

Аннотация к рабочей программы дисциплины  
«Б1.О.05 Технологии личностного роста»

**Объем трудоемкости:** 72 зачетные единицы

**Цель дисциплины:** овладеть способами постановки и реализации социально и индивидуально значимых задач саморазвития, профилактики и коррекции нарушений в развитии личности, сопровождения личностного роста в различных сферах жизнедеятельности.

**Задачи дисциплины:**

Овладеть некоторыми рефлексивными методами оценки разнообразных ресурсов (личностных, психофизиологических, ситуативных, временных и т.д.), используемых для решения задач самоорганизации и саморазвития.

Научиться постановке целей собственной деятельности и организации действий по их достижению с учетом ресурсов, условий, средств, временной перспективы развития деятельности и планируемых результатов.

Овладеть навыками критической оценки эффективности использования личностных ресурсов для совершенствования деятельности.

Научиться адекватно оценивать психологические проблемы человека или группы, выбирать соответствующие методы психологического вмешательства.

Ознакомиться с технологиями поддержки, формирования, развития и коррекции психологических проблем личности или группы.

Овладеть навыками психологического просвещения для различных групп населения по оптимизации личностного роста.

Научиться грамотно использовать информационные ресурсы для передачи психологических знаний аудитории.

**Место дисциплины в структуре образовательной программы**

Дисциплина «Технологии личностного роста» относится к обязательной части Блока 1 "Дисциплины (модули)" учебного плана.

Для освоения дисциплины необходимы знания, полученные по дисциплине бакалавриата «Психология» и дисциплинам магистратуры «Планирование теоретического и эмпирического исследования», «История и методология психологии», «Теории личности», «Психодиагностика в научных и прикладных исследованиях». Дисциплина предшествует изучению таких дисциплин как «Психологические практики и их супервизии», «Личность в экстремальных и стрессовых ситуациях», «Психология безопасности личности».

**Требования к уровню освоения дисциплины**

Изучение данной учебной дисциплины направлено на формирование у обучающихся следующих компетенций:

Код и наименование индикатора*	Результаты обучения по дисциплине
<b>УК-6</b> Способен определять и реализовывать приоритеты собственной деятельности и способы ее совершенствования на основе самооценки	приоритеты собственной деятельности и способы ее совершенствования
ИУК 6.1. Применяет рефлексивные методы в процессе оценки разнообразных ресурсов (личностных, психофизиологических, ситуативных, временных и т.д.), используемых для решения задач самоорганизации и саморазвития.	Знает основные формы личностных и социальных ресурсов саморазвития. Умеет организовывать рефлексивный анализ ресурсов и ограничений саморазвития. Владеет навыками рефлексивного анализа собственных ресурсов.
ИУК 6.2. Определяет приоритеты собственной деятельности, выстраивает планы их достижения.	Знает психологические механизмы построения продуктивной деятельности, целеполагания. Умеет определять основные приоритеты собственной деятельности для достижения максимальной самореализации и продуктивности. Владеет навыками целеполагания и построения стратегий

Код и наименование индикатора*	Результаты обучения по дисциплине
	личностного роста.
ИУК 6.3. Формулирует цели собственной деятельности, определяет пути их достижения с учетом ресурсов, условий, средств, временной перспективы развития деятельности и планируемых результатов.	Знает основные ресурсы, условия, средства саморазвития и целеполагания.
	Умеет формулировать цели собственной деятельности с учетом всех условий и строить план достижения целей.
	Владеет навыками построения траектории целеполагания и достижения целей с учетом социально-психологических условий.
ИУК 6.4. Критически оценивает эффективность использования времени и других ресурсов для совершенствования своей деятельности.	Знает основные социальные и личностные ресурсы самореализации и саморазвития.
	Умеет адекватно оценивать эффективность использования ресурсов в процессе личностного роста и саморазвития.
	Владеет способами оценки эффективности использования различных социальных и личностных ресурсов саморазвития и личностного роста.
ИУК 6.5. Демонстрирует интерес к учебе и использует предоставляемые возможности для приобретения новых знаний и навыков с целью совершенствования своей деятельности.	Знает объективные и личностные средства и ресурсы приобретения новых знаний и навыков саморазвития.
	Умеет использовать личностные, социальные и объективные внешние условия и ресурсы для оптимизации собственной деятельности.
	Владеет навыками приобретения новых знаний, направленных на саморазвитие и совершенствование собственной деятельности.
<b>ОПК-5Способен разрабатывать и реализовывать научно обоснованные программы вмешательства профилактического, развивающего, коррекционного или реабилитационного характера для решения конкретной психологической проблемы отдельных лиц, групп и (или) организаций</b>	
ИОПК 5.1 Выделяет и обозначает психологическую проблему человека или группы; обосновывает цели, способ и ожидаемый результат психологического вмешательства.	Знает социально-психологические особенности развития личности и построения продуктивной деятельности.
	Умеет определять актуальные проблемы человека или группы, формулировать задачи для совершенствования их деятельности.
	Владеет навыками построения траектории развития личности или группы с учетом имеющихся проблем.
ИОПК 5.2 Разрабатывает программы поддержки, формирования, развития и коррекции психологических проблем личности или группы.	Знает социально-психологические механизмы развития личности или группы.
	Умеет разрабатывать программы поддержки, формирования, развития и коррекции психологических проблем личности или группы.
	Владеет способами построения психологической работы, направленной на поддержку, развитие, коррекцию психических процессов и жизнедеятельности личности или группы.
<b>ОПК-7Способен вести просветительскую и психолого-профилактическую деятельность среди различных категорий населения с целью повышения психологической культуры общества и понимания роли психологии в решении социально- и индивидуально значимых задач в сфере охраны здоровья и смежных с ней областей</b>	
ИОПК 7.1 Разрабатывает программы психологического просвещения для различных групп населения с использованием различных дидактических средств	Знает основные направления психологической работы с личностью, группой или самим собой.
	Умеет вести просветительскую работу с различными группами населения, в соответствии с имеющимися задачами.
	Владеет навыками использования дидактических средств для просветительской работы с населением.
ИОПК 7.2 Убедительно сообщает аудитории значимые для нее психологические знания на основе информационных материалов, отвечающих ее потребностям	Знает основные классические и современные представления о развитии и самореализации личности.
	Умеет доносить лично и социально значимую информацию до аудитории.
	Владеет навыками работы с информационными материалами, способствующими развитию личности.

**Содержание дисциплины:**

Распределение видов учебной работы и их трудоемкости по разделам дисциплины.

Разделы (темы) дисциплины, изучаемые во 2 семестре (1 курс)(очно-заочная форма обучения)

№	Наименование разделов (тем)	Количество часов				
		Всего	Аудиторная работа			Внеаудиторная работа
			Л	ПЗ	ЛР	
<b>1</b>	<b>Проблема личностного роста в психологии</b>		<b>10</b>	<b>4</b>		<b>15,8</b>
	1.1 Методологические подходы к проблеме личностного роста		2			
	1.2 Личностный рост. Самореализация. Самоактуализация.		2			
	1.3 Критерии личностного роста. Психологическая зрелость личности		2			
	1.4 Кризисы личностного роста		2			
	1.5 Современные технологии личностного роста		2	4		
<b>2.</b>	<b>Компоненты личностного роста: когнитивный, коммуникативный, регуляторный</b>		<b>0</b>	<b>6</b>		<b>9</b>
	2.1 Когнитивный компонент личностного роста. Характеристика. Методы диагностики и технологии развития			2		
	2.2 Коммуникативный компонент личностного роста. Характеристика. Методы диагностики и технологии развития			2		
	2.3 Регуляторный компонент личностного роста. Характеристика. Методы диагностики и технологии развития			2		
<b>3.</b>	<b>Особенности личности и саморазвитие</b>		<b>6</b>	<b>0</b>		<b>9</b>
	3.1 Мотивационно-потребностная сфера и личностный рост		2			
	3.2 Ценностно-смысловая система и личностный рост		2			
	3.3 Личность и психологическое здоровье		2			
<b>4.</b>	<b>Личностный рост в различных сферах жизнедеятельности</b>		<b>0</b>	<b>6</b>		<b>6</b>
	4.1 Жизненный путь личности			2		
	4.2 Личность и профессиональный рост.			2		
	4.3 Личность и семейные отношения			2		
	<i>ИТОГО по разделам дисциплины</i>	71,8	16	16	0	39,8
	Контроль самостоятельной работы (КСР)	-				
	Промежуточная аттестация (ИКР)	0,2				
	Подготовка к текущему контролю	-				
	Общая трудоемкость по дисциплине	72				

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

**Курсовые работы:** не предусмотрены**Форма проведения аттестации по дисциплине:** зачет

Автор: кандидат психологических наук, доцент, доцент кафедры психологии личности и общей психологии Ю.Б. Шлыкова