

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Алтайский государственный педагогический университет»
(ФГБОУ ВО «АлтГПУ»)

УТВЕРЖДАЮ
проректор по образовательной
деятельности

_____ М.О. Тяпкин

**МОДУЛЬ ПРИКЛАДНЫЕ НАПРАВЛЕНИЯ
ПСИХОЛОГИИ ЛИЧНОСТИ**
Психология развития и формирования личности
рабочая программа дисциплины (модуля)

Закреплена за кафедрой	Психологии
Учебный план	Пс_37.04.01_2024.plx 37.04.01 Психология
Квалификация	магистр
Форма обучения	очная
Общая трудоемкость	6 ЗЕТ

Часов по учебному плану	216	Виды контроля в семестрах:
в том числе:		экзамены 2
аудиторные занятия	48	зачеты 1
самостоятельная работа	137	
часов на контроль	27	

Программу составил(и):
канд.псих.н., доцент, Григоричева ирина Викторовна _____

Рабочая программа дисциплины
Психология развития и формирования личности

разработана на основании ФГОС ВО - магистратура по направлению подготовки 37.04.01 Психология (приказ Минобрнауки России от 29.07.2020 г. № 841)

составлена на основании учебного плана 37.04.01 Психология (Уровень: магистратура; квалификация: магистр), утвержденного Учёным советом ФГБОУ ВО «АлтГПУ» от 25.03.2024, протокол № 10.

Рабочая программа одобрена на заседании кафедры
Психологии

Протокол № 7 от 23.01.2024 20:00:00 г.
Срок действия программы: 20242026 уч.г.
Зав. кафедрой Обласова Ольга Владимировна

Распределение часов дисциплины по семестрам

Семестр (<Курс>.<Семестр на курсе>)	1 (1.1)		2 (1.2)		Итого	
Недель	11,8		18,7			
Вид занятий	УП	РП	УП	РП	УП	РП
Лекции	12	12	12	12	24	24
Практические	12	12	12	12	24	24
Контроль самостоятельной работы	2	2	2	2	4	4
Итого ауд.	24	24	24	24	48	48
Контактная работа	26	26	26	26	52	52
Сам. работа	82	82	55	55	137	137
Часы на контроль			27	27	27	27
Итого	108	108	108	108	216	216

1.1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)	
1.1.1	развитие представлений и компетенций магистрантов в сфере возможностей личностного формирования и развития.
1.2. ЗАДАЧИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)	
1.2.1	- углубить представления о развитии личности, росте и саморазвитии;
1.2.2	- дать представление об отдельных психологических теориях личности и направлениях психотерапии в сфере профессионально-личностного саморазвития;
1.2.3	- способствовать овладению отдельными методами самодиагностики психологических особенностей и ресурсов саморазвития личности;
1.2.4	- актуализировать потребность студентов в самопознании и самореализации, развивать рефлекссию, эмпатию, навыки активного слушания, коммуникативные и творческие способности, способность к саморазвитию

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ	
Цикл (раздел) ОП:	К.М.04
2.1	Требования к предварительной подготовке обучающегося:
2.1.1	Базовые знания по общей психологии, возрастной психологии на уровне бакалавриата.
2.2	Дисциплины (модули) и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее:
2.2.1	Организация профессиональной деятельности психолога
2.2.2	Психодиагностика
2.2.3	Психологическая культура и психологическое здоровье
2.2.4	Учебная практика (педагогическая практика)
2.2.5	Основы акмеологии

3. КОМПЕТЕНЦИИ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ, ФОРМИРУЕМЫЕ В РЕЗУЛЬТАТЕ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)	
ПК-6.1: Выявляет специфику психического функционирования человека с учётом особенностей возрастных этапов, кризисов развития, факторов риска и на этой основе проектирует программы психолого-педагогического сопровождения формирования личности	
ПК-6.2: Выявляет специфику психического функционирования человека с учётом особенностей возрастных этапов, кризисов развития, факторов риска и на этой основе разрабатывает и реализует программы психолого-педагогического сопровождения формирования личности	
ПК-5.1: Разрабатывает средства воздействия на межличностные и межгрупповые отношения с учетом социальных, культурных, конфессиональных различий для предупреждения и конструктивного разрешения конфликтных ситуаций, а также формирования благоприятной психологической атмосферы в коллективе	
ПК-5.2: Использует средства воздействия на межличностные и межгрупповые отношения с учетом социальных, культурных, конфессиональных различий для предупреждения и конструктивного разрешения конфликтных ситуаций, а также формирования благоприятной психологической атмосферы в коллективе	
УК-1.1: Владеет принципами и методами критического анализа и оценки проблемных ситуаций на основе системного подхода	
УК-1.2: Вырабатывает стратегию действий через постановку задач и определение алгоритма решения проблемных ситуаций	

В результате освоения дисциплины (модуля) обучающийся должен

3.1	Знать:
3.1.1	-- средства воздействия на межличностные и межгрупповые отношения с учетом социальных, культурных, конфессиональных различий для предупреждения и конструктивного разрешения конфликтных ситуаций, а также формирования благоприятной психологической атмосферы в коллективе
3.1.2	-специфику психического функционирования человека с учётом особенностей возрастных этапов, кризисов развития, факторов риска и на этой основе проектирует программы психолого-педагогического сопровождения формирования личности
3.2	Уметь:
3.2.1	-планировать задачи и траекторию саморазвития в контексте профессиональной деятельности на краткосрочную и долгосрочную перспективы.
3.2.2	- применять принципы самоорганизации в личностном и профессиональном развитии.

3.2.3	- планировать и организовать работу по предупреждению возможного неблагополучия в психическом и личностном развитии
3.3	Владеть:
3.3.1	-навыками саморазвития в контексте профессиональной деятельности на краткосрочную и долгосрочную перспективы.
3.3.2	. - навыками использования средств воздействия на межличностные и межгрупповые отношения для предупреждения и конструктивного разрешения конфликтных ситуаций, а также формирования благоприятной психологической атмосферы в коллективе.
3.3.3	- навыками самоорганизации в личностном и профессиональном развитии.
3.3.4	- стратегией действий через постановку задач и определение алгоритма решения проблемных ситуаций
3.3.5	- навыками разработки и реализации программ психолого-педагогического сопровождения формирования личности

4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Код занятия	Наименование разделов и тем /вид занятия/	Семестр / Курс	Часов	Компетенции	Литература
	Раздел 1. Раздел 1. Теоретические основы психологии развития и формирования личности				
1.1	Понятие личности, теории личности, подходы к развитию личности /Пр/	1	4	УК-1.1 УК-1.2 ПК-5.1 ПК-5.2 ПК-6.1 ПК-6.2	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6 Э1 Э2 Э3
1.2	Понятие личности, теории личности, подходы к развитию личности /Ср/	1	40	УК-1.1 УК-1.2 ПК-5.1 ПК-5.2 ПК-6.1 ПК-6.2	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6 Э1 Э2 Э3
1.3	Личностный рост и профессиональное развитие /Пр/	1	6	УК-1.1 УК-1.2 ПК-5.1 ПК-5.2 ПК-6.1 ПК-6.2	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6 Э1 Э2 Э3
1.4	Личностный рост и профессиональное развитие /Ср/	1	20	УК-1.1 УК-1.2 ПК-5.1 ПК-5.2 ПК-6.1 ПК-6.2	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6 Э1 Э2 Э3
1.5	Средства и барьеры эффективного саморазвития личности /Ср/	1	22	УК-1.1 УК-1.2 ПК-5.1 ПК-5.2 ПК-6.1 ПК-6.2	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6 Э1 Э2 Э3
1.6	Понятие личности, теории личности, подходы к развитию личности /Лек/	1	6	УК-1.1 УК-1.2 ПК-5.1 ПК-5.2 ПК-6.1 ПК-6.2	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6 Э1 Э2 Э3
1.7	Личностный рост и профессиональное развитие /Лек/	1	4	УК-1.1 УК-1.2 ПК-5.1 ПК-5.2 ПК-6.1 ПК-6.2	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6 Э1 Э2 Э3
1.8	Средства и барьеры эффективного саморазвития личности /Лек/	1	2	УК-1.1 УК-1.2 ПК-5.1 ПК-5.2 ПК-6.1 ПК-6.2	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6 Э1 Э2 Э3
1.9	Средства и барьеры эффективного саморазвития личности /Пр/	1	2	УК-1.1 УК-1.2 ПК-5.1 ПК-5.2 ПК-6.1 ПК-6.2	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6 Э1 Э2 Э3
1.10	Зачет /Зачёт/	1	0	УК-1.1 УК-1.2 ПК-5.1 ПК-5.2 ПК-6.1 ПК-6.2	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6 Э1 Э2 Э3
	Раздел 2. Раздел 2. Особенности организации развития и формирования личности				

2.1	Психологический тренинг как метод практической психологии /Пр/	2	4	УК-1.1 УК-1.2 ПК-5.1 ПК-5.2 ПК-6.1 ПК-6.2	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6 Э1 Э2 Э3
2.2	Психологический тренинг как метод практической психологии /Ср/	2	14	УК-1.1 УК-1.2 ПК-5.1 ПК-5.2 ПК-6.1 ПК-6.2	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6 Э1 Э2 Э3
2.3	Тренинг личностного роста, его цель, принципы, структура /Пр/	2	4	УК-1.1 УК-1.2 ПК-5.1 ПК-5.2 ПК-6.1 ПК-6.2	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6 Э1 Э2 Э3
2.4	Тренинг личностного роста, его цель, принципы, структура /Ср/	2	12	УК-1.1 УК-1.2 ПК-5.1 ПК-5.2 ПК-6.1 ПК-6.2	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6 Э1 Э2 Э3
2.5	Личность руководителя и динамика группы в тренинге личностного роста /Ср/	2	7	УК-1.1 УК-1.2 ПК-5.1 ПК-5.2 ПК-6.1 ПК-6.2	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6 Э1 Э2 Э3
2.6	Развитие ресурсов личности в тренинге личностного роста /Ср/	2	12	УК-1.1 УК-1.2 ПК-5.1 ПК-5.2 ПК-6.1 ПК-6.2	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6 Э1 Э2 Э3
2.7	Изменение личности в системе межличностных отношений: психологически игры и упражнения - ресурсы эффективности ТЛР /Пр/	2	4	УК-1.1 УК-1.2 ПК-5.1 ПК-5.2 ПК-6.1 ПК-6.2	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6 Э1 Э2 Э3
2.8	Изменение личности в системе межличностных отношений: психологически игры и упражнения - ресурсы эффективности ТЛР /Ср/	2	10	УК-1.1 УК-1.2 ПК-5.1 ПК-5.2 ПК-6.1 ПК-6.2	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6 Э1 Э2 Э3
2.9	Психологический тренинг как метод практической психологии в организации развития и формирования личности /Лек/	2	4	УК-1.1 УК-1.2 ПК-5.1 ПК-5.2 ПК-6.1 ПК-6.2	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6 Э1 Э2 Э3
2.10	Тренинг личностного роста, его цель, принципы, структура /Лек/	2	4	УК-1.1 УК-1.2 ПК-5.1 ПК-5.2 ПК-6.1 ПК-6.2	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6 Э1 Э2 Э3
2.11	Развитие ресурсов личности в тренинге личностного роста /Лек/	2	4	УК-1.1 УК-1.2 ПК-5.1 ПК-5.2 ПК-6.1 ПК-6.2	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6 Э1 Э2 Э3
2.12	Экзамен /Экзамен/	2	27	УК-1.1 УК-1.2 ПК-5.1 ПК-5.2 ПК-6.1 ПК-6.2	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6

5. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

5.1. Перечень индикаторов достижения компетенций, форм контроля и оценочных средств

ИУК-1.1: Владеет принципами и методами критического анализа и оценки проблемных ситуаций на основе системного подхода

Знает: возможности непрерывного образования и реализует их с учетом личных потребностей и требований профессионального рынка труда

- Вопросы для устного опроса. Вопросы для зачета.

Умеет: реализовать непрерывного образования с учетом личных потребностей и требований профессионального рынка труда.

- Вопросы для зачета. Доклады и сообщения. Контрольная работа. Тестирование.

Владеет: навыками реализации непрерывного образования с учетом личных потребностей и требований профессионального рынка труда.

- Вопросы для зачета. Доклады и сообщения. Контрольная работа. Тестирование

- Вопросы для экзамена. Доклады и сообщения. Контрольная работа. Тестирование

ИУК-1.2: Вырабатывает стратегию действий через постановку задач и определение алгоритма решения проблемных ситуаций

Знает: принципы самоорганизации в личностном и профессиональном развитии

– Вопросы для устного опроса. Вопросы для зачета.

Умеет: применять принципы самоорганизации в личностном и профессиональном развитии.

- Вопросы для зачета. Доклады и сообщения. Контрольная работа. Тестирование.

Владеет: навыками самоорганизации в личностном и профессиональном развитии.

- Вопросы для зачета. Доклады и сообщения. Контрольная работа. Тестирование

- Вопросы для экзамена. Доклады и сообщения. Контрольная работа. Тестирование

ИПК-5.1: Разрабатывает средства воздействия на межличностные и межгрупповые отношения с учетом социальных, культурных, конфессиональных различий для предупреждения и конструктивного разрешения конфликтных ситуаций, а также формирования благоприятной психологической атмосферы в коллективе

Знает: – Вопросы для устного опроса. Вопросы для зачета, вопросы для экзамена.

Умеет: применять принципы самоорганизации в личностном и профессиональном развитии.

- Вопросы для зачета. Доклады и сообщения. Контрольная работа. Тестирование.

Владеет: навыками самоорганизации в личностном и профессиональном развитии.

- Вопросы для зачета. Доклады и сообщения. Контрольная работа. Тестирование

- Вопросы для экзамена. Доклады и сообщения. Контрольная работа. Тестирование

ИПК-5.2: Использует средства воздействия на межличностные и межгрупповые отношения с учетом социальных, культурных, конфессиональных различий для предупреждения и конструктивного разрешения конфликтных ситуаций, а также формирования благоприятной психологической атмосферы в коллективе

Знает: – Вопросы для устного опроса. Вопросы для зачета, вопросы для экзамена.

Умеет: применять принципы самоорганизации в личностном и профессиональном развитии.

- Вопросы для зачета. Доклады и сообщения. Контрольная работа. Тестирование.

Владеет: навыками самоорганизации в личностном и профессиональном развитии.

- Вопросы для зачета. Доклады и сообщения. Контрольная работа. Тестирование

- Вопросы для экзамена. Доклады и сообщения. Контрольная работа. Тестирование

ИПК-6.1 Выявляет специфику психического функционирования человека с учётом особенностей возрастных этапов, кризисов развития, факторов риска и на этой основе проектирует программы психолого-педагогического сопровождения формирования личности

Знает: - Вопросы для устного опроса. Вопросы для зачета, вопросы для экзамена.

Умеет: - Вопросы для зачета, вопросы для экзамена. . Доклады и сообщения. Контрольная работа. Тестирование.

Владеет: компетенциями в сфере планирования и организации работы по предупреждению возможного неблагополучия в психическом и личностном развитии лиц с ограниченными возможностями здоровья.

- Вопросы для зачета. Доклады и сообщения. Контрольная работа. Тестирование

- Вопросы для экзамена. Доклады и сообщения. Контрольная работа. Тестирование

ИПК-6.2 -Выявляет специфику психического функционирования человека с учётом особенностей возрастных этапов, кризисов развития, факторов риска и на этой основе разрабатывает и реализует программы психолого-педагогического сопровождения формирования личности

Знает: - Вопросы для устного опроса. Вопросы для зачета, вопросы для экзамена.

Умеет: – Вопросы для зачета. Доклады и сообщения. Контрольная работа. Тестирование.

Владеет: - Вопросы для зачета. Доклады и сообщения. Контрольная работа. Тестирование

- Вопросы для экзамена. Доклады и сообщения. Контрольная работа. Тестирование

5.2. Технологическая карта достижения индикаторов

ИУК-1.1. ИУК-1.2. ИПК-6.1. ИПК-6.2. ИПК-5.1 ИПК-5.2 - Семинарские занятия: Вопросы для устного опроса (20 баллов). Доклады и сообщения (30 баллов).

ИУК-1.1. ИУК-1.2. ИПК-6.1. ИПК-6.2. ИПК-5.1 ИПК-5.2 - Контрольная работа: Контрольные работы (40 баллов).

ИУК-1.1. ИУК-1.2. ИПК-6.1. ИПК-6.2. ИПК-5.1 ИПК-5.2 - Зачет: Вопросы к зачету (10 баллов).

ИУК-1.1. ИУК-1.2. ИПК-6.1. ИПК-6.2. ИПК-5.1 ИПК-5.2 - Семинарские занятия: Вопросы для устного опроса (20 баллов). Тестовые задания (15 баллов). Доклады и сообщения (15 баллов).

ИУК-1.1. ИУК-1.2. ИПК-6.1. ИПК-6.2. ИПК-5.1 ИПК-5.2 - Контрольная работа: Контрольные работы (40 баллов).

ИУК-1.1. ИУК-1.2. ИПК-6.1. ИПК-6.2. ИПК-5.1 ИПК-5.2 - Зачет: Вопросы к экзамену (10 баллов).

5.3. Формы контроля и оценочные средства

ВОПРОСЫ ДЛЯ УСТНОГО ОПРОСА (в рамках семинарского занятия):

Тема: Понятие личности, теории личности, подходы к ее развитию

1. Понятие личности; подходы к ее развитию.
2. Стратегии развития личности.
3. Личностный рост и условия личностного роста. Я-концепция личности. Осознаваемое и неосознаваемое в образе Я.
4. Жизненные сценарии. Анализ жизненных сценариев. Психологические и социальные роли.
5. Теории личности: А. Адлер, К. Юнг, Э. Берн. Анализ ролевого репертуара личности. Анализ интеракций с позиций различных эго-состояний.
6. Уровень притязаний, локус контроля, СЖО личности.

Тема : Личностный рост и профессиональное развитие

1. Профессиональный выбор личности.
2. Профессиональное обучение.
3. Роль СПТ для профессионального роста.
4. Профессиональные ресурсы, способности, рост, карьера.
5. Профессиональное сообщество.
6. Развитие профессионального потенциала в ТЛР.

Тема : Средства и барьеры эффективного саморазвития личности

1. Средства эффективного саморазвития личности
2. Барьеры саморазвития личности.

Тема: Психологический тренинг как метод практической психологии

1. Психологический тренинг как метод практической психологии; история развития тренинга. История развития тренинга.

2. Специфические черты и основные парадигмы тренинга.
3. Понятие и виды тренингов.
4. Основные процедуры и правила тренинговой работы.
5. Требования к организации тренинговой работы.
6. Психологические особенности тренинговой группы, групповая сплоченность.

Тема: Тренинг личностного роста, его цель, принципы, структура

1. Тренинг личностного роста как форма специального общения.
2. Тренинг личностного роста (ТЛР), его принципы.
3. Отличия ТЛР от других видов тренинга и форм психологического воздействия.
4. Определение целей, задач и форм групповой и индивидуальной работы в ТЛР.
5. Структура ТЛР и функции этапов ТЛР.
6. Стадии ТЛР, их значение и особенности организации.

Тема: Изменение личности в системе межличностных отношений: психологически игры и упражнения - ресурсы эффективности тренинга личностного роста

1. Сценарии и философия занятий ТЛР.
2. Игровой элемент в ТЛР: атрибуты и назначение.
3. Ритуалы и медиатехники в ТЛР.
4. Разогревающие игры и психотехники в ТЛР.
5. Игры, ориентированные на получение обратной связи.
6. Игры социально-перцептивной направленности.
7. Коммуникативные игры.
8. Психотехники, направленные на помощь в решении проблем

ПРИМЕРЫ ТЕСТОВЫХ ЗАДАНИЙ:

1. Выбрать наиболее точное определение образа «Я»:

- а) представление о самом себе;
- б) совокупность представлений человека о себе, своих физических и психических качествах, своей личности;
- в) внутренний мир человека;
- г) самооценка человека;
- д) совокупность представлений человека о самом себе, своих психических качествах, своей личности.

2. В древности самонаблюдение как метод самопознания, назывался:

- а) интровертность;
- б) интуиция;
- в) интроспекция;
- г) экстравертность.

3. Выбрать два наиболее полных и точных определения самоактуализации личности.

Самоактуализация – это:

- а) стремление к самоосуществлению; тенденция вызывать, осуществлять то, что есть в человеке в качестве потенций;
- б) исполнения человеком своих способностей, возможностей, достижение личностных смыслов, своего предназначения в жизни;
- в) развитие познавательных процессов;
- г) понимание своих способностей.

4. В каком возрасте по новому проявляются высшие потребности человека – в самоосуществлении, состояться как личность на своем жизненном пути:

- а) в юношеском возрасте;
- б) дошкольном;
- в) подростковом;
- г) зрелом.

5. Выбрать 3 ответа: понятие самоактуализации включает:

- а) адекватное восприятие мира и людей;
- б) напористое отстаивание своих интересов и ценностей;
- с) высокий уровень психического здоровья и нравственности;
- д) максимальную реализацию всех возможностей человека;
- е) выделение себя из социума с целью индивидуализации.

6. Соотнесите жизненные позиции с поведенческими проявлениями:

- а) Идеализация действительности.
 - б) Крушение надежд.
 - с) Позиция неповиновения.
 - д) Уход от дел.
 - 1) активный бунт
 - 2) проявляются черты: стремление к уединению, брюзжание, мстительность, раздражительность;
 - 3) энтузиазм, позиция новичка;
 - 4) осуществление реальных действий в выбранном направлении;
 - 5) раздражение гнев, протест, мысли, что дальше дела пойдут еще хуже.
- Ответы: а) ____; б) ____; с) ____ д) ____.

7. Развитие личности рассматривается с точки зрения развития мотивов и потребностей, полоролевого поведения в теории:

- а) психоанализ
- б) психосоциальная теория Э. Эриксона
- с) теория мышечного панциря

8. Кто является автором теории, согласно которой развитие личности – это преодоление ею комплекса неполноценности:

- а) З. Фрейд;
- б) В. Франкл;
- в) А. Адлер;
- г) В. Райх;
- д) Э. Берн.

9. Теория личности советского автора заключается в том, что основой структуры личности человека исходит служит предметная деятельность, а именно механизм взаимоотношений с окружающей средой, которые реализуются через иерархию различных деятельностей. Человек находится в определенных общественных отношениях. Этого ученого зовут _____

10. Теория личности предполагающая, что личность - продукт динамического взаимодействия между врожденными потребностями и давлением социальных норм и предписаний - автор теории _____

11. Теория личности зарубежного автора имеет основной постулат: психическая деятельность определяется тем, как человек прогнозирует (конструирует) будущие события, т.е. его мысли и поступки направлены на прогноз ситуации, это теория _____

12. Автор теории, где личность - высшее интегральное образование через систему отношений человека к окружающей действительности. Главное в этих отношениях - связи человека с другими людьми, одновременно являющиеся взаимоотношениями между ними; они образуются и формируются в процессах деятельности. _____

13. Автор идеи: человек становится личностью лишь как субъект общественных отношений _____

14. Личностный рост - это врожденная тенденция к самоактуализации - это идея _____

15. Автор теории, где личность формируется и развивается в определенных культурно-исторических условиях выступает _____

ПРИМЕРНЫЕ ЗАДАНИЯ КОНТРОЛЬНЫХ РАБОТ:

1 семестр Магистрам выставляются рейтинговые баллы за выполнение контрольных работ: Анализ теоретических источников по проблеме саморазвития личности. Психодиагностическая лаборатория.

2 семестр Проектировочное задание. Проведение тренингового упражнения с группой (индивидуально). Разработка и защита одного занятия для тренинга личностного роста студентов (индивидуально) Групповая работа по составлению одного тренингового занятия по заданной теме (развитие одного из аспектов личностного роста) для участников определенного возраста.

Критерии оценки: 1) соответствие предлагаемых упражнений заявленной направленности, этапам/структуре проведения тренинговых форм организации занятий; 2) разнообразие методов активного обучения; 3) наличие обратной связи; 4) состояние участников тренинга (активное, интерес, внимание, эмоциональный отклик и пр.).

ПРИМЕРЫ ЗАДАНИЙ ДЛЯ КОНТРОЛЬНЫХ РАБОТ:

1 семестр Контрольная работа: Анализ теоретических источников по проблеме саморазвития личности.

Инструкция: подготовить отзыв на одну из знаменитых психологических работ по проблеме саморазвития личности. Отзыв озвучивается устно на занятии (в течение 5-7 минут). Форма отзыва предлагается.

1. Адлер А. Индивидуальная психология как путь к познанию и самопознанию человека / [электронный ресурс] – искать в Интернете, <https://avidreaders.ru/book/individualnaya-psihologiya-kak-put-k-poznaniyu.html>

2. Альбуханова-Славская К.А. Проблема индивидуальности в психологии // коллективная монография / Москва: МПСИ, 2009.

3. Ананьев Б.Г. Личность, субъект деятельности, индивидуальность. Москва, 2008.

4. Маслоу А. Мотивация и личность. – СПб. : Питер, 2008.

5. Роджерс К. взгляд на психотерапию, становление человека. Москва, Прогресс, 1994.

6. Рубинштейн С.Л. Человек и мир. // Проблемы общей психологии. – М. : Педагогика, 1973.

7. Слободчиков В.И., Исаев Е.И. Психология развития человека: развитие субъективной реальности в онтогенезе. Москва. – ПСТГУ, 2013.

8. Франкл В. Скажи жизни «Да!»: психолог в концлагере. Москва, 2009.

9. Фромм Э. Бегство от свободы Москва, АСТ, 2011.

10. Берн Э., Люди, которые играют в игры

11. Берн Э., Игры, в которые играют люди
12. Гиппенрейтер Ю.Б., Общаться с ребенком. Как?
13. Шостром Э. Человек-манипулятор: внутреннее путешествие от манипуляции к актуализации. / перевод В.Данченко // Shostrom E.L. Man, the manipulator: The inner journey from manipulation to actualization. Nashville, TN: Abingdon, 1967. К.: PSYLIB, 2003.
14. Шостром Э. Анти - Карнеги. Прихоти удачи (сборник) Минск, 'ТПЦ 'ПОЛИФАКТ'', 1992г. 128 с.
15. Эллис А. Ландж А. Не давите мне на психику! – СПб. : Питер Пресс, 1997. – 224 с.

1 семестр Контрольная работа: психодиагностическая лаборатория.

Инструкция к работе: дан перечень научно-обоснованных методик:

1. Способность к саморазвитию (И.В. Зверевой)
2. Способность к саморазвитию (В. Андреева)
3. Тест «Готовность к самопознанию и саморазвитию» (Т.М. Шамовой)
4. Тест «Оценка самоконтроля» (М. Снайдера)
5. Шкала самооффективности личности (Маддукса и Шеера)
6. Методика изучения общей самооффективности личности (Р. Шварцер, М. Ерусалем в адаптации В. Ромека)

Задание:

- 1) методики найти самостоятельно в указанной психодиагностической литературе,
- 2) методики изучить,
- 3) с целью самопознания, провести на себе все указанные методики,
- 4) овладеть на высоком уровне методикой, чтобы уметь на зачете ответить на любые вопросы по ее содержанию, организации проведения и интерпретации.

2 семестр Контрольная работа: проектировочное задание (пример):

Разработка плана обсуждения на семинаре (в форме круглого стола) одной из психологических теорий личности: «Как использовать знание теории для практической помощи и сопровождения участников тренинга?». Объем работы – 2 страницы.

Выполнение перечисленных контрольных работ по данной дисциплине вариативно, является формой контроля и направлено на формирование:

- способности к рефлексии способов и результатов своих профессиональных действий;
- способности к коммуникации в устной и письменной формах на русском и иностранном языках для решения задач межличностного и межкультурного взаимодействия;
- представлений о возможностях личностного и профессионального роста посредством психологического тренинга;
- мотивации саморазвития личности, личностного роста, профессионального роста, самоактуализации;
- прочных научных знаний о психологических теориях личности и отдельных направлений психотерапии, базирующихся на этих теориях;
- умения использовать и интерпретировать методы психодиагностики различных сфер личности в процессе тренинга личностного роста;
- потребность в самопознании и самореализации способностей.

Выбор темы контрольной работы определен требованиями технологической карты по курсу, в рамках тематики, представленной в перечне вопросов к зачету. В рамках тематики выполненной работы назначается собеседование или консультация с преподавателем. Все виды работ представляются в виде выступлений на практическом занятии.

ВОПРОСЫ К ЗАЧЕТУ:

1. Понятие личности; подходы к ее развитию. Стратегии развития личности.
2. Личностный рост и условия личностного роста. Общение как условие личностного роста. Тренинг личностного роста как форма специального общения.
3. Понятие о тренинге личностного роста. Условия, активизирующие саморазвитие личности в тренинговой группе. Формирование и изменение образа «Я» в ТЛР.
4. Я-концепция как внутренне экзистенциальное ядро личности. Осознаваемое и неосознаваемое в образе Я. Уровень притязаний личности.
5. Психологическая диагностика особенностей Я-концепции (с помощью арттерапевтических и других психотехник).
6. Межличностные отношения как сфера функционирования личности. Анализ межличностных взаимодействий и жизненных сценариев (теории Э. Берна).
7. Теории личности: А. Адлер, К. Юнг. Психологические и социальные роли. Анализ ролевого репертуара личности. Анализ интеракций с позиций различных эго-состояний.
8. Жизненный путь личности. Психологическое время личности. Многогранность образа себя в различных модальностях.
9. Барьеры общения. Средства эффективного общения.
10. Конфликт и его виды. Исследование тактик поведения в конфликте. Развитие навыков активного слушания.
11. Средства саморазвития интеллектуальной сферы личности.
12. Основные подходы к исследованию способностей (Б.М.Теплов, С.Л. Рубинштейн, В.А. Крутецкий). Специальные способности психолога и педагога.
13. Понятие личности в работах отечественных авторов.
14. Структура личности в теориях А.Н. Леонтьева, С.Л.Рубинштейна, К.К.Платонова
15. Средства и методы развития и саморазвития личности.

16. Развитие личности на разных возрастных этапах.

ВОПРОСЫ К ЗАЧЕТУ:

1. Психологический тренинг как метод практической психологии; история развития тренинга.
2. Основные процедуры и правила тренинговой работы.
3. Тренинг личностного роста (ТЛР), его принципы. Отличия ТЛР от других видов тренинга и форм психологического воздействия.
4. Структура ТЛР и функции этапов ТЛР. Стадии ТЛР, их значение и особенности организации.
5. Игровой элемент в ТЛР: атрибуты и назначение.
6. Разогревающие игры и психотехники в ТЛР.
7. Игры, ориентированные на получение обратной связи.
8. Игры социально-перцептивной направленности. Коммуникативные игры.
9. Психотехники, направленные на помощь в решении проблем.
10. Ресурсы социальной адаптации. Механизмы противостояния человека неблагоприятным воздействиям внешней среды.
11. Психологические защиты. Стратегии совладания, их характеристика.
12. Методы групповой саморегуляции. Ассертивный тренинг.
13. Стрессоустойчивость личности и механизмы эмоционально-волевой саморегуляции.
14. Психологические особенности тренинговой группы, групповая сплоченность.
15. Специфические черты и основные парадигмы тренинга. Понятие и виды тренингов.
16. Требования к организации тренинговой работы.
17. Определение целей, задач и форм групповой и индивидуальной работы в тренинге личностного роста.
18. Ритуалы и медиатехники в тренинге личностного роста.
19. Сценарии и философия занятий ТЛР.
20. Динамика группы в тренинге личностного роста.

ТЕМАТИКА ДОКЛАДОВ, СООБЩЕНИЙ:

1 семестр

Игровая терапия: искусство отношений

Практика групповой работы с родителями

Психогимнастика в тренинге

Тренинг взаимодействия родителей с детьми

Коррекция эмоциональных и коммуникативных нарушений у детей и подростков методом игротерапии

Психотехнические упражнения и коррекционные программы

Продуктивная метафора в тренинге

технологии группового тренинга

Психотерапевтические рецепты на каждый день

2 семестр

Тренинг коммуникативных умений

Тренинг самостоятельности у детей

Тренинг уверенности в себе: развитие и реализация новых возможностей

Сказка в тренинге: коррекция, развитие, личностный рост

Общение как условие личностного роста

Формирование и изменение образа «Я» в ТЛР

5.4. Оценка результатов обучения в соответствии с индикаторами достижения компетенций

ИУК-1.1: Владеет принципами и методами критического анализа и оценки проблемных ситуаций на основе системного подхода

ИУК-1.2: Вырабатывает стратегию действий через постановку задач и определение алгоритма решения проблемных ситуаций

ИПК-5.1: Разрабатывает средства воздействия на межличностные и межгрупповые отношения с учетом социальных, культурных, конфессиональных различий для предупреждения и конструктивного разрешения конфликтных ситуаций, а также формирования благоприятной психологической атмосферы в коллективе

ИПК-5.2: Использует средства воздействия на межличностные и межгрупповые отношения с учетом социальных, культурных, конфессиональных различий для предупреждения и конструктивного разрешения конфликтных ситуаций, а также формирования благоприятной психологической атмосферы в коллективе

ИПК-6.1: Выявляет специфику психического функционирования человека с учётом особенностей возрастных этапов, кризисов развития, факторов риска и на этой основе проектирует программы психолого-педагогического сопровождения формирования личности

ИПК-6.2: Выявляет специфику психического функционирования человека с учётом особенностей возрастных этапов, кризисов развития, факторов риска и на этой основе разрабатывает и реализует программы психолого-педагогического сопровождения формирования личности

Неудовл.: не достигнут *

Удовл. Пороговый уровень:

Фрагментарно знает средства воздействия на межличностные и межгрупповые отношения с учетом социальных, культурных, конфессиональных различий для предупреждения и конструктивного разрешения конфликтных ситуаций, а также формирования благоприятной психологической атмосферы в коллективе, специфику психического функционирования человека с учётом особенностей возрастных этапов, кризисов развития, факторов риска и на этой

основе проектирует программы психолого-педагогического сопровождения формирования личности, задачи и траекторию саморазвития в контексте профессиональной деятельности на краткосрочную и долгосрочную перспективы. Осознает ряд возможностей непрерывного образования рынка труда. Нечетко знает ряд принципов самоорганизации в личностном развитии.

С трудом планирует задачи и траекторию саморазвития в контексте профессиональной деятельности на краткосрочную и долгосрочную перспективы, применяет принципы самоорганизации в личностном и профессиональном развитии.

Допускает ошибки в реализации навыков саморазвития в контексте профессиональной деятельности на краткосрочную и долгосрочную перспективы, средств воздействия на межличностные и межгрупповые отношения для предупреждения и конструктивного разрешения конфликтных ситуаций, а также формирования благоприятной психологической атмосферы в коллективе.

Хорошо. Базовый уровень:

Способен четко определять средства воздействия на межличностные и межгрупповые отношения с учетом социальных, культурных, конфессиональных различий для предупреждения и конструктивного разрешения конфликтных ситуаций, а также формирования благоприятной психологической атмосферы в коллективе, специфику психического функционирования человека с учётом особенностей возрастных этапов, кризисов развития, факторов риска и на этой основе проектирует программы психолого-педагогического сопровождения формирования личности, задачи и траекторию саморазвития в контексте профессиональной деятельности на краткосрочную и долгосрочную перспективы. .

Периодически реализует принципы самоорганизации в личностном и профессиональном развитии. Планирует работу по предупреждению возможного неблагополучия в психическом и личностном развитии лиц с ограниченными возможностями здоровья. Владеет организацией саморазвития в контексте профессиональной деятельности на краткосрочную и долгосрочную перспективы, средств воздействия на межличностные и межгрупповые отношения для предупреждения и конструктивного разрешения конфликтных ситуаций, а также формирования благоприятной психологической атмосферы в коллективе.

Отлично. Высокий уровень:

В полной мере средства воздействия на межличностные и межгрупповые отношения с учетом социальных, культурных, конфессиональных различий для предупреждения и конструктивного разрешения конфликтных ситуаций, а также формирования благоприятной психологической атмосферы в коллективе, специфику психического функционирования человека с учётом особенностей возрастных этапов, кризисов развития, факторов риска и на этой основе проектирует программы психолого-педагогического сопровождения формирования личности. Реализует и следует принципам самоорганизации в личностном и профессиональном развитии. В полной мере умеет планировать задачи и траекторию саморазвития в контексте профессиональной деятельности на краткосрочную и долгосрочную перспективы, Владеет навыками применения принципов самоорганизации в личностном и профессиональном развитии, организации работы по предупреждению возможного неблагополучия в психическом и личностном развитии, саморазвития в контексте профессиональной деятельности на краткосрочную и долгосрочную перспективы. Использует средства воздействия на межличностные и межгрупповые отношения для предупреждения и конструктивного разрешения конфликтных ситуаций, а также формирования благоприятной психологической атмосферы в коллективе, стратегией действий через постановку задач и определение алгоритма решения проблемных ситуаций, разработкой и реализацией программ психолого-педагогического сопровождения формирования личности

6. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

6.1. Рекомендуемая литература

6.1.1. Основная литература

	Авторы, составители	Издание	Экз.
Л1.1	Новосибирский государственный педагогический университет ; [сост. Л. Н. Зыбина]	Методы активного социально-психологического обучения: учебное пособие — Новосибирск : НГПУ, 2015 — URL: https://icdlib.nspu.ru/catalog/details/icdlib/1320989/	9999
Л1.2	Д. М. Рамендик	Тренинг личностного роста: учебник и практикум для академического бакалавриата — Москва : Юрайт, 2018	25

6.1.2. Дополнительная литература

	Авторы, составители	Издание	Экз.
Л2.1	Барнаулский государственный педагогический университет ; [сост. А. А. Черникова]	Тренинг в подготовке будущих учителей: учебно-методические пособие для студентов, преподавателей психолого-педагогических дисциплин и практических психологов — Барнаул : БГПУ, 2007	91
Л2.2	Н. В. Матяш, Т. А. Павлова	Методы активного социально-психологического обучения: учебное пособие для студентов вузов — Москва : Академия, 2007	26
Л2.3	О. П. Горбушина	Психологический тренинг. [Секреты проведения] — Санкт-Петербург : Питер, 2008	11

	Авторы, составители	Издание	Экз.
Л2.4	Е. В. Сидоренко	Технологии создания тренинга: от замысла к результату — Санкт-Петербург : Речь : Сидоренко и Ко, 2007	15
Л2.5	Г. И. Марасанов	Социально-психологический тренинг — Москва : Когито-Центр, 2019 — URL: http://www.iprbookshop.ru/88390.html	9999
Л2.6	М. Л. Соснова	Тренинг коммуникативного мастерства: учебно-практическое пособие — Москва : Академический проект, 2020 — URL: http://www.iprbookshop.ru/110011.html	9999

6.2. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети "Интернет"

Э1	Профессиональное интернет-издание "Психологическая газета"
Э2	Научная электронная библиотека «КиберЛенинка»
Э3	Портал «Академическая психология – практике»

6.3.1 Перечень программного обеспечения

6.3.1.1	Пакет Microsoft Office
6.3.1.2	Пакет OpenOffice.org
6.3.1.3	Операционная система семейства Windows
6.3.1.4	Интернет браузер
6.3.1.5	Медиа проигрыватель
6.3.1.6	Программа 7zip
6.3.1.7	Программа для просмотра электронных документов формата pdf, djvu

6.3.2 Перечень информационных справочных систем

6.3.2.1	МЭБ. Межвузовская электронная библиотека / Новосибирский государственный педагогический университет
6.3.2.2	Электронная библиотека НПБ / Алтайский государственный педагогический университет, Научно-педагогическая библиотека
6.3.2.3	eLIBRARY.RU : научная электронная библиотека
6.3.2.4	Цифровой образовательный ресурс IPR Smart / Ай Пи Ар Медиа
6.3.2.5	Национальная электронная библиотека : федеральная государственная информационная система / Министерство культуры Российской Федерации, Российская государственная библиотека

7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

7.1	- Оборудованные учебные аудитории, в том числе с использованием видеопроектора и подключением к сети «Интернет» и доступом в электронную информационно-образовательную среду Университета.
7.2	- Аудитории для самостоятельной работы с подключением к сети «Интернет» и доступом в электронную информационно-образовательную среду Университета.

8. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Знакомство с содержанием знания и практическими умениями по курсу происходит в процессе лекций, тренингов и семинаров. Студентам важно внимательно слушать, записывать, задавать уточняющие или проблемные вопросы, чтобы глубоко разобраться с дисциплиной. Чтобы овладеть понятиями, студенту необходимо вести словарь, отражающий главные научно-практические термины и категории курса.

Семинарские занятия. Здесь студенты могут получать рейтинговые баллы за устные ответы. При подготовке к семинару нужно законспектировать ответы на вопросы, предлагаемые для обсуждения; выписать в свой словарь все изучаемые термины с указанием автора того или иного представления, подхода, определения. Авторство в словаре обязательно! Подготовиться к тестированию, так как в начале семинара знания всех студентов могут подлежать проверке с помощью тестов. Затем на семинаре вопросы обсуждаются.

Практические (тренинговые) занятия. На них идет отработка практических умений, навыков, компетенций студентов по ведению тренинга, по повышению компетенций для организации собственного личностного и профессионального саморазвития.

Студентам выставляются рейтинговые баллы по технологической карте по следующим трем контрольным точкам:

- Проведение упражнения с группой по теме тренинга (индивидуально).
- Разработка и защита одного занятия для тренинга личностного роста студентов (индивидуально).
- Написание психологического автопортрета личности.

Зачет и экзамен осуществляются в форме защиты всех контрольных точек, не выполненных ранее или выполненных на низком уровне или в форме защиты одной из программ тренинга профессионального саморазвития определенного автора.

Методические рекомендации для обучающихся (с ОБЗ)

Под специальными условиями для получения образования обучающимися с ограниченными возможностями здоровья понимаются условия обучения, воспитания и развития, включающие в себя использование специальных образовательных программ и методов обучения и воспитания, специальных учебников, учебных пособий и дидактических материалов, специальных технических средств обучения коллективного и индивидуального пользования. Построение образовательного процесса ориентировано на учет индивидуальных возрастных, психофизических особенностей обучающихся, в частности предполагается возможность разработки индивидуальных учебных планов. Реализация индивидуальных учебных планов сопровождается поддержкой тьютора (родителя, взявшего на себя тьюторские функции в процессе обучения, волонтера). Обучающиеся с ОВЗ, как и все остальные студенты, могут обучаться по индивидуальному учебному плану в установленные сроки с учетом индивидуальных особенностей и специальных образовательных потребностей конкретного обучающегося. При составлении индивидуального графика обучения для лиц с ОВЗ возможны различные варианты проведения занятий: проведение индивидуальных или групповых занятий с целью устранения сложностей в усвоении лекционного материала, подготовке к семинарским занятиям, выполнению заданий по самостоятельной работе. Для лиц с ОВЗ, по их просьбе, могут быть адаптированы как сами задания, так и формы их выполнения. Выполнение под руководством преподавателя индивидуального проектного задания, позволяющего сочетать теоретические знания и практические навыки; применение мультимедийных технологий в процессе ознакомительных лекций и семинарских занятий, что позволяет экономить время, затрачиваемое на изложение необходимого материала и увеличить его объем. Для осуществления процедур текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации преподаватели, в соответствии с потребностями студента, отмеченными в ан-кете, и рекомендациями специалистов дефектологического профиля, разрабатывает фонды оценочных средств, адаптированные для лиц с ограниченными возможностями здоровья и позволяющие оценить достижение ими запланированных в основной образовательной программе результатов обучения и уровень сформированности всех компетенций, заявленных в образовательной программе. Форма проведения текущей аттестации для студентов с ОВЗ устанавливается с учетом индивидуальных психофизических особенностей (устно, письменно на бумаге, письменно на компьютере, в форме тестирования и т.п.). Лицам с ОВЗ может быть предоставлено дополнительное время для подготовки к ответу на экзамене, выполнения задания для самостоятельной работы. При необходимости студент с ограниченными возможностями здоровья подает письменное заявление о создании для него специальных условий в Учебно-методическое управление Университета с приложением копий документов, подтверждающих статус инвалида или лица с ОВЗ.