

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 «Психология стресса и совладающего поведения», «Психология организационного конфликта и переговоров», «Технология коучинга в карьерном консультировании».

Требования к уровню освоения дисциплины

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

Код и наименование индикатора*	Результаты обучения по дисциплине
УК-6 Способен определять и реализовывать приоритеты собственной деятельности и способы ее совершенствования на основе самооценки	
ИУК 6.1. Определяет стимулы, мотивы и приоритеты собственной профессиональной деятельности и цели карьерного роста.	Знает основные подходы к изучению карьерного самоопределения.
	Умеет определять мотивы и цели собственной профессиональной деятельности и карьерного роста.
	Владеет навыками определения различных компонентов профессиональной деятельности и карьерного роста.
ИУК 6.2. Реализует и корректирует стратегию личностного и профессионального развития на основе самооценки	Знает основные аспекты личностного и профессионального развития и саморазвития.
	Умеет определять стратегии личностного и профессионального роста.
	Владеет навыками самооценки механизмов личностного и профессионального развития.

Код и наименование индикатора*	Результаты обучения по дисциплине
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.
ОПК-5 Способен разрабатывать и реализовывать научно обоснованные программы вмешательства профилактического, развивающего, коррекционного или реабилитационного характера для решения конкретной психологической проблемы отдельных лиц, групп и (или) организаций	
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.
ОПК-7 Способен 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	
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) (очная форма обучения)

№	Наименование разделов (тем)	Количество часов				
		Всего	Аудиторная работа			Внеаудиторная работа
			Л	ПЗ	ЛР	
1	Проблема личностного роста в психологии		10	10		3,8
	1.1 Методологические подходы к проблеме личностного роста		2	2		
	1.2 Личностный рост. Самореализация. Самоактуализация.		2	2		
	1.3 Критерии личностного роста. Психологическая зрелость личности		2	2		
	1.4 Кризисы личностного роста		2	-		
	1.5 Современные технологии личностного роста		2	4		
2.	Компоненты личностного роста: когнитивный, коммуникативный, регуляторный		6	6		4
	2.1 Когнитивный компонент личностного роста. Характеристика. Методы диагностики и технологии развития		2	2		
	2.2 Коммуникативный компонент личностного роста. Характеристика. Методы диагностики и технологии развития		2	2		
	2.3 Регуляторный компонент личностного роста. Характеристика. Методы диагностики и технологии развития		2	2		
3.	Особенности личности и саморазвитие		6	6		4
	3.1 Мотивационно-потребностная сфера и личностный рост		2	2		
	3.2 Ценностно-смысловая система и личностный рост		2	2		
	3.3 Личность и психологическое здоровье		2	2		
4.	Личностный рост в различных сферах жизнедеятельности		6	6		4
	4.1 Жизненный путь личности		2	2		
	4.2 Личность и профессиональный рост.		2	2		
	4.3 Личность и семейные отношения		2	2		
	<i>ИТОГО по разделам дисциплины</i>	71,8	28	28	0	15,8
	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