

## АННОТАЦИЯ

### дисциплины Б1.О.07 «Технологии личностного роста»

**Объем трудоемкости:** 2 зачетные единицы (72 часа, из них – 34,2 ч. контактной работы).

**Цель дисциплины.** Основной целью изучения дисциплины «Технологии личностного роста» является развитие способностей определять и реализовывать приоритеты собственной деятельности и способы ее совершенствования на основе самооценки.

#### **Задачи дисциплины:**

- сформировать у студентов представления о взаимоотношениях личности и общества и понимание процесса самоопределения;
- сформировать у студентов способности к определению и реализации приоритетов собственной деятельности в соответствии с общественно значимыми ценностями, понимание диалектики отношения между требованиями социальной системы и стремлениями субъекта;
- развить навыки самопонимания и самоорганизации, а также обучения им других людей.

#### **Место дисциплины в структуре ООП**

Дисциплина Б1.О.07 «Технологии личностного роста» относится к базовой части Блока 1 «Дисциплины (модули)» учебного плана ООП по направлению подготовки «39.04.01 Социология (уровень магистратуры)».

Курс частично опирается на дисциплину общепрофессиональной психологической подготовки «Психология», но может читаться и без входных требований.

#### **Требования к уровню освоения дисциплины**

Изучение дисциплины «Технологии личностного роста» направлено на формирование компетенций УК-6.

| № п.п. | Индекс компетенции | Содержание компетенции (или её части)                                                                                       | В результате изучения учебной дисциплины обучающиеся должны |                                                                                                          |                                                        |
|--------|--------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------|
|        |                    |                                                                                                                             | знать                                                       | уметь                                                                                                    | владеть                                                |
| 1      | УК-6.              | Способен определять и реализовывать приоритеты собственной деятельности и способы ее совершенствования на основе самооценки | основные принципы формирования и развития личности          | анализировать свои состояния, ресурсы, жизненные цели и организовывать свою активность соответственно им | навыками самопонимания, самоконтроля и самоорганизации |

#### **Основные разделы дисциплины**

Распределение видов учебной работы и их трудоемкость по разделам дисциплины.

| № | Наименование разделов (тем)        | Количество часов |                   |    |    |                      |
|---|------------------------------------|------------------|-------------------|----|----|----------------------|
|   |                                    | Всего            | Аудиторная работа |    |    | Внеаудиторная работа |
|   |                                    |                  | Л                 | ПЗ | ЛР |                      |
| 1 | 2                                  | 3                | 4                 | 5  | 6  | 7                    |
|   | Личность и ее регулятивные системы | 20               | 4                 | 4  | -  | 12                   |
|   | Самоопределение и его модели       | 25,8             | 6                 | 6  | -  | 13,8                 |
|   | Личностный рост                    | 24               | 6                 | 6  | -  | 12                   |
|   | Зачет 0,2                          |                  |                   |    |    |                      |
|   | КСР 2                              |                  |                   |    |    |                      |
|   | Итого                              | 72               | 16                | 16 |    | 37,8                 |

Примечание: Л – лекции, ПЗ – практические занятия / семинары, ЛР – лабораторные занятия, СРС – самостоятельная работа студента

**Курсовые работы:** не предусмотрены

**Форма проведения аттестации по дисциплине:** зачет

**Основная литература:**

*Маралов, В. Г.* Психология саморазвития : учебник и практикум для вузов / В. Г. Маралов, Н. А. Низовских, М. А. Щукина. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 320 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-9916-9979-2. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/453067> (дата обращения: 30.06.2020).

Автор РПД: профессор кафедры социальной психологии и социологии управления,  
кандидат психол.наук, Кимберг А.Н.