины «Психология саморазвития личности» является необходимой основой для последующего изучения следующих дисциплин:

- Международные деловые коммуникации

4. Объем дисциплины в зачетных единицах с указанием количества академических часов, выделенных на контактную работу с обучающимися с преподавателем (по видам учебных занятий) и на самостоятельную работу обучающихся

Общая трудоемкость дисциплины «Психология саморазвития личности» в соответствии с рабочим учебным планом и ее распределение по видам работ представлены ниже.

Очная форма обучения

Се- местр	Трудоем- кость час/з.е.	Контактная работа с преподавателем, час			Самостоя- тельная ра- бота, час	Контроль, час	Форма про- межуточной аттестации (форма кон- троля)
		лекции	практические занятия	лаборатор- ные занятия			
1	72/ 2	8	8		56		зачет
	<i>в т.ч. часов в интер- активной форме</i>	4	4				
	<i>практической подготовки</i>						

Се- местр	Трудоем- кость час/з.е.	Внеаудиторная контактная работа с преподавателем, час/чел					
		Курсовая работа	Курсовой проект	Зачет	Дифферен- цированный зачет	Консуль- тации пе- ред экза- меном	Экзамен
1	72/2			0,12			

Заочная форма обучения

Курс	Трудоем- кость час/з.е.	Контактная работа с преподавателем, час			Самостоя- тельная ра- бота, час	Контроль, час	Форма про- межуточной аттестации (форма кон- троля)
		лекции	практические занятия	лаборатор- ные занятия			
1	72/2	6	6		56	4	зачет
	<i>в т.ч. часов в интер- активной форме</i>	2	4				
	<i>практической</i>						

подготовки						
------------	--	--	--	--	--	--

Курс	Трудоем- кость час/з.е.	Внеаудиторная контактная работа с преподавателем, час/чел						Экзамен
		Контроль- ная работа	Курсовая работа	Курсовой проект	Зачет	Дифферен- цирован- ный зачет	Консульта- ции перед экзаменом	
1	72/2	0,2				0,12		

5. Содержание дисциплины, структурированное по темам (разделам) с указанием отведенного на них количества академических часов и видов учебных занятий

Очная форма обучения

№ пп	Темы (и/или разделы) дисциплины	Количество часов					Самостоятельная работа	Формы текущего кон- троля успеваемости и промежуточной атте- стации	Оценочное средство проверки результатов достижения индикато- ров компетенций	Код индикаторов дости- жения компетенций
		Всего	Лекции	Семинар- ские заня- тия		Практические				
				Лабораторные						
1	Тема 1. Предмет, цели и задачи психологии саморазвития	6	2	-	-	4	устный опрос, реферат, решение кейс-задачи	вопросы для собеседования, тематика рефератов, кейс-задачи	УК-6.1 УК-6.2 УК-6.3	
2	Тема 2. Проблема саморазвития личности в отечественной и зарубежной психологии	8	-	2	-	6	устный опрос, реферат, решение кейс-задачи	вопросы для собеседования, тематика рефератов, кейс-задачи	УК-6.1 УК-6.2 УК-6.3	
3	Контрольная точка № 1	4	-	-	-	4	тестирование	вопросы для тестирования	УК-6.1 УК-6.2 УК-6.3	
4	Тема 3. Саморазвитие как проявление субъектности человека	10	2	2	-	6	устный опрос, реферат, выполнение эссе	вопросы для собеседования, тематика рефератов, тематика эссе	УК-6.1 УК-6.2 УК-6.3	

5	Тема 4. Саморазвитие в контексте жизненного пути человека	10	2	2	-	6	устный опрос, реферат, выполнение творческого задания	вопросы для собеседования, тематика рефератов, тематика творческих заданий	УК-6.1 УК-6.2 УК-6.3
6	Тема 5. Саморазвитие личности как специфическая деятельность	8	2	-	-	6	устный опрос, реферат, выполнение творческого задания	вопросы для собеседования, тематика рефератов, тематика творческих заданий	УК-6.1 УК-6.2 УК-6.3
7	Контрольная точка № 2	6	-	-	-	6	тестирование	вопросы для тестирования	УК-6.1 УК-6.2 УК-6.3
8	Тема 6. Формы и средства саморазвития	8	-	2	-	6	устный опрос, реферат, выполнение творческого задания	вопросы для собеседования, тематика рефератов, тематика творческих заданий	УК-6.1 УК-6.2 УК-6.3
9	Тема 7. Возрастные особенности саморазвития личности	6	-	-	-	6	устный опрос, реферат, выполнение творческого задания	вопросы для собеседования, тематика рефератов, тематика творческих заданий	УК-6.1 УК-6.2 УК-6.3

10	Тема 8. Психолого-педагогическое сопровождение саморазвития личности	6	-	-	-	6	устный опрос, реферат, выполнение творческого задания	вопросы для собеседования, тематика рефератов, тематика творческих заданий	УК-6.1 УК-6.2 УК-6.3
	Практическая подготовка	-	-	-	-	-	-	-	
	Промежуточная аттестация						зачет	вопросы	
	Итого	72	8	8		56			

Заочная форма обучения

№ пп	Темы (и/или разделы) дисциплины	Количество часов					Формы текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации	Оценочное средство проверки результатов достижения индикаторов компетенций	Код индикаторов достижения компетенций
		Всего	Лекции	Семинарские занятия		Самостоятельная работа			
				Практические	Лабораторные				
1	Тема 1. Предмет, цели и задачи психологии саморазвития	8	2	-	-	6	устный опрос, реферат, решение кейс-задачи	вопросы для собеседования, тематика рефератов, кейс-задачи	УК-6.1 УК-6.2 УК-6.3
2	Тема 2. Проблема саморазвития личности в отечественной и зарубежной психологии	8	-	2	-	6	устный опрос, реферат, решение кейс-задачи	вопросы для собеседования, тематика рефератов, кейс-задачи	УК-6.1 УК-6.2 УК-6.3
3	Тема 3. Саморазвитие как проявление субъектности человека	8	-	2	-	6	устный опрос, реферат, выполнение эссе	вопросы для собеседования, тематика рефератов, тематика эссе	УК-6.1 УК-6.2 УК-6.3

4	Тема 4. Саморазвитие в контексте жизненного пути человека	8	-	-	-	8	устный опрос, реферат, выполнение творческого задания	вопросы для собеседования, тематика рефератов, тематика творческих заданий	УК-6.1 УК-6.2 УК-6.3
5	Тема 5. Саморазвитие личности как специфическая деятельность	8	2	-	-	6	устный опрос, реферат, выполнение творческого задания	вопросы для собеседования, тематика рефератов, тематика творческих заданий	УК-6.1 УК-6.2 УК-6.3
6	Тема 6. Формы и средства саморазвития	8	-	2	-	6	устный опрос, реферат, выполнение творческого задания	вопросы для собеседования, тематика рефератов, тематика творческих заданий	УК-6.1 УК-6.2 УК-6.3
7	Тема 7. Возрастные особенности саморазвития личности	8	-	-	-	8	устный опрос, реферат, выполнение творческого задания	вопросы для собеседования, тематика рефератов, тематика творческих заданий	УК-6.1 УК-6.2 УК-6.3
8	Тема 8. Психолого-педагогическое сопровождение саморазвития личности	8	2	-	-	6	устный опрос, реферат, выполнение творческого задания	вопросы для собеседования, тематика рефератов, тематика творческих заданий	УК-6.1 УК-6.2 УК-6.3

9	Контрольная точка по всем темам дисциплины	4	-	-	-	4	тестирование	вопросы для тестирования	УК-6.1 УК-6.2 УК-6.3
	Практическая подготовка	-	-	-	-	-	-	-	
	Промежуточная аттестация	4					зачет	вопросы	
	Итого	72	6	6		56			

5.1. Лекционный курс с указанием видов интерактивной формы проведения занятий

Тема лекции (и/или наименование раздел) (вид интерактивной формы проведения занятий)/(практическая подготовка)	Содержание темы (и/или раздела)	Всего, часов / часов интерактивных занятий/ практическая подготовка		
		очная форма	заочная форма	очно-заочная форма
Тема 1. Предмет, цели и задачи психологии саморазвития	Понятие о саморазвитии как междисциплинарной категории. Философский подход к изучению саморазвития. Педагогический подход к изучению саморазвития. Психологический подход к изучению саморазвития. Ценность и ограничения саморазвития. Соотношение понятий «развитие» и «саморазвитие». Определение понятия «саморазвитие». Показатели, основные характеристики и закономерности саморазвития человека.	2/-/-	2/-/-	-
Тема 2. Проблема саморазвития личности в отечественной и зарубежной психологии	Основные подходы к изучению саморазвития в зарубежной психологии. Понятие «аттитюд». Концепция М.Рокича: понятие «Я», ценности и аттитюды. Типология аттитюдов по М.Фишбеину (аттитюд к действию, аттитюд к объекту). Роль самоактуализации в работах А.Маслоу. Развитие Я-концепции в теории личности К.Роджерса. Роль судьбы и отношения к ней человека по В.Франклу. Понятие личностного роста в психологии саморазвития. Личностный рост или актуализация «Я» по К.Роджерсу. Взгляд А.Маслоу в понимании личностного роста. Личностный рост по В.Франклу. Понимание личностного роста К.Юнгом, А.Адлером, Э.Эриксоном, А.Менегетти. Основные подхо-	-	-	-

	<p>ды к изучению саморазвития в отечественной психологии. Личность – активное начало, субъект развития (Л.С. Выготский, Б.Г. Ананьев, А.Н. Леонтьев). Зрелая личность – активный субъект саморазвития (А.А. Реан). Модели саморазвития: эффективный стиль жизни (В.Н. Дружинин), созидание жизненного пути (К.В. Карпинский), гомеорез – личностная самоорганизация – и гетеростаз (сверхадаптивное, свободное, надситуативное в поведении человека (Э.В. Галажинский), «жизнетворчество» (Д.А. Леонтьев), жизненные цели (А. Лакейн).</p>			
<p>Тема 3. Саморазвитие как проявление субъектности человека (мастер-класс)</p>	<p>Понятия субъекта, субъектности, субъектной позиции, субъектности развития, субъективности. Личность как инстанция, управляющая саморазвитием человека. Сознание и самосознание как органы саморазвития человека. Активность как функция субъектности человека. Психологические механизмы саморазвития.</p>	2/2/-	-	-
<p>Тема 4. Саморазвитие в контексте жизненного пути человека (мастер-класс)</p>	<p>Понятие жизненного пути человека. Назначение саморазвития на жизненном пути человека. Жизнетворчество как стратегия жизни саморазвивающейся личности. Саморазвитие и зрелость личности. Барьеры саморазвития: стереотипы, привычки, ригидность («бегство от свободы» Э. Фромм), «выученная беспомощность» М. Селигмен, В.Г. Ромек, М. Боуэн, «уход от ответственности» В. Франкл) и риски саморазвития: социальный риск, риск несоответствия, риск выбора, риск самораскрытия (Б.М. Мастеров).</p>	2/2/-	-	-
<p>Тема 5. Саморазвитие личности как специфическая деятельность (мастер-класс)</p>	<p>Психология деятельности. Виды деятельности. Структура деятельности. Саморазвитие как деятельность. Саморазвитие как деятельность, направляемая человеком на самого себя; новый уровень развития личности и сознательно и планомерно осуществляемый процесс (Н.А. Низовских). Социально-</p>	2/-/-	2/2/-	-

	экономические и собственные сознательные цели саморазвития. Социальное и индивидуальное в саморазвитии. Характеристика целей саморазвития. Базовые мотивы саморазвития. Жизненные принципы и жизненные ориентации как мотивирующие факторы саморазвития человека. Индивидуальный стиль профессиональной деятельности и этапы его формирования. Основные «векторы» профессионального саморазвития.			
Тема 6. Формы и средства саморазвития	Самоутверждение. Самосовершенствование. Самоактуализация и самореализация. Саморазвитие и личностный рост. Общая характеристика самопознания как процесса. Цели и мотивы самопознания. Способы и средства самопознания. Результаты самопознания. Идентификация и рефлексия как механизмы самопознания. Барьеры самопознания. Принципы самопознания. Принцип интериоризации, принцип социального сравнения, принцип самоатрибуции, принцип смысловой интеграции. Сферы самопознания. Личностно-характерологические особенности; мотивационно-ценностная сфера личности; эмоционально-волевая сфера личности; сфера способностей и возможностей; познавательная сфера личности; сфера внешнего облика; сфера особенностей темперамента; сфера отношений с другими людьми; сфера деятельности; сфера собственного жизненного пути. Области самопознания: сознание, бессознательное.	-	-	-
Тема 7. Возрастные особенности саморазвития личности	Возрастные особенности развития самосознания и самопознания как необходимого условия саморазвития личности. Возрастные этапы саморазвития личности. Становление субъектной позиции и социальной активности как качественной характеристики саморазвития личности. Особенности форм саморазвития на разных этапах онтогенеза. Обобщенная характери-	-	-	-

	стика саморазвития человека на различных возрастных этапах.			
Тема 8. Психолого-педагогическое сопровождение саморазвития личности	Общая характеристика процесса психолого-педагогического сопровождения саморазвития личности. Педагогические технологии, ориентированные на саморазвития личности. Психологические технологии, ориентированные на саморазвития личности. Актуальные программы управления саморазвитием: Самовоспитание. Целеполагание. Soft skills. Структура программы саморазвития. Шаги составления программы саморазвития. Прогнозирование рисков самопознания и саморазвития. Учет барьеров саморазвития. Контроль и оценка результатов саморазвития. Формирование и апробация программы личностного и/или профессионального саморазвития.	-	2/-/-	-
Итого:		8/4/-	6/2/-	

5.2. Семинарские (практические, лабораторные) занятия с указанием видов проведения занятий в интерактивной форме

Наименование раздела дисциплины	Формы проведения и темы занятий (вид интерактивной формы проведения занятий)/(практическая подготовка)	Всего часов / часов интерактивных занятий/ практическая подготовка					
		очная форма		заочная форма		очно-заочная форма	
		прак	лаб	прак	лаб	прак	лаб
Тема 1. Предмет, цели и задачи психологии саморазвития	Предмет, цели и задачи психологии саморазвития	-	-	-	-	-	-
Тема 2. Проблема саморазвития личности в отечественной и зарубежной психологии	Проблема саморазвития личности в отечественной и зарубежной психологии	2/-/-	-	2/-/-	-	-	-
Тема 3. Саморазвитие как проявление субъектности человека	Саморазвитие как проявление субъектности человека (кейс-задача)	2/2/-	-	2/2/-	-	-	-
Тема 4. Саморазвитие в контексте жизненного пути человека	Саморазвитие в контексте жизненного пути человека (кейс-задача)	2/2/-	-	-	-	-	-
Тема 5. Саморазвитие личности как специфическая деятельность	Саморазвитие личности как специфическая деятельность	-	-	-	-	-	-

Тема 6. Формы и средства саморазвития	Формы и средства саморазвития (кейс-задача)	2/-/-	-	2/2/-	-	-	-
Тема 7. Возрастные особенности саморазвития личности	Возрастные особенности саморазвития личности	-	-	-	-	-	-
Тема 8. Психолого-педагогическое сопровождение саморазвития личности	Психолого-педагогическое сопровождение саморазвития личности	-	-	-	-	-	-
	Контрольная работа (аудиторная)	-	-	4	-	-	-
Итого:		8/4/-		6/4/-			

5.3. Курсовой проект (работа) учебным планом не предусмотрен.

5.4. Самостоятельная работа обучающегося

Виды самостоятельной работы	Очная форма, часов		Заочная форма, часов		Очно-заочная форма, часов	
	к текущему контролю	к промежуточной аттестации	к текущему контролю	к промежуточной аттестации	к текущему контролю	к промежуточной аттестации
Подготовка к аудиторным занятиям	10		8			
Подготовка к собеседованию	6		8			
Подготовка эссе, рефератов, творческих заданий	12		12			
Решение кейс-задач	8		14			
Подготовка к контрольной точке	10		14			
Подготовка к сдаче зачета		10		4		
ИТОГО	46	10	56	4		

6. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине

Учебно-методическое обеспечение для самостоятельной работы обучающегося по дисциплине «Психология саморазвития личности» размещено в электронной информационно-образовательной среде Университета и доступно для обучающегося через его личный кабинет на сайте Университета. Учебно-методическое обеспечение включает:

1. Рабочую программу дисциплины «Психология саморазвития личности»
2. Методические рекомендации по освоению дисциплины «Психология саморазвития личности»
3. Методические рекомендации для организации самостоятельной работы обучающегося по дисциплине «Психология саморазвития личности»
4. Методические рекомендации по выполнению реферата
5. Методические рекомендации по выполнению контрольной работы студентами заочной формы обучения.

Для успешного освоения дисциплины, необходимо самостоятельно детально изучить представленные темы по рекомендуемым источникам информации:

№ п/п	Темы для самостоятельного изучения	Рекомендуемые источники информации (№ источника)		
		основная (из п.8 РПД)	дополнительная (из п.8 РПД)	интернет-ресурсы

				(из п.9 РПД)
1	Тема 1. Предмет, цели и задачи психологии саморазвития	1,2,3,4,6,7	1,2,3	1,2,3,4,5,6,7
2	Тема 2. Проблема саморазвития личности в отечественной и зарубежной психологии	1,2,3,4,5,6	1,3,4	1,2,3,4,6,7
3	Тема 3. Саморазвитие как проявление субъектности человека	2,3,4,6,7	1,2,3,4	1,2,3,4,7
4	Тема 4. Саморазвитие в контексте жизненного пути человека	1,3,4,5,6,7	2,3,4	1,2,3,4,7
5	Тема 5. Саморазвитие личности как специфическая деятельность	1,2,3,4,7	2,3,4	1,2,3,5,6,7
6	Тема 6. Формы и средства саморазвития	2,3,5,6,7	1,2,4	2,3,5,6,7
7	Тема 7. Возрастные особенности саморазвития личности	2,3,4,5,7	2,3	1,3,4,7
8	Тема 8. Психолого-педагогическое сопровождение саморазвития личности	1,4,5,6,7	1,3,4	1,3,4,6,7

7. Фонд оценочных средств (оценочных материалов) для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине «Психология саморазвития личности»

7.1. Перечень индикаторов компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы

Очная форма обучения

Индикатор компетенции (код и содержание)	Дисциплины/элементы программы (практики, ГИА), участвующие в формировании индикатора компетенции	Семестры			
		1	2	3	4
УК-6.1 Находит и творчески использует имеющийся опыт в соответствии с задачами саморазвития	Психология саморазвития личности	+			
	Проектно-технологическая практика	+			
	Подготовка к защите и процедура защиты выпускной квалификационной работы				+
УК-6.2 Самостоятельно выявляет мотивы и стимулы для саморазвития, определяя реалистические цели профессионального роста	Психология саморазвития личности	+			
	Проектно-технологическая практика	+			
	Подготовка к защите и процедура защиты выпускной квалификационной работы				+
УК-6.3 Планирует профессиональную траекторию с учетом особенностей как профессиональной, так и других видов деятельности и требований рынка труда	Психология саморазвития личности	+			
	Проектно-технологическая практика	+			
	Подготовка к защите и процедура защиты выпускной квалификационной работы				+

Заочная форма обучения

Индикатор компетенции (код и содержание)	Дисциплины/элементы программы (практики, ГИА), участвующие в формировании индикатора компетенции	Курс		
		1	2	3

УК-6.1 Находит и творчески использует имеющийся опыт в соответствии с задачами саморазвития	Психология саморазвития личности	+		
	Проектно-технологическая практика	+		
	Подготовка к защите и процедура защиты выпускной квалификационной работы			+
УК-6.2 Самостоятельно выявляет мотивы и стимулы для саморазвития, определяя реалистические цели профессионального роста	Психология саморазвития личности	+		
	Проектно-технологическая практика	+		
	Подготовка к защите и процедура защиты выпускной квалификационной работы			+
УК-6.3 Планирует профессиональную траекторию с учетом особенностей как профессиональной, так и других видов деятельности и требований рынка труда	Психология саморазвития личности	+		
	Проектно-технологическая практика	+		
	Подготовка к защите и процедура защиты выпускной квалификационной работы			+

7.2. Критерии и шкалы оценивания уровня усвоения индикатора компетенций, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности

Оценка знаний, умений и навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций по дисциплине «Психология саморазвития личности» проводится в форме текущего контроля и промежуточной аттестации.

Текущий контроль проводится в течение семестра с целью определения уровня усвоения обучающимися знаний, формирования умений и навыков, своевременного выявления преподавателем недостатков в подготовке обучающихся и принятия необходимых мер по её корректировке, а также для совершенствования методики обучения, организации учебной работы и оказания индивидуальной помощи обучающемуся.

Промежуточная аттестация по дисциплине «Психология саморазвития личности» проводится в виде зачета.

За знания, умения и навыки, приобретенные студентами в период их обучения, выставляются оценки "ЗАЧТЕНО", "НЕ ЗАЧТЕНО".

Для оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности в университете применяется балльно-рейтинговая система оценки качества освоения образовательной программы. Оценка проводится при проведении текущего контроля успеваемости и промежуточных аттестаций обучающихся. Рейтинговая оценка знаний является интегрированным показателем качества теоретических и практических знаний и навыков студентов по дисциплине.

Состав балльно-рейтинговой оценки студентов очной формы обучения

Для студентов **очной формы обучения** знания по осваиваемым компетенциям формируются на лекционных и практических занятиях, а также в процессе самостоятельной подготовки.

В соответствии с балльно-рейтинговой системой оценки, принятой в Университете студентам начисляются баллы по следующим видам работ:

№ контрольной точки	Оценочное средство результатов индикаторов достижения компетенций	Максимальное количество баллов
---------------------	---	--------------------------------

1	Решение кейс-задач	14
	Подготовка к собеседованию	4
	Подготовка эссе, рефератов, творческих заданий	12
2	Решение кейс-задач	14
	Подготовка к собеседованию	4
	Подготовка эссе, рефератов, творческих заданий	12
Сумма баллов по итогам текущего контроля		60
Активность на лекционных занятиях		10
Результативность работы на практических занятиях		15
Поощрительные баллы		15
Итого		100

Критерии и шкалы оценивания уровня усвоения индикатора компетенций

Критерии и шкала оценки собеседования (оценка знаний - мах 5 баллов)

5 балла если обучающийся строит ответ логично, показывает максимально глубокие знания профессиональных терминов, понятий, категорий, концепций и теорий. Развернуто аргументирует выдвигаемые положения, приводит убедительные примеры. Обнаруживает способность анализа в освещении различных концепций. Делает содержательные выводы. Демонстрирует знание специальной литературы в рамках учебного методического комплекса и дополнительных источников информации;

4 балла если обучающийся строит ответ логично, показывает максимально глубокие знания профессиональных терминов, понятий, категорий, концепций и теорий. Развернуто аргументирует выдвигаемые положения, приводит убедительные примеры. Демонстрирует знание специальной литературы в рамках учебного методического комплекса и дополнительных источников информации;

3 балла если ответ недостаточно логически выстроен, обучающийся обнаруживает слабость в развернутом раскрытии профессиональных понятий. Выдвигаемые положения декларируются, но недостаточно аргументированы. Ответ носит преимущественно теоретический характер, примеры ограничены, либо отсутствуют;

0 баллов при условии недостаточного раскрытия профессиональных понятий, категорий, концепций, теорий. Обучающийся проявляет стремление подменить научное обоснование проблем рассуждениями обыденно-повседневного бытового характера. Ответ содержит ряд серьезных неточностей. Выводы поверхностны.

Критерии и шкала оценки тестовых заданий (оценка знаний, умений и навыков - мах 10 баллов)

8-10 баллов выставляется обучающемуся, если тестовые задания выполняются на 85% и выше;

5-7 баллов выставляется обучающемуся, если тестовые задания выполняются на 70 - 84%;

2-4 баллов выставляется обучающемуся, если тестовые задания выполняются на 55 – 69 %;

1 балл выставляется обучающемуся, если тестовые задания выполняются на 45 – 54%;

0 баллов выставляется обучающемуся, если тестовые задания выполняются на 44% и меньше.

Критерии и шкала оценки выполнения практико-ориентированных задач (оценка навыков - мах 15 баллов)

15 баллов - полнота владения теоретическими знаниями и практическими умениями для глубокой и всесторонней оценки практической ситуации; имеется информативная пояснительная записка; глубина понимания различных аспектов выполненной работы, ответы на вопросы по задаче и по принятым самостоятельно решениям, умение отстаивать собственную позицию.

8 баллов - недостаточное владение практическими умениями для решения практической ситуации; не полное обоснование всех принятых самостоятельно финансовых решений; частичное

умение вырабатывать и отстаивать коллегиальные решения; недостаточная глубина понимания различных аспектов выполненной задачи.

0 баллов – задача не выполнен.

Критерии и шкала оценки активности на лекционных занятиях (максимум 10 баллов)

Знания по осваиваемым компетенциям формируются **на лекционных занятиях** при условии активного участия, обучающегося в восприятии и обсуждении рассматриваемых вопросов.

Процент посещенных лекций	Начисляемые баллы				Максимальный начисленный балл за семестр
	I	II	III	IV	
до 49%	0 баллов	0 баллов	0 баллов	1 балл	1 балл
50-74%	1 балл	1 балл	1 балл	2 балла	5 баллов
75-84%	1 балл	2 балла	2 балла	2 балла	7 баллов
85-94%	2 балла	2 балла	2 балла	3 балла	9 баллов
95-100%	2,5 балла	2,5 балла	2,5 балла	2,5 балла	10 баллов

Критерии и шкала оценки результативности работы на лабораторных (практических) занятиях (оценка знаний, умений и навыков максимум 15 баллов)

15 баллов выставляется, если обучающийся выполнил лабораторные (практические) работы по дисциплине в полном объеме с соблюдением необходимой последовательности действий; в ответах правильно и аккуратно выполнил все записи, таблицы, рисунки, чертежи, графики, вычисления; правильно выполнил анализ ошибок;

8 баллов выставляется, если обучающийся выполнил лабораторные (практические) работы в полном объеме с соблюдением необходимой последовательности действий, но допущено 2-3 недочета;

4 балла выставляется, если обучающийся выполнил лабораторные (практические) работы не полностью, но объем выполненной части таков, что позволяет получить минимальные знания, умения и навыки по дисциплине; в ходе выполнения работ были допущены ошибки;

0 баллов выставляется, если обучающийся выполнил лабораторные (практические) работы не полностью или объем выполненной части работы не позволил получить минимальные знания, умения и навыки по дисциплине.

Если за ответы на контрольной точке обучающийся не получил удовлетворяющее его количество баллов, то он может получить **поощрительные баллы за подготовку статей, выступление на конференции, участие в конкурсах и олимпиадах** (не более 15 баллов).

Критерии и шкала оценки научной статьи (оценка умений и навыков - максимум 15 баллов)

15 баллов. Статья объемом не менее 4 страниц демонстрирует умение проведения самостоятельного актуального научно-практического исследования, правильно оформлена, содержит оригинальный анализ проблемы, подтвержденный статистическими и/или отчетными данными, графическим материалом. В ней рассмотрены возможные пути решения проблемы, сформулировать правильные выводы и предложения, отражающие авторскую точку зрения.

10 баллов. Статья объемом не менее 3 страниц демонстрирует умение проведения самостоятельного актуального научно-практического исследования, правильно оформлена, содержит типовой анализ проблемы, подтвержденный статистическими и/или отчетными данными. В ней рассмотрены возможные пути решения проблемы, сформулировать правильные выводы и предложения.

5 баллов. Статья объемом не менее 2 страниц представлена в виде тезисов, демонстрирует умение проведения самостоятельного актуального научно-практического исследования, правильно оформлена, содержит анализ проблемы, подтвержденный отдельными статистическими и/или отчетными данными. В ней сформулированы правильные выводы и предложения.

Состав балльно-рейтинговой оценки студентов заочной формы обучения

Результат текущего контроля для студентов **заочной формы обучения** складывается из оценки результатов обучения по всем разделам дисциплины и включает тестирование и решение

практико-ориентированных задач (**маx 30 баллов**), контрольную точку в виде контрольной работы (аудиторной) по всем разделам дисциплины (**маx 30 баллов**), посещение лекций (**маx 10 баллов**), результативность работы на практических занятиях (**маx 15 баллов**), поощрительные баллы (**маx 15 баллов**).

В соответствии с балльно-рейтинговой системой оценки, принятой в Университете студентам начисляются баллы по следующим видам работ:

№ контрольной точки	Оценочное средство результатов индикаторов достижения компетенций	Максимальное количество баллов
1	Решение кейс-задач	18
	Подготовка к собеседованию	12
	Контрольная точка по всем темам дисциплины	30
<i>Сумма баллов по итогам текущего контроля</i>		60
<i>Активность на лекционных занятиях</i>		10
<i>Результативность работы на практических занятиях</i>		15
<i>Поощрительные баллы</i>		15
Итого		100

Критерии и шкалы оценивания уровня усвоения индикатора компетенций

Критерии и шкала оценки тестовых заданий (оценка знаний, умений и навыков - маx 5 баллов)

4-5 баллов выставляется обучающемуся, если тестовые задания выполняются на 85% и выше;

3 баллов выставляется обучающемуся, если тестовые задания выполняются на 70 - 84%;

2 баллов выставляется обучающемуся, если тестовые задания выполняются на 55 – 69 %;

1 балл выставляется обучающемуся, если тестовые задания выполняются на 45 – 54%;

0 баллов выставляется обучающемуся, если тестовые задания выполняются на 44% и меньше.

Критерии и шкала оценки выполнения практико-ориентированных задач (оценка навыков - маx 10 баллов)

10 баллов - полнота владения теоретическими знаниями и практическими умениями для глубокой и всесторонней оценки практической ситуации; имеется информативная пояснительная записка; глубина понимания различных аспектов выполненной работы, ответы на вопросы по задаче и по принятым самостоятельно решениям, умение отстаивать собственную позицию.

5 баллов - недостаточное владение практическими умениями для решения практической ситуации; не полное обоснование всех принятых самостоятельно финансовых решений; частичное умение вырабатывать и отстаивать коллегиальные решения; недостаточная глубина понимания различных аспектов выполненной задачи.

0 баллов – задача не выполнен.

Критерии и шкала оценки контрольной точки по всем темам дисциплины (оценка знаний, умений и навыков - маx 30 баллов)

Критерии оценки ответа на 1 и 2 теоретические вопросы (**знания – маx 10 баллов (по 5 баллов за каждый вопрос)**)

10 баллов – при полном знании и понимании содержания раздела, отсутствии ошибок, неточностей, демонстрации студентом системных знаний и глубокого понимания закономерностей; при проявлении студентом умения самостоятельно и творчески мыслить;

8 баллов – при полном содержательном ответе, отсутствии ошибок в изложении материала и при наличии не более четырех неточностей;

5 баллов – показано понимание, но неполное знание вопроса, недостаточное умение формулировать свои знания по данному разделу;

3 балла – при несоответствии ответа, либо при представлении только плана ответа;

1 балл – при полном несоответствии всем критериям;

0 баллов – при полном отсутствии текста (ответа), имеющего отношение к вопросу.

Критерии оценки ответа на 3 вопрос (**умения – мах 10 баллов**)

10 баллов. При выполнении задания нет затруднений, получен верный ответ, сделаны аргументированные выводы.

8 баллов. При выполнении задания нет затруднений, получен верный ответ, выводы не аргументированы.

6 баллов. При выполнении задания возникли затруднения, получен верный ответ. Выводы не сделаны

3 балла. Задание выполнено, но допущены незначительные ошибки, искажающие выводы.

0 баллов. Задание не выполнено.

Критерии оценки ответа на 4 вопрос (**навыки – мах 10 баллов**)

10 баллов выставляется обучающемуся, если при решении задачи дана комплексная оценка предложенной ситуации; даны исчерпывающие и обоснованные ответы на все поставленные вопросы; правильно и рационально решена практическая часть;

6 баллов выставляется обучающемуся, если при решении задачи дана комплексная оценка предложенной ситуации, незначительные затруднения при ответе; даны полные, достаточно обоснованные ответы на поставленные вопросы, правильно решена практическая часть задачи;

3 балла выставляется, если при решении задачи обучающийся испытывал затруднения с комплексной оценкой предложенной ситуации; без должной глубины и обоснования, при решении практической части задач допущены ошибки;

0 баллов – задача не решена.

Критерии и шкала оценки активности на лекционных занятиях (маx 10 баллов)

Знания по осваиваемым компетенциям формируются **на лекционных занятиях** при условии активного участия, обучающегося в восприятии и обсуждении рассматриваемых вопросов.

Процент посещенных лекций	Максимальный начисленный балл
до 49%	1 балл
50-74%	5 баллов
75-84%	7 баллов
85-94%	9 баллов
95-100%	10 баллов

Критерии и шкала оценки результативности работы на лабораторных (практических) занятиях (оценка знаний, умений и навыков маx 15 баллов)

15 баллов выставляется, если обучающийся выполнил лабораторные (практические) работы по дисциплине в полном объеме с соблюдением необходимой последовательности действий; в ответах правильно и аккуратно выполнил все записи, таблицы, рисунки, чертежи, графики, вычисления; правильно выполнил анализ ошибок;

8 баллов выставляется, если обучающийся выполнил лабораторные (практические) работы в полном объеме с соблюдением необходимой последовательности действий, но допущено 2-3 недочета;

4 балла выставляется, если обучающийся выполнил лабораторные (практические) работы не полностью, но объем выполненной части таков, что позволяет получить минимальные знания, умения и навыки по дисциплине; в ходе выполнения работ были допущены ошибки;

0 баллов выставляется, если обучающийся выполнил лабораторные (практические) работы не полностью или объем выполненной части работы не позволил получить минимальные знания, умения и навыки по дисциплине.

Если за ответы на контрольной точке обучающийся не получил удовлетворяющее его количество баллов, то он может получить **поощрительные баллы за подготовку статей, выступления на конференции, участие в конкурсах и олимпиадах** (не более 15 баллов).

Критерии и шкала оценки научной статьи (оценка умений и навыков - макс 15 баллов)

15 баллов. Статья объемом не менее 4 страниц демонстрирует умение проведения самостоятельного актуального научно-практического исследования, правильно оформлена, содержит оригинальный анализ проблемы, подтвержденный статистическими и/или отчетными данными, графическим материалом. В ней рассмотрены возможные пути решения проблемы, сформулировать правильные выводы и предложения, отражающие авторскую точку зрения.

10 баллов. Статья объемом не менее 3 страниц демонстрирует умение проведения самостоятельного актуального научно-практического исследования, правильно оформлена, содержит типовой анализ проблемы, подтвержденный статистическими и/или отчетными данными. В ней рассмотрены возможные пути решения проблемы, сформулировать правильные выводы и предложения.

5 баллов. Статья объемом не менее 2 страниц представлена в виде тезисов, демонстрирует умение проведения самостоятельного актуального научно-практического исследования, правильно оформлена, содержит анализ проблемы, подтвержденный отдельными статистическими и/или отчетными данными. В ней сформулированы правильные выводы и предложения.

При проведении итоговой аттестации зачет преподавателю с согласия студента разрешается выставлять оценки "зачет" по результатам набранных баллов в ходе текущего контроля успеваемости в семестре по выше приведенной шкале.

В случае отказа – студент сдает зачет по приведенным выше вопросам и заданиям. Итоговая успеваемость не может оцениваться ниже суммы баллов, которую студент набрал по итогам текущей и промежуточной успеваемости.

При сдаче зачета к заработанным в течение семестра студентом баллам прибавляются баллы, полученные на зачете и сумма баллов переводится в оценку.

Критерии и шкалы оценивания ответа на зачете

По дисциплине к зачету допускаются студенты, выполнившие и сдавшие практические работы по дисциплине, имеющие ежемесячную аттестацию и наличие по текущей успеваемости более 45 баллов. Студентам, набравшим более 55 баллов, зачет выставляется по результатам текущей успеваемости, студенты, набравшие от 45 до 54 баллов, сдают зачет по вопросам, предусмотренным РПД.

7.3. Примерные оценочные материалы для текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации по итогам освоения дисциплины «Психология саморазвития личности»

Контрольная точка 1

Вопросы для собеседования

ТЕМА 1. Предмет, цели и задачи психологии саморазвития

1. Понятие о саморазвитии как междисциплинарной категории.
2. Философский подход к изучению саморазвития.
3. Педагогический подход к изучению саморазвития.
4. Психологический подход к изучению саморазвития.
5. Ценность и ограничения саморазвития.
6. Соотношение понятий «развитие» и «саморазвитие». Определение понятия «саморазвитие».
7. Показатели, основные характеристики и закономерности саморазвития человека.

ТЕМА 2. Проблема саморазвития личности в отечественной и зарубежной психологии

1. Понятие «аттитюд». Концепция М.Рокича: понятие «Я», ценности и аттитюды. Типология аттитюдов по М.Фишбейну (аттитюд к действию, аттитюд к объекту).
2. Роль самоактуализации в работах А.Маслоу.
3. Развитие Я-концепции в теории личности К.Роджерса.
4. Роль судьбы и отношения к ней человека по В.Франклу.

5. Понятие личностного роста в психологии саморазвития. Личностный рост или актуализация «Я» по К.Роджерсу. Взгляд А.Маслоу в понимании личностного роста. Личностный рост по В.Франклу. Понимание личностного роста К.Юнгом, А.Адлером, Э.Эриксоном, А.Менегетти.

6. Основные подходы к изучению саморазвития в отечественной психологии. Б. Г. Ананьев о саморазвитии личности.

7. Л. С. Выготский о саморазвитии личности.

8. А. Н. Леонтьев о саморазвитии личности. С. Л. Рубинштейн о саморазвитии личности.

9. В.В. Столин о проблеме «Я» в психологии.

10. Самоотношение и личностный смысл «Я» по С.Р. Пантилееву.

11. Концепция отношений личности В.Н.Мясищева.

12. Понятие «социальная установка» Д.М.Узнадзе.

13. Механизмы регуляции социально ориентированного поведения в теории Ш.А.Надирашвили.

14. Проблема саморегуляции, представленная Л.И.Анциферовой.

15. Проблема активности личности, жизненной стратегии в трудах К.А. Абульхановой-Славской.

Типовые варианты тестовых заданий

1. Человек как типичный представитель своего рода, носитель типичных, природно обусловленных свойств называется ...

2. Человек, охарактеризованный в аспекте его неповторимости, непохожести на других людей называется ...

3. Система мотивов личности, побуждающих поступать в соответствии со своими взглядами, принципами, мировоззрением называется ...

4. Оценка личностью самой себя, своих возможностей, качеств и места среди других людей называется...

5. Соотношение компонентов структуры личности по З. Фрейду и их характеристик (в таблице указано правильно)

6. Мерой индивидуальной активности личности является

а) Экстраверсия- интроверсия

б) Темперамент

в) Мировосприятие

г) Резкость в движении

д) Самосознание

3. Что такое «аттитюд»?

а) любое эмоционально окрашенное отношение к явлениям действительности;

б) неосознанные мотивы, действующие на поведение личности, формирующиеся в течение жизни;

в) состояние психонервной готовности, сложившееся на основе опыта и оказывающее влияние на реакции индивида относительно объектов или ситуаций, с которыми он связан.

7. Основные координаты социализации:

а) Биография;

б) Индивидуальный жизненный путь;

в) Социальная ситуация;

г) Культура;

д) Историческое время»

е) Субъективные переживания;

ж) Задатки;

9. Самосознание можно определить как:

а) повышенное внимание к себе

б) уровень притязаний

в) направленность личности

- г) образ себя
- д) направленность на окружающих

10. Совокупность психических процессов, актов и состояний, во влиянии которых человек не дает себе отчета:

- а) бессознательное
- б) надсознание
- в) иллюзия
- г) сознательное поведение
- д) галлюцинация

11. Система внутренне согласованных представлений о себе - это:

- а) нравственный облик человека;
- б) этический кодекс;
- в) сложно сказать что-то определенное;
- г) «Я-концепция».

12. Свойство, которое обозначает способность отражать отраженное - размышлять над собственными ощущениями, переживаниями, мыслями называется:

- а) рефлексией
- б) интуицией
- в) вниманием
- г) мышлением
- д) эмпатией

13. Высший уровень психического отражения и регуляции, присущий только человеку как общественно-историческому существу называется - ...

14. Способность познавать не только внешний мир, но и самого себя, свои типичные и индивидуальные особенности называется ...

15. Совокупность психических процессов, актов и состояний, обусловленных воздействиями, во влиянии которых человек не дает себе отчета называется ...

16. Тенденцию к изменению жизненного пути обеспечивает механизм:

- а) адаптации
- б) бифуркации
- в) индивидуации
- г) социализации

17. Гомеостатическая модель развития психики человека предполагает, что...

- а) любые проявления активности человека связаны с потребностью поиска удовольствия
- б) активность обеспечивает адаптацию
- в) активность направлена на достижение уравновешенности со средой

18. Выделите признаки потребностей и личностных ценностей из предложенных:

- а) индивидуальные отношения с миром;
- б) относительно неизменны;
- в) направляют деятельность («толкают»)
- г) идеал должного
- д) социальные источники
- е) сильно зависят от ситуации;

19. Определите процессы преобразования индивида в личность

а) из стихийных функции становятся произвольными и их можно рассматривать как орудия бытия ...

- б) из неосознаваемых функции становятся осознаваемыми, выделяются как внутренний мир ...
- в) способы удовлетворения потребности согласуются с социальными нормами и правилами...

20. Самовоспитание – это:

- а) устранение обстоятельств, способствующих формированию право нарушающего поведения;
- б) целенаправленная деятельность как результат активного взаимодействия личности со средой;
- в) опыт формирования сознания, чувств и навыков поведения;
- г) сознательная, целенаправленная, самостоятельная деятельность, ведущая к совершенствованию

Практико-ориентированные задания

Задание 1. Перечисленные ниже свойства разделите согласно классификации Б.Г. Ананьева: 1) Высокая скорость психомоторной реакции; 2) леворукость; 3) низкая звуковысотная чувствительность; 4) врожденная склонность к абстракциям; 5) полнота; 6) эмоциональность; 7) мужской пол; 8) гермафродитизм; 9) пониженная вкусовая чувствительность; 10) отставание в физическом развитии; 11) резкость в движении; 12) цвет волос; 13) слезливость; 14) плохоразвитый теменной участок коры головного мозга; 15) пассивность; 16) врожденная глухота; 17) пятилетний возраст; 19) низкий тембр речи; 20) дальтонизм.

Задание 2. Определите, какие из перечисленных характеристик относятся к личности, а какие - не относятся.

Способности, убеждения, характер, моральные свойства, направленность, мотивы, мировоззрение, само-сознание, отношения, активность, мышление, уровень личной культуры, навыки, талант, темперамент, инстинкты, знания, социальная установка, возрастные особенности, память, воля, желания, потребности, идеалы, самостоятельность, чувства, индивидуальность, авторитетность.

Задание 3. Прокомментируйте следующие высказывания. С какими вы согласны (не согласны) и почему? Какие из этих высказываний можно использовать в качестве определений сущности личности?

1. Человек в той мере субъект, в какой он — личность; организм — не субъект.
2. Личностью является лишь тот, кто обладает яркой индивидуальностью.
3. Личность — это человек, выделивший в процессе общественных отношений свое «Я» из «не-Я»..., активно воздействующий на «не-Я» в процессе своей сознательной целенаправленной деятельности.
4. Человек становится личностью благодаря самосознанию, которое позволяет ему свободно подчинять свое «Я» нравственному закону.
5. Личность — субъект и объект общественных отношений.
6. Человек, взятый в его социальном качестве, есть личность.

Задание 4. Какие из перечисленных характеристик относятся к человеку как к личности, а какие - как к индивиду?

Целеустремленность, упрямство, вдумчивость, высокая эмоциональность, старательность, цельность, приятный голос, общественная активность, критичность ума, прекрасная дикция, средний рост, музыкальность, вспыльчивость, моральная воспитанность, низкая адаптация к темноте, ригидность, трудолюбие, плохая пространственная координация, голубые глаза, хороший слух, идейная убежденность, внимательность, подвижность, честность, вера, страх, благородство, лень, стресс, меланхолия, авторитет, речь, темперамент, инстинкты, убеждения, знания, задатки, идеалы, возрастные особенности чувств, механическая память, мышление, язык, музыкальный слух, гуманность.

Примерная тематика рефератов

ТЕМА 1. Предмет, цели и задачи психологии саморазвития.

1. Философский подход к изучению саморазвития.
2. Педагогический подход к изучению саморазвития.
3. Психологический подход к изучению саморазвития.
4. Самоопределение и самоактуализация личности.
5. Ригидность и самореализация личности.
6. Самоутверждение личности.
7. Притязания, саморегуляция и удовлетворенность личности.
8. Саморазвитие, становление внутреннего мира;
9. Значение самопознания в жизни человека;
10. О пользе и вреде самоанализа;
11. Самоотношение и личностный смысл «Я».

ТЕМА 2. Проблема саморазвития личности в отечественной и зарубежной психологии

1. Предпосылки выдвижения проблемы саморазвития личности в психологии.
2. Современное состояние проблемы саморазвития личности в отечественной и зарубежной психологии.
3. Саморазвитие человека, его сущности и личности как центральная проблема в духовно-ориентированных концепциях личности психологии XX в.
4. Области самопознания: сознание, бессознательное (З.Фрейд, К.Юнг).
5. Структура индивидуальности.
6. Значение самопознания в психологии.
7. Анализ исследования самосознания в психологии: У.Джемс.
8. Анализ исследования самосознания в психологии И.С.Кон,
9. Социальная идентичность в концепциях: В.А.Ядова, Т.С.Баранова, Ю.Л.Качанова.
10. Личностная идентичность по Э.Эриксону.

Примерная тематика эссе

1. Понятия субъекта, субъектности в отечественной психологии.
2. Субъектная позиция как основа саморазвития личности.
3. Понятие субъективности психики человека.
4. Личность как инстанция, управляющая саморазвитием человека.
5. Сознание и самосознание как органы саморазвития человека.

Пример творческого задания

Задание 1. На основе изученной по теме литературы составьте модель саморазвития современного специалиста. Составьте личный план собственного профессионального развития, опираясь на предложенные ниже вопросы для письменного самоанализа.

Общая характеристика

1. Каковы Ваши сильные и слабые стороны?
2. Умеете ли Вы ладить с людьми?
3. К чему Вы стремитесь? Куда Вы идете?
4. Что Вы знаете, и каких знаний Вам не хватает?
5. Что Вы умеете, и чему еще предстоит научиться?
6. Каковы ваши потребности
7. Для Вас важна репутация, положение?
8. Для Вас более важно материальное благосостояние?
9. Насколько для Вас важны авторитет и власть?
10. Важно ли для Вас ощущать себя победителем?
11. Какое место Вы отводите в своей жизни семье, любви?
12. Любите ли Вы работать в команде или вам легче работать одному?
13. Действительно ли Вы четко осознаете свою цель? Запишите ее одной фразой.
14. Вы любите постоянно быть в центре внимания?
15. Вам легче общаться с предметами или людьми?

16. Опишите свой характер:
17. Опишите свои отличительные признаки, черты своего характера.
18. Кто Вы: ведущий или ведомый?
19. Что может позволить вам выделиться?
20. Совпадает ли ваше мнение о себе с тем, как вас видят другие люди?
21. Какие Ваши основные успехи на предыдущем месте работы или во время учебы?
22. Чем Вы больше всего гордитесь?
23. Как Вы достигли этих успехов?
24. Как они могут повлиять на Ваше продвижение вперед?
25. Вспомните своих друзей. Почему Вы выбрали именно их?
26. С какими руководителями Вам легко работать, а с какими трудно и почему?
27. Как особенности вашей личности могут повлиять на выбор организации, в которой Вы бы хотели работать?
28. Какие из совершенных ошибок оказали на Вас решающее действие?
29. Чему Вы научились на этих ошибках?
30. Какие у Вас были разочарования и почему они возникали?
31. Достигали ли Вы поставленных перед собой целей?
32. Эти цели были реалистичны?
33. Какое у Вас хобби?
34. Какие черты Вашего характера могут помешать Вам развитию?
35. Можете ли Вы изменить те качества, которые мешают Вам подняться на Олимп?

Задание 2. Составьте индивидуальный маршрут развития.

Пример кейс-задач

Задача 1. На основе приведенного фрагмента дайте характеристику «образу мира» (когнитивной карте, модели универсума и т.п.) человека.

Будучи активной инстанцией сознания, «образ мира» несводим к функциям памяти, актуализации прошлого опыта при решении определенных когнитивных задач. Здесь действует не только линия объект—субъект, но и линия субъект—объект, определяющая на основе опережающего отражения именно то, что человек может отобрать для присвоения в окружающей действительности. Модусом своего существования «образ мира» имеет непрерывное движение от субъекта на мир, развиваясь и функционируя как целостное образование. Сфор-мировавшись в онтогенезе, «образ мира» становится в каком-то смысле «порождающей моделью» действительности. Как пишет В. К. Вилюнас, «именно глобальная локализация отражаемых явлений в «образе мира», обеспечивающая автоматизированную рефлексивную функцию человека того, где, когда, что и зачем он отражает и Делает, составляет конкретно-психологическую основу осознанного характера психического отражения у человека. Осознавать — это значит отражать явление «прописанным» в главных системообразующих параметрах «образа мира» и иметь возможность в случае необходимости уточнить его более детальные свойства и связи».

Контрольная точка 2

Вопросы для собеседования

ТЕМА 3. Саморазвитие как проявление субъектности человека

1. Понятия субъекта, субъектности, субъектной позиции, субъектности развития, субъективности.
2. Личность как инстанция, управляющая саморазвитием человека.
3. Сознание и самосознание как органы саморазвития человека.
4. Активность как функция субъектности человека.
5. Психологические механизмы саморазвития.

ТЕМА 4. Саморазвитие в контексте жизненного пути человека

1. Понятие жизненного пути человека.
2. Назначение саморазвития на жизненном пути человека.
3. Жизнетворчество как стратегия жизни саморазвивающейся личности.
4. Саморазвитие и зрелость личности.

5. Барьеры саморазвития.

ТЕМА 5. Саморазвитие личности как специфическая деятельность

1. Психология деятельности. Виды деятельности. Структура деятельности. Саморазвитие как деятельность.
2. Характеристика целей саморазвития.
3. Базовые мотивы саморазвития.
4. Жизненные принципы и жизненные ориентации как мотивирующие факторы саморазвития человека.
5. Индивидуальный стиль профессиональной деятельности и этапы его формирования.
6. Основные «векторы» профессионального саморазвития.
7. Саморазвитие как деятельность, направляемая человеком на самого себя; новый уровень развития личности и сознательно и планомерно осуществляемый процесс (Н.А. Низовских).
8. Социальное и индивидуальное в саморазвитии. Социально-экономические и собственные сознательные цели саморазвития

ТЕМА 6. Формы и средства саморазвития

1. Самоутверждение. Самосовершенствование. Самоактуализация и самореализация. Саморазвитие и личностный рост.
2. Общая характеристика самопознания как процесса. Цели и мотивы самопознания. Способы и средства самопознания. Результаты самопознания. Идентификация и рефлексия как механизмы самопознания. Барьеры самопознания.
3. Принципы самопознания. Принцип интериоризации, принцип социального сравнения, принцип самоатрибуции, принцип смысловой интеграции.
4. Сферы самопознания. Личностно-характерологические особенности; мотивационно-ценностная сфера личности; эмоционально-волевая сфера личности; сфера способностей и возможностей; познавательная сфера личности; сфера внешнего облика; сфера особенностей темперамента; сфера отношений с другими людьми; сфера деятельности; сфера собственного жизненного пути.
5. Области самопознания: сознание, бессознательное. Осознание архетипов по К.Юнгу. Модель Д.Лафта, Г.Инграма «Окно Джогари».
6. Я-концепция – совокупность представлений о себе. Структура Я-концепции: Я-реальное, Я-идеальное, зеркальное «Я».
7. Представление о себе, формирование самооценки. Значение Я-концепции в жизнедеятельности человека.
8. Самообразование как средство саморазвития. Самовоспитание как средство саморазвития. Специфические психологические средства саморазвития

ТЕМА 7. Возрастные особенности саморазвития личности

1. Возрастные особенности развития самосознания и самопознания как необходимого условия саморазвития личности.
2. Возрастные этапы саморазвития личности.
3. Становление субъектной позиции и социальной активности как качественной характеристики саморазвития личности.
4. Особенности форм саморазвития на разных этапах онтогенеза.
5. Обобщенная характеристика саморазвития человека на различных возрастных этапах.

ТЕМА 8. Психолого-педагогическое сопровождение саморазвития личности

1. Общая характеристика процесса психолого-педагогического сопровождения саморазвития личности.
2. Педагогические технологии, ориентированные на саморазвития личности.
3. Психологические технологии, ориентированные на саморазвития личности.

Типовые варианты тестовых заданий

1. Процесс активного взаимодействия субъекта с миром, во время которого субъект какие-либо свои потребности – это ...

- а) восприятие
- б) поведение
- в) деятельность
- г) воображение

2. Сложный комплекс внешних двигательных реакций живого организма на воздействия окружающей среды это ...

- а) поведение
- б) активность
- в) деятельность
- г) стресс
- д) адаптация

3. Типы поведения, свойственные только животным

- а) инстинкты
- б) навыки
- в) простейшие формы разумного поведения
- г) отражение объективного мира
- д) удовлетворение потребностей

4. Наследственно закрепленная форма реагирования на биологически значимые воздействия внешней среды ...

- а) безусловный рефлекс
- б) ориентировочный рефлекс
- в) условный рефлекс
- г) атавистический рефлекс

5. Рефлекс, выработанный в процессе жизни ...

- а) безусловный рефлекс
- б) ориентировочный рефлекс
- в) условный рефлекс
- г) атавистический рефлекс

6. Сложный комплекс реакций живого организма на воздействия внешней среды называется - ...

7. Основной вид деятельности, имеющий своим результатом создание общественно полезного продукта называется ...

8. Вид деятельности заключающийся в воспроизводстве детьми действий взрослых и отношений между ними, направленный на познание окружающей действительности называется ...

9. Деятельность, направленная на приобретение знаний, умений и навыков, необходимых для широкого образования и последующей трудовой деятельности называется ...

10. Особенности онтогенетического развития психики изучает психология:

- а) медицинская
- б) социальная
- в) возрастная
- г) общая
- д) педагогическая

11. Процесс исторического развития живых организмов, эволюция рода называется ...

- а) филогенез
- б) онтогенез
- в) антропогенез
- г) биогенез
- д) микрогенез

12. Индивидуальное развитие человека называется ...

- а) онтогенез
- б) филогенез
- в) антропогенез
- г) биогенез
- д) микрогенез

13. Расхождения в уровнях трудности задач, решаемых ребенком самостоятельно и под руководством взрослого, называется:

- а) уровнем актуального развития
- б) зоной ближайшего развития
- в) зоной саморазвития
- г) зоной неопределенности
- д) кризисным периодом

14. Деятельность, с которой на данном этапе развития связано появление ведущих психических новообразований и в русле которой развиваются другие виды деятельности, называется:

- а) основной
- б) ориентировочной
- в) ведущей
- г) регулирующей
- д) исполнительной

15. Центральным новообразованием ранней юности является:

- а) самоопределение;
- б) самосознание;
- в) рефлексия;
- г) появление внутреннего мира.

16. Центральным психологическим новообразованием зрелости является:

- а) продуктивность в профессиональном и семейном плане;
- б) самосознание;
- в) окончательное самоопределение;
- г) профессиональное самоопределение.

17. Развитие морального сознания личности рассматривается в работах:

- а) эрика эриксона;
- б) лоренса кольберга;
- в) артура владимировича петровского;
- г) жана пиаже.

18. Идея о том, что формирование личности представляет собой процесс культурного развития принадлежит ...

- а) А.Н. Леонтьеву
- б) Д.Н. Узнадзе
- в) Л.С. Выготскому
- г) В.М. Бехтереву

19. Движущие силы процесса воспитания:

- а) противоречия, возникающие в развитии личности;
- б) познавательные интересы личности;
- в) процесс накопления количественных изменений;
- г) сложившиеся формы взаимоотношений.

Практико-ориентированные задания

Задание 1. Прокомментируйте следующие определения личности. Какое из них кажется вам наиболее правильным? Поясните, как представленные определения превратить в более полные и очные.

1. Под личностью понимается совокупность тех относительно устойчивых свойств и склонностей индивида, которые отличают его от других.

2. Личность — это комбинация всех относительно устойчивых индивидуальных различий, поддающихся измерению.

3. Личность — это индивидуально выраженное всеобщее.

4. Личность — дееспособный член общества, сознающий свою роль в нем.

5. Личность — совокупность внутренних условий, через которые преломляются внешние воздействия.

6. Личность — ядро, интегрирующее начало, связывающее воедино разные психические процессы индивида и сообщающее его поведению необходимую последовательность и устойчивость.

Задание 2. Выберите определение социальной ситуации развития личности по Л.С. Выготскому:

А) Социальная ситуация – это психологическое поле, в котором существует и действует субъект.

Б) Социальная ситуация – это своеобразное, специфическое для данного возраста исключительное отношение между ребенком и окружающей его средой

В) Социальная ситуация – это вся сумма типизаций деятельности и, созданных с их помощью повторяющихся образов взаимодействия

Г) Совокупность условий социального существования

Задание 3. Выберите верное основное концептуальное положение в теории личности К.Платонова: Иерархический принцип развития от низших уровней к высшим с усилением роли социальных факторов и ослаблением роли биологических; Движущей силой развития личности является усложнение комплексов потребностей; Основными элементами структуры личности являются те, которые определяют особенности ее взаимодействия со средой (стимулы, роли, статус и т.д.)

Примерная тематика рефератов

ТЕМА 3. Саморазвитие как проявление субъектности человека.

1. Понятия субъекта, субъектности, субъектной позиции, субъектности развития, субъективности.

2. Личность как инстанция, управляющая саморазвитием человека.

3. Сознание и самосознание как органы саморазвития человека.

4. Активность как функция субъектности человека

ТЕМА 4. Саморазвитие в контексте жизненного пути человека

1. Понятие жизненного пути человека в психологии.

2. Назначение саморазвития на жизненном пути человека.

3. Жизнетворчество как стратегия жизни саморазвивающейся личности.

4. Саморазвитие и зрелость личности.

5. Барьеры саморазвития: стереотипы, привычки, ригидность («бегство от свободы» Э. Фромм), «выученная беспомощность» М. Селигмен, В.Г. Ромек, М. Боуэн, «уход от ответственности» В. Франкл)

6. Риски саморазвития: социальный риск, риск несоответствия, риск выбора, риск самораскрытия (Б.М. Мастеров).

ТЕМА 5. Саморазвитие личности как специфическая деятельность

1. Психологические основы мотивов саморазвития личности.

2. Жизненные принципы и жизненные ориентации как мотивирующие факторы саморазвития человека.

3. Индивидуальный стиль профессиональной деятельности и этапы его формирования.

4. Основные «векторы» профессионального саморазвития

ТЕМА 6. Формы и средства саморазвития

1. Самоутверждение. Самосовершенствование. Самоактуализация и самореализация. Саморазвитие и личностный рост.

2. Общая характеристика самопознания как процесса.

3. Цели, мотивы, способы и средства самопознания.

4. Результаты самопознания. Идентификация и рефлексия как механизмы самопознания.

Барьеры самопознания.

5. Сферы самопознания.

6. Понятие Я-концепции в структуре личности.

7. Я-концепция в различных психологических теориях

8. Исследование мотивации профессионального развития.

9. Профессиональная самооценка.

10. Я-концепция и тенденции профессионально-личностного развития.

11. Развитие личности в процессе профессионализации.

12. Определение направленности личности (ориентационная анкета Б.Басса).

13. Тренинг личностного роста.

14. Самопознание и саморазвитие когнитивных способностей личности и эффективного поведения.

15. Технологии эффективной аргументации собственной точки зрения.

16. Эффективное атрибутирование (каузальные атрибуции).

17. Information flow (управление потоком информации) и креативность.

18. Развитие когнитивных составляющих мотивации.

19. Модель эффективного поведения личности (А. Бандура).

20. Методы развития силы воли и формирования навыка (К. МакГонигал, Б. Фурман).

21. Самопринятие и его стратегии (К. Роджерс, А. Маслоу, В.Г. Маралов, К. Рифф и др.)

Способы достижения и поддержания самопринятия.

22. Способы развития мотивации саморазвития.

23. Целеполагание и таймменеджмент.

24. Способы постановки жизненных задач (А. Дэвид), осознания и поддержки потребностей в: компетентности, автономии, принятии (Deci, Ryan).

25. Развитие самоэффективности (С. Кови).

26. Продуктивная работа в режиме дедлайна (Г. Архангельский).

27. Способы совладания с прокрастинацией: самомотивация (Л. Бабаута).

28. Диагностика жизненных целей (Дж. Уитмор) и жизненного баланса (Кривенько).

29. Управление эмоциями и стрессменеджмент.

30. Развитие саморегуляции (В.И. Марасанова).

31. Эмоциональный интеллект и эмоциональная гибкость.

32. Управление своими эмоциями и управление эмоциями другого/других.

33. Инструменты для снятия эмоционального напряжения (техники скорой самопомощи, техники развития стрессоустойчивости).

34. Самодиагностика стресса и управление стрессом.

35. Техники снижения тревожности и развития позитивного мышления.

36. Способы реакции на неудачи и трудности и источники веры в собственную эффективность и успех.

37. Управление стрессогенностью ситуации. Enegrmanagement (способы восстановления после чрезмерного стрессирования: сон, питание, спорт и пр.). Mindfulness.

38. Продуктивное общение и тимбилдинг. Продуктивное общение.

39. Коммуникативные приемы формирования понимания и доверия: активное слушание, техника Я-высказывания, техника вопросов.

40. Барьеры общения: как предупредить искажение информации. Фреймы уместности. Речевой этикет. Netiquette (сетевой этикет).

41. Личное и групповое общение. Поведение в группе: пассивное, агрессивное, ассертивное.

42. Правила и техники ассертивного поведения.

43. Лидерство (П. Ленсиони, Дж. Максвелл). Диагностика лидерских качеств.

44. Командообразование.
45. Психологическое сопровождение решения проблем и разрешения конфликтов.
46. Самопрезентация (осознанность). Презентационный конструктор: письменная или медиа презентация, практика визуального мышления (Д. Наст), идеальный питч.
47. Современные способы самопрезентации: резюме, визитная карточка, сайт. Искусство публичного выступления (Б. Минто).

ТЕМА 7. Возрастные особенности саморазвития личности

1. Особенности развития самосознания в раннем возрасте.
2. Особенности развития самосознания в дошкольном возрасте.
3. Особенности развития самосознания в младшем школьном и в подростковом возрастах.
4. Особенности развития самосознания в юности.
5. Развитие субъективной реальности от рождения до 18 лет.
6. Сферы самопознания и саморазвития во взрослости.
7. Развитие субъективной реальности от 17 до 62... лет.
8. Особенности саморазвития в ранней, средней и поздней взрослости.
9. Проблема саморазвития в периодизации Э.Эриксона.

ТЕМА 8. Психолого-педагогическое сопровождение саморазвития личности

1. Педагогические технологии, ориентированные на саморазвития личности.
2. Психологические технологии, ориентированные на саморазвития личности.
3. Самоменеджмент. Диагностика способности к самоуправлению.
4. Время в жизни человека.
5. Жизненные перспективы личности и организация времени.
6. Анализ «поглотителей» времени.
7. Техника самоменеджмента.
8. Система планирования времени.
9. Методика разработки личных жизненных планов.
10. Возможности социально-психологического тренинга в саморазвитии личности.
11. Методы преодоления жизненных кризисов и развития эмоциональной устойчивости;
12. Профессиональная компетентность и пути самосовершенствования в профессиональной области
13. Развитие творческого потенциала личности
14. Личностное самоуправление и эмоциональное подкрепление как факторы жизненных успехов.

Примерная тематика эссе

1. Активность как функция субъектности человека.
2. Психологические механизмы саморазвития.
3. Мой жизненный путь к успеху
4. Жизненный путь личности: осознаваемые и неосознаваемые аспекты.
5. Индивидуальные особенности личности как условие ее продуктивности

Пример творческого задания

Задание 1. Ответьте на вопрос теста и на основании результата сделайте вывод о пути собственного саморазвития. Проведите анализ своих ограничений саморазвития

Тест оценивает 11 потенциальных ограничений:

1. Неумение управлять собой: неспособность в полной мере использовать свое время, энергию, умения; неспособность справляться со стрессами современной жизни управленца.
2. Размытость личных ценностей: отсутствие ясного понимания своих личных ценностей; наличие ценностей, не соответствующих условиям современной деловой и частной жизни.
3. Смутные личные цели: отсутствие ясности в вопросе о целях своей личной или деловой жизни; наличие целей, несовместимых с условиями современной работы и жизни.
4. Остановленное саморазвитие: отсутствие настроенности и восприимчивости к новым ситуациям и возможностям.

5. Недостаточность навыка решать проблемы: отсутствие стратегии, необходимой в принятии решений, а также способности решать современные проблемы.

6. Недостаток творческого подхода: отсутствие способностей генерировать достаточно новых идей; неумение использовать новые идеи.

7. Неумение влиять на людей: недостаточная способность обеспечивать участие и помощь со стороны окружающих или влиять на их решения.

8. Недостаточное понимание особенностей управленческого труда: недостаток понимания мотивации работников; устаревшие, негуманные или неуместные представления о роли руководителей.

9. Слабые навыки руководства: отсутствие практических способностей добиваться результата от работы подчиненных.

10. Неумение обучать: отсутствие способности обучать или же помогать другим развивать и расширять свои возможности.

11. Низкая способность формировать коллектив: неспособность содействовать развитию и повышению эффективности рабочих групп и коллективов.

Задание 2. Подготовьте презентацию книги или фильма, оказавшей влияние на Ваше саморазвитие.

Пример кейс-задач

Задача 1. В настоящее время разрабатываются теории, в которых мозг рассматривается как самопрограммируемый суперкомпьютер. Согласны ли вы с такими подходами и почему? Прокомментируйте приведенные фрагменты и сформулируйте свое отношение к этим идеям.

1. И. З. Цехмистро в работе «Поиски квантовой концепции физических оснований сознания» разрабатывает идею о мозге как суперкомпьютере. В качестве носителей кодов (регуляторов) верхнего уровня (например, совести и т.п.) мозг, как суперсистема, содержит паттерны, которые могут взаимно исключать друг друга, самоподдерживаться, быть нейтральными. Каждый из этих кодов осуществляет верхнеуровневый контроль над нижнеуровневым процессорным центром, который в свою очередь контролирует функционирование тела и, кроме того, отвечает за создание новых кодов верхнего уровня. Эти новые коды конструируются мозговыми процессорами в согласии с причинными квантово-механическими законами на локализованных персональных данных, т.е. каждый новый код образуется (в соответствии с директивами от текущего верхнеуровневого кода) путем интегрирования информации, идущей от внешних стимулов и от блоков кодирования, хранящих ее в своей памяти. Этот причинный процесс конструирования с необходимостью создает, в соответствии со свойствами квантово-теоретических законов, не один новый код, а суперпозицию многих, с их собственными квантомеханическими весами. Личностное, человеческое мышление создает образ физического мира путем выбора одного кода из множества суперпозированных кодов. Этот выбор почти полностью определяется действующими квантово-теоретическими законами в условиях локализованных личных данных. Таким образом, процесс селекции управляющих программ личностного поведения даже с точки зрения квантовой механики имеет как причинно-личностный, так и стохастически-неперсональный аспект.

2. Э. Морэн в статье «Дух и мозг» предлагает рассматривать мозг как гигантскую «мегавычислительную» систему, используя для объяснения ее функционирования термины «язык», «понятия», «логика». С помощью этих средств «машина мозга» способна развивать и преобразовывать «вычисления» в «размышления», в ткань человеческой мысли: «Сознание реагирует на условия своего образования и потенциально способно контролировать и доминировать над тем, что оно производит, и распространять свой контроль за эти пределы (как йоги, которые сознательно контролируют биение своего сердца)». Сознание через эту связь как бы присутствует в вычислениях, приводящих в действие каждую клетку, будь то клетка печени, сердца или нервов; в межполивычислении, которое обеспечивает организаторскую межполиклеточную деятельность; в возникновении возникновения возникновения, осуществляющих появление новых качеств на каждом уровне качеств, становящихся основой для развития высших уровней. «И тогда, — пишет Э. Морэн, — из специфических и дифференцированных межполивычислении, происходящих в невоцеребральном аппарате, развиваются вычисления вычислений, петлевые межвычисления, в которых химико-электрические процессы, кодирование, коммуникации, вычисления и, наконец,

размышления взаимно генерируют друг друга и производят в этом же самом процессе рекурсивную, организационно-производительную целостность мозг—дух. Исходя из этого, можно понять медитации, трансформации, метаморфозы, которые производят в единой цепи и молекулярные взаимодействия, и ассоциации идей».

Типовые вопросы для подготовки к зачету

1. Понятие о саморазвитии как междисциплинарной категории.
2. Философский подход к изучению саморазвития.
3. Педагогический подход к изучению саморазвития.
4. Психологический подход к изучению саморазвития.
5. Ценность и ограничения саморазвития.
6. Соотношение понятий «развитие» и «саморазвитие». Определение понятия «саморазвитие».
7. Показатели, основные характеристики и закономерности саморазвития человека.
8. Зарубежные подходы к изучению проблемы саморазвития.
9. Понятие «аттитюд». Концепция М.Рокича: понятие «Я», ценности и аттитюды. Типология аттитюдов по М.Фишбейну (аттитюд к действию, аттитюд к объекту).
10. Роль самоактуализации в работах А.Маслоу.
11. Развитие Я-концепции в теории личности К.Роджерса.
12. Роль судьбы и отношения к ней человека по В.Франклу.
13. Понятие личностного роста в психологии саморазвития.
14. Личностный рост или актуализация «Я» по К.Роджерсу.
15. Взгляд А.Маслоу в понимании личностного роста. Личностный рост по В.Франклу. Понимание личностного роста К.Юнгом, А.Адлером, Э.Эриксоном, А.Менегетти.
16. Основные подходы к изучению саморазвития в отечественной психологии.
17. Личность – активное начало, субъект развития (Л.С. Выготский, Б.Г. Ананьев, А.Н. Леонтьев).
18. В.В. Столин о проблеме «Я» в психологии.
19. Самоотношение и личностный смысл «Я» по С.Р. Пантилееву.
20. Концепция отношений личности В.Н.Мясищева.
21. Понятие «социальная установка» Д.М.Узнадзе.
22. Механизмы регуляции социально ориентированного поведения в теории Ш.А. Надирашвили. Проблема саморегуляции, представленная Л.И. Анциферовой.
23. Зрелая личность – активный субъект саморазвития (А.А. Реан)
24. Проблема активности личности, жизненной стратегии в трудах К.А. Абульхановой-Славской.
25. Понятия субъекта, субъектности, субъектной позиции, субъектности развития, субъективности. Личность как инстанция, управляющая саморазвитием человека.
26. Модели саморазвития: эффективный стиль жизни (В.Н. Дружинин), созидание жизненного пути (К.В. Карпинский), гомеорез – личностная самоорганизация – и гетеростаз (сверхадаптивное, свободное, надситуативное в поведении человека (Э.В. Галажинский), «жизне-творчество» (Д.А. Леонтьев), жизненные цели (А. Лакейн).
27. Самопознание и саморазвитие когнитивных способностей личности и эффективного поведения.
28. Технологии эффективной аргументации собственной точки зрения. Эффективное атрибуирование (каузальные атрибуции). Information flow (управление потоком информации) и креативность.
29. Развитие когнитивных составляющих мотивации. Модель эффективного поведения личности (А. Бандура). Методы развития силы воли и формирования навыка (К. МакГонигал, Б. Фурман).
30. Сознание и самосознание как органы саморазвития человека. Активность как функция субъектности человека.
31. Психологические механизмы саморазвития.
32. Понятие жизненного пути человека. Назначение саморазвития на жизненном пути человека. Жизнетворчество как стратегия жизни саморазвивающейся личности.
33. Саморазвитие и зрелость личности.

34. Барьеры саморазвития: стереотипы, привычки, ригидность («бегство от свободы» Э. Фромм), «выученная беспомощность» М. Селигмен, В.Г. Ромек, М. Боуэн, «уход от ответственности» В. Франкл) и риски саморазвития: социальный риск, риск несоответствия, риск выбора, риск самораскрытия (Б.М. Мастеров).
35. Психология деятельности. Виды деятельности. Структура деятельности. Саморазвитие как деятельность. Характеристика целей саморазвития.
36. Базовые мотивы саморазвития.
37. Жизненные принципы и жизненные ориентации как мотивирующие факторы саморазвития человека.
38. Индивидуальный стиль профессиональной деятельности и этапы его формирования. Основные «векторы» профессионального саморазвития.
39. Самоутверждение. Самосовершенствование. Самоактуализация и самореализация.
40. Саморазвитие и личностный рост.
41. Общая характеристика самопознания как процесса. Цели и мотивы самопознания. Способы и средства самопознания.
42. Результаты самопознания. Идентификация и рефлексия как механизмы самопознания. Барьеры самопознания.
43. Принципы самопознания. Принцип интериоризации, принцип социального сравнения, принцип самоатрибуции, принцип смысловой интеграции.
44. Сферы самопознания. Личностно-характерологические особенности; мотивационно-ценностная сфера личности; эмоционально-волевая сфера личности; сфера способностей и возможностей; познавательная сфера личности; сфера внешнего облика; сфера особенностей темперамента; сфера отношений с другими людьми; сфера деятельности; сфера собственного жизненного пути.
45. Области самопознания: сознание, бессознательное.
46. Осознание архетипов по К.Юнгу. Модель Д.Лафта, Г.Инграма «Окно Джогари».
47. Я-концепция – совокупность представлений о себе. Структура Я-концепции: Я-реальное, Я-идеальное, зеркальное «Я». Представление о себе, формирование самооценки. Значение Я-концепции в жизнедеятельности человека.
48. Самопринятие и его стратегии: позитивное отношение. Способы достижения и поддержания самопринятия.
49. Самообразование как средство саморазвития. Самовоспитание как средство саморазвития. Специфические психологические средства саморазвития
50. Возрастные особенности развития самосознания и самопознания как необходимого условия саморазвития личности.
51. Возрастные этапы саморазвития личности. Становление субъектной позиции и социальной активности как качественной характеристики саморазвития личности.
52. Особенности форм саморазвития на разных этапах онтогенеза. Обобщенная характеристика саморазвития человека на различных возрастных этапах.
53. Общая характеристика процесса психолого-педагогического сопровождения саморазвития личности.
54. Актуальные программы управления саморазвитием: Самовоспитание. Целеполагание. Soft skills.
55. Структура программы саморазвития. Шаги составления программы саморазвития. Прогнозирование рисков самопознания и саморазвития. Учет барьеров саморазвития. Формирование и апробация программы личностного и/или профессионального саморазвития.
56. Педагогические технологии, ориентированные на саморазвития личности.
57. Психологические технологии, ориентированные на саморазвития личности.

8. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины

а) Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины

основная

1. Гуревич, П. С. Психология личности : учебник ; ВО - Бакалавриат/Московский государственный университет им. М.В. Ломоносова, факультет психологии. - Москва:ООО "Научно-

издательский центр ИНФРА-М", 2022. - 479 с. - URL: <http://znanium.com/catalog/document?id=385866>.

2. Гуревич, П. С. Психология : учебник ; ВО - Бакалавриат, Магистратура, Специалитет, Аспирантура/Московский государственный университет им. М.В. Ломоносова, факультет психологии. - Москва:ООО "Научно-издательский центр ИНФРА-М", 2022. - 332 с. - URL: <http://znanium.com/catalog/document?id=399277>.

3. Караванова, Л. Ж. Психология : учеб. пособие ; ВО - Бакалавриат/Российский университет дружбы народов. - Москва:Издательско-торговая корпорация "Дашков и К", 2020. - 264 с. - URL: <http://znanium.com/go.php?id=1091842>.

4. Резник, С. Д. Персональный менеджмент : учебник; ВО - Бакалавриат/Пензенский государственный университет архитектуры и строительства; Национальный исследовательский Нижегородский государственный университет им. Н.И. Лобачевского; Пензенский государственный университет архитектуры и строительства. - Москва:ООО "Научно-издательский центр ИНФРА-М", 2020. - 453 с. - URL: <http://new.znanium.com/go.php?id=1044377>.

5. Ступницкий, В. П. Психология : учебник ; ВО - Бакалавриат/Российский экономический университет им. Г.В. Плеханова. - Москва:Издательско-торговая корпорация "Дашков и К", 2020. - 516 с. - URL: <http://znanium.com/go.php?id=1092990>.

6. Тарасова, С. И. Практическая психодиагностика : учебное пособие/С. И. Тарасова ; СтГАУ. - Ставрополь:АГРУС, 2018. - 1,95 МБ

7. Тарасова, С. И. Психодиагностика профессионально важных свойств и деловых качеств : учебное пособие/С. И. Тарасова ; СтГАУ. - Ставрополь:АГРУС, 2018. - 1,52 МБ

дополнительная

1. Кови, С. Семь навыков высокоэффективных людей: Мощные инструменты развития личности : Аспирантура. - Москва:ООО "Альпина Паблишер", 2016. - 378 с. - URL: <http://new.znanium.com/go.php?id=923768>.

2. Немов, Р. С. Психология : учебник для бакалавров для студентов вузов по непсихол. специальностям/Р. С. Немов. - М.:Юрайт, 2013. - 639 с.

3. Столяренко, Л. Д. Психология и педагогика : учеб. пособие для бакалавров/Л. Д. Столяренко, В. Е. Столяренко. - М.:Юрайт, 2012. - 671 с.

4. Шалунова, М. Личная эффективность : сборник научных трудов. - Москва:ООО "Альпина Паблишер", 2016. - 218 с. - URL: <http://new.znanium.com/go.php?id=914158>.

Список литературы верен

М.В. Обновленская

9. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» (далее - сеть «Интернет»), необходимых для освоения дисциплины

1. <http://psychology.net.ru/> Мир психологии
2. <http://psyjournals.ru/> Портал психологических изданий
3. <http://vorpsy.ru> Журнал «Вопросы психологии»
4. <http://www.pedlib.ru/> Педагогическая библиотека
5. <http://azps.ru/> Портал по Психологии
6. <http://magazine.mospsy.ru/> Московский психологический журнал
7. pedagogika-rao.ru Педагогика Научно-теоретический журнал РАО

10. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины Лекционные занятия

Основа освоения дисциплины – лекция, целью которой является целостное и логичное рассмотрение основного материала курса. Вместе с тем значимость лекции определяется тем, что она не только способствует выработке логического мышления, но и способствует развитию интереса к пониманию современной действительности.

Задача студентов в процессе умелой и целеустремленной работы на лекциях – внимательно слушать преподавателя, следить за его мыслью, предлагаемой системой логических посылок, доказательств и выводов, фиксировать (записывать) основные идеи, важнейшие характеристики понятий, теорий, наиболее существенные факты. Лекция задает направление, содержание и эффек-

тивность других форм учебного процесса, нацеливает студентов на самостоятельную работу и определяет основные ее направления (подготовку к практическим занятиям, выполнение творческих заданий, рефератов, решение контекстных задач).

Записывание лекции – творческий процесс. Запись лекции крайне важна. Это позволяет надолго сохранить основные положения лекции; способствует поддержанию внимания; способствует лучшему запоминанию материала. Важно уметь оформить конспект так, чтобы важные моменты были выделены графически, а главную информацию следует выделять в самостоятельные абзацы, фиксируя ее более крупными буквами или цветными маркерами. Конспект должен иметь поля для заметок. Это могут быть библиографические ссылки и, наконец, собственные комментарии. Для быстрой записи текста можно придумать условные знаки, при этом таких знаков не должно быть более 10–15. Условные обозначения придумывают для часто встречающихся слов (существует, который, каждый, точка зрения, на основании и т.п.).

Перед каждой лекцией необходимо внимательно прочитать материал предыдущей лекции. В рабочей тетради графически выделить: тему лекции, основные теоретические положения. Подготовленный студент легко следит за мыслью преподавателя, что позволяет быстрее запоминать новые понятия, сущность которых выявляется в контексте лекции. Повторение материала облегчает в дальнейшем подготовку к экзамену. Затем надо ознакомиться с материалом темы по учебнику, внести нужные уточнения и дополнения в лекционный материал. После усвоения каждой темы рекомендуется проверять свои знания, отвечая на контрольные вопросы по теме.

Лабораторные занятия

Целью лабораторных занятий является закрепление, расширение, углубление теоретических знаний, полученных на лекциях и в ходе самостоятельной работы, развитие познавательных способностей.

Являясь частью образовательного процесса, семинар преследует ряд основополагающих задач:

- работа с источниками, которая идет на уровнях индивидуальной самостоятельной работы и в ходе коллективного обсуждения;
- формирование умений и навыков индивидуальной и коллективной работы, позволяющих эффективно использовать основные методы исследования, грамотно выстраивать его основные технологические этапы (знакомство с темой и имеющейся по ней информацией, определение основной проблемы, первичный анализ, определение подходов и ключевых узлов механизма ее развития, публичное обсуждение, предварительные выводы);
- анализ поставленных проблем, умение обсуждать тему, высказывать свое мнение, отстаивать свою позицию, слушать и оценивать различные точки зрения, конструктивно полемизировать, учиться думать, говорить, слушать, понимать, находить точки соприкосновения разных позиций, их разумного сочетания;
- формирование установок на творчество;
- диалог, внутренний и внешний; поиск и разрешение проблемы в рамках имеющейся о ней информации;
- поиск рационального зерна в самых противоречивых позициях и подходах к проблеме;
- открытость новому и принципиальную возможность изменить свою позицию и вытекающие из нее решения, в случае получения новой информации и связанных с ней обстоятельств сознательный отход от подготовленного к семинару текста во время своего, построенного на тезисном изложении фактов и мыслей, когда конспект привлекается лишь в том случае, когда надо привести какие-то факты.

Для эффективной работы на практическом занятии студенту необходимо учесть и выполнить следующие требования по подготовке к нему:

1. Внимательно прочитать, как сформулирована тема, определить ее место в учебном плане курса, установить взаимосвязи с другими разделами.
2. Познакомиться с целью и задачами работы на практическом занятии, обратив внимание на то, какие знания, умения и навыки студент должен приобрести в результате активной познавательной деятельности.
3. Проработать основные вопросы и проблемы (задания), которые будут рассматриваться и обсуждаться в ходе практического занятия.

4. Подобрать литературу по теме занятия; найти соответствующий раздел в лекциях и в рекомендуемых пособиях.

5. Добросовестно проработать имеющуюся научную литературу (просмотреть и подобрать информацию, сделать выписки (конспектирование узловых проблем), обработать их в соответствии с задачами практического занятия).

6. Обдумать и предложить свои выводы и мысли на основании полученной информации (предварительное осмысление).

7. Продумать развернутые законченные ответы на предложенные вопросы, предлагаемые творческие задания и контекстные задачи, опираясь на материал лекций, расширяя и дополняя его данными из учебника, дополнительной литературы, составить план ответа, выписать терминологию.

Видами заданий на практических занятиях:

- *для овладения знаниями*: чтение текста (учебника, первоисточника, дополнительной литературы), работа со словарями и справочниками, ознакомление с нормативными документами, учебно-исследовательская работа, использование аудио- и видеозаписей, компьютерной техники и Интернета и др.

- *для закрепления и систематизации знаний*: работа с конспектом лекции, обработка текста, повторная работа над учебным материалом (учебника, первоисточника, дополнительной литературы, аудио и видеозаписей, ответы на контрольные вопросы, аналитическая обработка текста, подготовка мультимедиа сопровождения к защите рефератов, и др.

- *для формирования умений*: решение контекстных задач, подготовка к деловым играм, выполнение творческих заданий, анализ профессиональных умений с использованием аудио- и видеотехники и др.

Работа с научной и учебной литературой

Важнейшим средством информации, распространения знаний является книга. Работа с книгой состоит в том, чтобы облегчить специалистам возможность добывать из книги необходимые знания, отобрать нужную информацию наиболее эффективно и при возможно меньших затратах времени.

Приступая к изучению дисциплины необходимо внимательно просмотреть список основной и дополнительной литературы, определить круг поиска нужной информации. Если книг на одну тему несколько, то необходимо, прежде всего, просмотреть их, ознакомиться с оглавлением, содержанием предисловием, аннотацией или введением, характером и стилем изложения материала. Выбор необходимой литературы и периодики осуществляется самостоятельно, так как даже опытный библиограф не в состоянии учесть индивидуальные интересы.

Обучающийся должен внимательно изучить электронные каталоги и картотеки. Лаконичные каталожные карточки несут богатую информацию: фамилия автора, название книги, его подзаголовок, научное учреждение, подготовившее издание, название издательства, год выхода книги, количество страниц. Обязательный справочный материал поможет вам в подборе необходимой литературы.

Изучение книги целесообразно начинать с предварительного знакомства с ней: просмотреть введение, оглавление, заключение, библиографию или список использованной литературы. Во введении или предисловии автор обычно формулирует задачи, которые ставятся в книге. Внимательно изучив оглавление, студент узнает общий план книги, содержание ее, а в научных трудах и основные мысли автора. К оглавлению полезно обращаться не только при предварительном знакомстве с книгой, но и в процессе повторного и выборочного чтения, завершения его.

После предварительного знакомства с книгой следует приступить к первому чтению, главная цель которого - понять содержание в целом. Это предварительное чтение - знакомство с книгой и выделение в ней всего того, что наиболее существенно и требует детальной проработки в другое время.

Следующим этапом является повторное чтение или чтение с проработкой материала - это критический разбор читаемого с целью глубокого проникновения в его сущность, конспектирования.

Рекомендации по подготовке к промежуточной аттестации

Формой итогового контроля знаний студентов по дисциплине является зачет.

Промежуточная аттестация, проводимая в форме зачета, служит формой проверки успешного усвоения учебного материала лекционных, практических и семинарских занятий, выполнения студентами лабораторных работ.

Результаты сдачи зачетов оцениваются в ведомостях отметкой «зачтено», «не зачтено». Промежуточная аттестация в форме зачета может проводиться как в конце семестра, так и по завершении изучения дисциплины (модуля), в соответствии с графиком учебного процесса, действующим учебным планом по образовательной программе.

По результатам работы в семестре и текущего контроля успеваемости студент может получить:

- «Зачтено» - 55 баллов и выше (при условии выполнения всех мероприятий учебного плана);

- «Не зачтено» - менее 54 баллов.

Сдача зачета может добавить к балльно-рейтинговой оценке студентов до 10 баллов. При сдаче зачета к заработанным в течение семестра студентом баллам прибавляются баллы, полученные на зачете.

11. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине, включая перечень лицензионного и свободно распространяемого программного обеспечения, в том числе отечественного производства и информационных справочных систем (при необходимости).

11.1 Перечень лицензионного программного обеспечения

ABBYY FineReader 12 Business 1 year

Microsoft Windows Server STDCORE All Lng License/ Software Assurance Pack

Academic OLV 16 Licenses Level E Additional Product Core Lic 1 Year

Microsoft SQL CAL All Lng License/ Software Assurance Pack Academic OLV

1 License Level E Enterprise Dvc CAL 1 Year Kaspersky Total Security Russian Edition.

Adobe Creative Cloud for teams – All Apps ALL (Adobe Creative Suite, Adobe Illustrator, Adobe InDesign, Adobe Muse, Adobe Dreamweaver, Adobe Bridge, Adobe Fireworks, Adobe Photoshop, Lightroom, Adobe Photoshop, Adobe Premiere Pro)

11.2 Перечень свободно распространяемого программного обеспечения

MY TestX

Notepad ++

11.3 Перечень программного обеспечения отечественного производства

При осуществлении образовательного процесса студентами и преподавателем используются следующие информационно справочные системы: СПС «Консультант плюс», СПС «Гарант».

12. Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине

Наименование специальных помещений и помещений для самостоятельной работы	Оснащенность специальных помещений и помещений для самостоятельной работы
Учебные аудитории для проведения лекционных занятий: ауд. № 160, площадь - 202,7 м ²	Оснащение: специализированная мебель на 180 посадочных мест, персональный компьютер- 1 шт., проектор Sanyo PLS-XU10 - 1 шт., интерактивная доска SMART Board 690 - 1 шт., трибуна для лектора - 1 шт., микрофон - 1 шт., учебно-наглядные пособия в виде презентаций, информационные плакаты, подключение к сети "Интернет", выход в корпоративную сеть университета.
Учебные аудитории для проведения практических занятий: ауд. № 173а, площадь - 31,9 м ²	Оснащение: специализированная мебель на 12 посадочных

	мест, персональные компьютеры- 12 шт., интерактивная доска - 1 шт., проектор - 1 шт., классная доска- 1 шт., учебно-наглядные пособия в виде презентаций, информационные плакаты, подключение к сети "Интернет", доступ в доступ в электронную информационно-образовательную среду университета, выход в корпоративную сеть университета.
ауд. № 182, площадь - 32,1 м2	Оснащение: специализированная мебель на 12 посадочных мест, персональные компьютеры- 14 шт., проектор Panasonic PTLB55NTE - 1 шт., интерактивная доска SMART Board 69 - 1 шт., система акустическая Genius Multimedia HI-FISpeaker Systems - 1 шт., учебно-наглядные пособия в виде презентаций, стенд "Основы патентования" с образцами охраняемых документов, стенд специальной литературы, стенда основ схемотехники, подключение к сети "Интернет", доступ в доступ в электронную информационно-образовательную среду университета, выход в корпоративную сеть университета.
Учебные аудитории для самостоятельной работы студентов:	
ауд. Читальный зал научной библиотеки, площадь - 177 м2	Оснащение: специализированная мебель на 100 посадочных мест, персональные компьютеры- 56 шт., телевизор - 1шт., принтер - 1шт., цветной принтер - 1шт.,копировальный аппарат - 1шт., сканер - 1шт.,Wi-Fi оборудование, подключение к сети "Интернет", доступ в электронную информационно-образовательную среду университета, выход в корпоративную сеть университета.
ауд. № 173а, площадь - 31,9 м2	Оснащение: специализированная мебель на 12 посадочных мест, персональные компьютеры- 12 шт., интерактивная доска - 1 шт., проектор - 1 шт., классная доска- 1 шт., учебно-наглядные пособия в виде презентаций, информационные плакаты, подключение к сети "Интернет", доступ в доступ в электронную информационно-образовательную среду университета, выход в корпоративную сеть университета.
Учебные аудитории для групповых и индивидуальных консультаций:	
ауд. № 105, площадь - 45,5 м2	Оснащение :специализированная мебель на 30 посадочных мест, рабочие станции 12 шт., проектор Panasonic PTLB55NTE - 1 шт., интерактивная доска SMART Board 690- 1 шт., учебно-наглядные пособия в виде презентаций, подключение к сети "Интернет", доступ в электронную информационно-образовательную среду университета, выход в корпоративную сеть университета.
Учебные аудитории для текущего контроля и промежуточной аттестации:	
ауд. № 106, площадь - 51,1 м2	Оснащение: специализированная мебель на 27 посадочных мест, рабочие станции 11 шт., проектор Epson EBX18 - 1 шт., учебно-наглядные пособия в виде презентаций, подключение к сети "Интернет", доступ в электронную информационно-образовательную среду университета, выход в корпоративную сеть университета.

13. Особенности реализации дисциплины лиц с ограниченными возможностями здоровья

Обучающимся с ограниченными возможностями здоровья предоставляются специальные учебники и учебные пособия, иная учебная литература, специальные технические средства обучения коллективного и индивидуального пользования, предоставление услуг ассистента (помощни-

ка), оказывающего обучающимся необходимую техническую помощь, а также услуги сурдопереводчиков и тифлосурдопереводчиков.

а) для слабовидящих:

- на промежуточной аттестации присутствует ассистент, оказывающий студенту необходимую техническую помощь с учетом индивидуальных особенностей (он помогает занять рабочее место, передвигаться, прочитать и оформить задание, в том числе записывая под диктовку);
- задания для выполнения, а также инструкция о порядке проведения промежуточной аттестации оформляются увеличенным шрифтом;
- задания для выполнения на промежуточной аттестации зачитываются ассистентом;
- письменные задания выполняются на бумаге, надиктовываются ассистенту;
- обеспечивается индивидуальное равномерное освещение не менее 300 люкс;
- студенту для выполнения задания при необходимости предоставляется увеличивающее устройство;

в) для глухих и слабослышащих:

- на промежуточной аттестации присутствует ассистент, оказывающий студенту необходимую техническую помощь с учетом индивидуальных особенностей (он помогает занять рабочее место, передвигаться, прочитать и оформить задание, в том числе записывая под диктовку);
- промежуточная аттестация проводится в письменной форме;
- обеспечивается наличие звукоусиливающей аппаратуры коллективного пользования, при необходимости поступающим предоставляется звукоусиливающая аппаратура индивидуального пользования;
- по желанию студента промежуточная аттестация может проводиться в письменной форме;

д) для лиц с нарушениями опорно-двигательного аппарата (тяжелыми нарушениями двигательных функций верхних конечностей или отсутствием верхних конечностей):

- письменные задания выполняются на компьютере со специализированным программным обеспечением или надиктовываются ассистенту;
- по желанию студента промежуточная аттестация проводится в устной форме.

Рабочая программа дисциплины «Психология саморазвития личности» составлена в соответствии с требованиями федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по направлению подготовки 38.04.05 Бизнес-информатика и учебного плана по профилю/магистерской программе/специализации «Информационная бизнес-аналитика»

Автор (ы)

к.псих.н., доцент, Строй Г.В.

Рецензенты

д.п.н., доцент Дрожжина Н.Б.

к.п.н., доцент, Лимонова О.О.

Рабочая программа дисциплины «Психология саморазвития личности» рассмотрена на заседании кафедры педагогики, психологии и социологии протокол № 19 от 11 мая 2022 г. и признана соответствующей требованиям ФГОС ВО и учебного плана по направлению подготовки 38.04.05 Бизнес-информатика.

Зав. кафедрой

д.п.н., профессор, Тарасова С.И.

Рабочая программа дисциплины «Психология саморазвития личности» рассмотрена на заседании учебно-методической комиссии факультета экономической протокол № 9 от 19 мая 2022 г. и признана соответствующей требованиям ФГОС ВО и учебного плана по направлению подготовки 38.04.05 Бизнес-информатика.

Руководитель ОП

к.э.н., доцент, Шматко С.Г.

**Аннотация рабочей программы дисциплины
«Психология саморазвития личности»
по подготовке магистра по программе магистратуры
по направлению подготовки**

38.04.05	Бизнес-информатика
код	Наименование направления подготовки
	Информационная бизнес-аналитика
	магистерская программа
Форма обучения – Очная, заочная.	
Общая трудоемкость изучения дисциплины составляет 2 ЗЕТ, 72 час.	
Программой дисциплины предусмотрены следующие виды занятий	<p><u>Очная форма обучения:</u> лекции – 8 ч., в том числе практическая подготовка - 0 ч.; практические (лабораторные) занятия – 8 ч., в том числе практическая подготовка - 0 ч.; самостоятельная работа – 56 ч., в том числе практическая подготовка – 0 ч.</p> <p><u>Заочная форма обучения:</u> лекции – 6 ч., в том числе практическая подготовка - 0 ч.; практические (лабораторные) занятия – 6 ч., в том числе практическая подготовка - 0 ч.; самостоятельная работа – 56 ч., в том числе практическая подготовка - 0 ч.; контроль – 4 ч.</p>
Цель изучения дисциплины	Целью освоения учебной дисциплины является приобретение студентами комплексных знаний о саморазвитии личности, как автора своей жизни, преобразователя общества, природы и самого себя, закономерностей и процессов самоизменения, самопреобразования, активного строительства человеком самого себя на всех уровнях своей организации (физическом, социальном, личностном, духовном), формирование навыков моделирования и управления собственным личностным и профессиональным саморазвитием.
Место дисциплины в структуре ОП ВО	Учебная дисциплина Б1.О.06 «Психология саморазвития личности» является дисциплиной обязательной части программы магистратуры
Компетенции и индикатор (ы) достижения компетенций, формируемые в результате освоения дисциплины	<p>Универсальные компетенции (УК):</p> <p>УК-6 - Способен определять и реализовывать приоритеты собственной деятельности и способы ее совершенствования на основе самооценки</p> <p>УК-6.1 - Находит и творчески использует имеющийся опыт в соответствии с задачами саморазвития</p> <p>УК-6.2 - Самостоятельно выявляет мотивы и стимулы для саморазвития, определяя реалистические цели профессионального роста</p> <p>УК-6.3 - Планирует профессиональную траекторию с учетом особенностей как профессиональной, так и других видов деятельности и требований рынка труда</p>
Знания, умения и навыки, получаемые в процессе изучения дисциплины	<p>Знания:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Знания: задач личностного и профессионального саморазвития - (УК-6.1); - Знания: мотивов и стимулов для саморазвития, определения реалистических целей профессионального роста - (УК-6.2); - Знания: механизмов моделирования профессиональной траектории с учетом особенностей как профессиональной, так и других видов деятельности и требований рынка труда - (УК-6.3);

	<p>Умения:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Умения: находить и творчески использовать имеющийся опыт в соответствии с задачами саморазвития - (УК-6.1); - Умения: самостоятельно выявлять мотивы и стимулы для саморазвития, определяя реалистические цели профессионального роста - (УК-6.2); - Умения: планировать профессиональную траекторию с учетом особенностей как профессиональной, так и других видов деятельности и требований рынка труда - (УК-6.3); <p>Навыки:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Навыки и/или трудовые действия: творческого использования имеющегося опыта в соответствии с задачами саморазвития - (УК-6.1); - Навыки и/или трудовые действия: самостоятельного выявления мотивов и стимулов для саморазвития, определения реалистических целей профессионального роста - (УК-6.2); - Навыки и/или трудовые действия: планирования профессиональной траектории с учетом особенностей как профессиональной, так и других видов деятельности и Навыки и/или трудовые действия: планирования профессиональной траектории с учетом особенностей как профессиональной, так и других видов деятельности и требований рынка труда - (УК-6.3);
<p>Краткая характеристика учебной дисциплины (основные разделы и темы)</p>	<p>Тема 1. Предмет, цели и задачи психологии саморазвития Тема 2. Проблема саморазвития личности в отечественной и зарубежной психологии Тема 3. Саморазвитие как проявление субъектности человека Тема 4. Саморазвитие в контексте жизненного пути человека Тема 5. Саморазвитие личности как специфическая деятельность Тема 6. Формы и средства саморазвития Тема 7. Возрастные особенности саморазвития личности Тема 8. Психолого-педагогическое сопровождение саморазвития личности</p>
<p>Форма контроля</p>	<p><u>Очная форма обучения:</u> семестр <u>1</u> – зачет <u>Заочная форма обучения:</u> курс <u>1</u> – зачет, контрольная работа</p>
<p>Автор(ы):</p>	<p>доцент кафедры информационных систем, к.псих.н., доцент, Строй Г.В.</p>