

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 |
|---|--|
| 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