

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Смирнов Сергей Николаевич
Должность: врио ректора
Дата подписания: 19.09.2022 16:06:34
Уникальный программный ключ:
69e375c64f7e975d4e8830e7b4f11b735608

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации
ФГБОУ ВО «Тверской государственный университет»



Утверждаю:

Руководитель ООП

И.А. Барияк

«10» августа 2021 г.

Рабочая программа дисциплины (с аннотацией)

Тренинг профессионального саморазвития

Направление подготовки

37.04.01 Психология

Профиль

Психологическое консультирование

Для студентов 1 курса очной формы обучения

Составитель: Л.А. Становова

Тверь, 2021

I. Аннотация

1. Цель и задачи дисциплины

Целью освоения дисциплины является: формирование у магистров теоретических и практических знаний об организации и проведении личностно-профессионального тренинга, повышение уровня личностной зрелости обучающихся для эффективного включения их в профессиональную деятельность на основе осознания своих индивидуальных возможностей и способностей.

Задачами освоения дисциплины являются:

1. Определение понятий и целей профессионального развития личности, выделение видов профессионального развития, саморазвития и самосовершенствования;

2. формирование умения анализировать собственную профессиональную деятельность с целью личностного и профессионального совершенствования, средствами и способами самопознания, самоопределения, саморегуляции, самореализации и других.

3. выработка у обучаемых навыков профессионального саморазвития, эффективного общения в своей профессиональной деятельности;

4. обучение магистров базовым техникам и методам работы в тренинге личностно-профессионального роста

Необходимость достижения результатов образования на уровне магистратуры связано со становлением личности обучающегося и освоением им механизмов социальной и профессиональной адаптации, а также умения разрабатывать индивидуальную программу профессионально-личностного роста и саморазвития, формирования мотивации и личностных стимулов непрерывного самообразования для реализации в учебной и профессиональной деятельности в современных социально-экономических условиях.

2. Место дисциплины в структуре ООП

Дисциплина «Тренинг профессионального саморазвития» относится к базовой части учебного плана.

Изучение дисциплины «Тренинг профессионального саморазвития» является базовым для последующего освоения программного материала следующих разделов учебного плана «Производственная практика в профильных организациях», «Научно-исследовательская (квалификационная) практика», «Подготовка к процедуре защиты и защиты выпускной квалификационной работы». Содержательно данная дисциплина дополняет дисциплины «Теория и практика психологического сопровождения», «Теоретико-методологические основы психологического консультирования».

Указанные междисциплинарные связи дают студенту системное представление о комплексе изучаемых дисциплин в соответствии с ФГОС, что обеспечивает необходимый теоретический уровень профессиональной подготовки и практическую направленность обучения.

В результате освоения дисциплины обучающийся должен

Знать:

понятие личностного и профессионального развития; цели, задачи, принципы тренинга личностного и профессионального развития; содержание понятий «образ-Я», эмпатия, принятие, конгруэнтность, методики и технологии, направленные на личностное и профессиональное развитие, понятие психологического тренинга, специфику тренинга личностного и профессионального развития, специфику психологического воздействия в процессе психологического тренинга.

Уметь:

проявлять эмпатию, принятие, конгруэнтность в контакте с собой и другим;
применять на практике знания, приемы и техники в отношении развития самосознания, проявления особенностей характера, темперамента, личностных черт, методики и технологии, направленные на личностный рост,
анализировать эффективность психологического воздействия в процессе психологического тренинга;
анализировать и корректировать планы личного и профессионального развития с учетом имеющихся ресурсов.

Иметь навыки и (или) опыт деятельности (владеть):

приемами самоподдержки, жизненного и профессионального планирования, жизненного и профессионального выбора, ценностного самоопределения, приемами саморегуляции эмоциональных и функциональных состояний при выполнении профессиональной деятельности;

технологиями организации процесса самообразования;

навыками анализа эффективности психологического воздействия тренинговой работы через наблюдение за собственными реакциями, поведением ведущего и членов группы.

3. Объем дисциплины: 2 зачетных единиц, 72 академических часа, в том числе:

контактная аудиторная работа: практические занятия 26 часов, в т.ч. практическая подготовка 26 часов;

контактная внеаудиторная работа: контроль самостоятельной работы 13 часов;

самостоятельная работа: 33 часа.

4. Планируемые результаты обучения по дисциплине, соотнесенные с планируемыми результатами освоения образовательной программы

Планируемые результаты освоения образовательной программы (формируемые компетенции)	Планируемые результаты обучения по дисциплине
УК-1 Способен осуществлять критический анализ проблемных ситуаций на основе системного подхода, вырабатывать стратегию действий	УК-1.1. Анализирует проблемную ситуацию как систему, выявляя ее составляющие и связи между ними; УК-1.2. Определяет пробелы в информации, необходимой для решения проблемной ситуации, и проектирует процессы по их устранению; УК-1.4. Разрабатывает и содержательно аргументирует стратегию решения проблемной ситуации на основе системного и междисциплинарного подходов;

	УК-1.5. Строит сценарии реализации стратегии, определяя возможные риски и предлагая пути их устранения;
УК-6 Способен определять и реализовывать приоритеты собственной деятельности и способы ее совершенствования на основе самооценки	УК-6.1. Оценивает свои ресурсы и их пределы (личностные, ситуативные, временные), целесообразно их использует; УК-6.2. Определяет образовательные потребности и способы совершенствования собственной (в т.ч. профессиональной) деятельности на основе самооценки; УК-6.3. Выбирает и реализует с использованием инструментов непрерывного образования возможности развития профессиональных компетенций и социальных навыков; УК-6.4. Выстраивает гибкую профессиональную траекторию, с учетом накопленного опыта профессиональной деятельности, динамично изменяющихся требований рынка труда и стратегии личного развития;
ОПК-9 Способен выполнять основные функции управления психологической практикой	ОПК-9.1. Применяет знания о цели, объекте, субъекте, задачах и функциях управления в профессиональной деятельности психолога; ОПК-9.2. Выполняет основные функции управления психологической практикой

5. Форма промежуточной аттестации и семестр прохождения 2 семестр, зачет.

6. Язык преподавания русский.

II. Содержание дисциплины, структурированное по темам (разделам) с указанием отведенного на них количества академических часов и видов учебных занятий

Учебная программа – наименование разделов и тем	Всего (час.)	Контактная работа (час.)				Самостоя тельная работа, в том числе Контроль (час.)	
		Лекции		Практические занятия			Контрол ь самосто ятельно й работы
		всего	в т.ч. практи ческая подгот овка	всего	в т.ч. практич еская подгото вка		
1. Психологические основы профессионального становления личности. Представления о собственном профессиональном развитии	6			2	2	1	3
2. Жизненный и профессиональный выбор. Жизненное и профессиональное планирование	6			2	2	1	3
3. Основные психологические подходы к исследованию становления профессионала. Представление о целях профессионального развития.	8			4	4	1	3
4. Сущность и особенности профессионального саморазвития. Профессиональное саморазвитие как целенаправленный процесс профессионального совершенствования личности	8			4	4	1	3

5. Становление профессионального самосознания личности. Профессиональное самосознание как условие профессионального развития личности	8			4	4	1	3
6. Психология развивающегося профессионального образования. Становление личностной и профессиональной Я-концепции в процессе профессионального образования личности	8			4	4	1	3
7. Психологические барьеры профессионального развития личности Кризисы профессионального развития личности	6			2	2	1	3
8. Индивидуальная программа профессионально-личностного роста и саморазвития	22			4	4	6	12
ИТОГО	72			26	26	13	33

III. Образовательные технологии

Учебная программа – наименование разделов и тем (в строгом соответствии с разделом II РПД)	Вид занятия	Образовательные технологии
1. Психологические основы профессионального становления личности. Представления о собственном профессиональном развитии	Практические занятия	<i>Тренинг</i> <i>Игровые технологии</i> <i>Метод case-study</i> <i>Мозговой штурм (метод генерации идей)</i> <i>Метод б–б</i>

<p>2. Жизненный и профессиональный выбор. Жизненное и профессиональное планирование</p>	<p>Практические занятия</p>	<p><i>Тренинг</i> <i>Игровые технологии</i> <i>Метод case-study</i> <i>Мозговой штурм (метод генерации идей)</i> <i>Метод 6–6</i></p>
<p>3. Основные психологические подходы к исследованию становления профессионала Представление о целях профессионального развития.</p>	<p>Практические занятия</p>	<p><i>Тренинг</i> <i>Игровые технологии</i> <i>Метод case-study</i> <i>Мозговой штурм (метод генерации идей)</i> <i>Метод 6–6</i></p>
<p>4. Сущность и особенности профессионального саморазвития. Профессиональное саморазвитие как целенаправленный процесс профессионального совершенствования личности</p>	<p>Практические занятия</p>	<p><i>Тренинг</i> <i>Игровые технологии</i> <i>Метод case-study</i> <i>Мозговой штурм (метод генерации идей)</i> <i>Метод 6–6</i></p>
<p>5. Становление профессионального самосознания личности. Профессиональное самосознание как условие профессионального развития личности</p>	<p>Практические занятия</p>	<p><i>Тренинг</i> <i>Игровые технологии</i> <i>Метод case-study</i> <i>Мозговой штурм (метод генерации идей)</i> <i>Метод 6–6</i></p>
<p>6. Психология развивающего профессионального образования. Становление личностной и профессиональной Я-концепции в процессе профессионального образования личности</p>	<p>Практические занятия</p>	<p><i>Тренинг</i> <i>Игровые технологии</i> <i>Метод case-study</i> <i>Мозговой штурм (метод генерации идей)</i> <i>Метод 6–6</i></p>
<p>7. Психологические барьеры профессионального развития личности Кризисы профессионального развития личности</p>	<p>Практические занятия</p>	<p><i>Тренинг</i> <i>Игровые технологии</i> <i>Метод case-study</i> <i>Мозговой штурм (метод генерации идей)</i> <i>Метод 6–6</i></p>
<p>8. Индивидуальная программа профессионально-личностного роста и саморазвития</p>	<p>Практические занятия</p>	<p><i>Тренинг</i> <i>Игровые технологии</i> <i>Метод case-study</i> <i>Мозговой штурм (метод генерации идей)</i> <i>Метод 6–6</i></p>

IV. Оценочные материалы для проведения текущей и промежуточной аттестации

Задания к практическим занятиям

Практическое занятие 1. Психологические основы профессионального становления личности. Представления о собственном профессиональном развитии

Выполнение упражнений:

Метафора профессионального роста

Мое идеальное Я: кем я хочу быть?

Моя реальная сущность: кто я есть?

Мои сильные стороны: в чем мой идеал совпадает с моими реальными качествами?

Личностные разрывы: где мои реальные качества расходятся с идеалом?

Моя программа самосовершенствования: как я могу развивать свои достоинства и одновременно сокращать разрыв между реальным и идеальным Я??

Опробование на практике новых моделей поведения и способов мышления

Практическое занятие 2. Жизненный и профессиональный выбор. Жизненное и профессиональное планирование

Вопросы для обсуждения:

1. Выявление и оценка способов решения личностных и профессиональных проблем.

2. Интерпретация и обсуждение результатов методики И.Л. Соломина «Жизненный путь»;

3. Написание и анализ сочинения «Какие мы?»;

4. Упражнения, направленные на выяснение и уточнение профессионального будущего

Практическое занятие 3. Основные психологические подходы к исследованию становления профессионала. Представление о целях профессионального развития.

Вопросы для обсуждения:

1. Цели профессионального развития и их осознание в процессе творческой деятельности (создание коллажа «Герой современности»);

2. Интерпретация и обсуждение содержания коллажа «Герой современности» с авторами и соотнесение его содержания с задачами профессионального развития

Практическое занятие 4. Сущность и особенности профессионального саморазвития. Профессиональное саморазвитие как целенаправленный процесс профессионального совершенствования личности

Вопросы для обсуждения:

1. Обсуждение понятия профессионального саморазвития.
2. Выполнение упражнений тренинга профессионального саморазвития.
3. Рефлексия тренинга.

Практическое занятие 5. Становление профессионального самосознания личности. Профессиональное самосознание как условие профессионального развития личности

Вопросы для обсуждения:

1. Обсуждение понятия профессионального самосознания;
2. Выполнение упражнений тренинга профессионального самосознания;
3. Рефлексия тренинга.

Практическое занятие 6. Психология развивающего профессионального образования. Становление личностной и профессиональной Я-концепции в процессе профессионального образования личности

Вопросы для обсуждения:

1. Обсуждение понятия развивающего профессионального обучения;
2. Выполнение упражнений рефлексивного тренинга;
3. Рефлексия в тренинге.

Практическое занятие 7. Психологические барьеры профессионального развития личности. Кризисы профессионального развития личности

Вопросы для обсуждения:

1. Понятие о кризисе и технологии их преодоления;
2. Выполнение упражнений тренинга профессионального роста;
3. Рефлексия тренинга профессионального роста.

Практическое занятие 8. Индивидуальная программа профессионально-личностного роста и саморазвития

Составить личный жизненный план в соответствии с актуальными целями и осмыслением жизненной перспективы (на определенный отрезок времени).

Образцы контрольных вопросов

1. Дайте определение профессионального самосознания личности
2. Перечислите авторов, исследовавших проблему профессионального самосознания личности
3. Выделите особенности профессионального самосознания в профессии психолога
4. Какие оценки самосознания рассматриваются в методике МИС В.В. Столина
5. Раскройте утверждение что, профессиональное образование условие профессионального становления личности
6. Сравните процесс учения и обучения
7. Соотнесите понятия «обучаемость» и «обученность»
8. Назовите авторов концепций развивающего профессионального образования
9. Дайте определение понятия «кризис профессионального становления»
10. Перечислите объективные и субъективные факторы, детерминирующие кризисы профессионального развития
11. Выделите особенности кризисов профессионального становления личности в сфере образования
12. Укажите отличия в конструктивных и деструктивных способах разрешения кризисных ситуаций.

Примерное задание для исследовательской работы

Подготовьте аналитический доклад, отражающий особенности профессионального развития студентов Вашей группы:

1. Проанализируйте мотивы выбора профессии членов Вашей группы (на основе анкетирования)
2. Определите траекторию профессионального обучения
3. Предложите членам Вашей группы определить ближайшие и отдаленные личные и профессиональные целевые ориентиры (на основе интервью)

Оценочные материалы для проведения промежуточной аттестации

Типовые контрольные задания для оценки знаний, умений, навыков	Показатели и критерии оценивания компетенции, шкала оценивания
<p>Эссе:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Как я осуществляю жизненный и профессиональный выбор. 2. Мой жизненный и профессиональный путь. 3. Трансформация системы моих ценностных ориентаций. 4. Время в моей жизни. 5. Мое идеальное-Я. 6. Перспективные линии моего развития. 	<p>Показатели:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Полнота раскрытия темы эссе; 2. Своевременность выполнения задания; 3. Последовательность и логичность изложения. <p>Критерии:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Студентом полностью раскрыта тема эссе, структурировано, эссе имеет логическую последовательность. Студент представил эссе своевременно, в заранее оговоренные с преподавателем сроки – 10 баллов • Студентом полностью раскрыта тема эссе, структурировано, эссе имеет логическую последовательность. Студент не представил эссе своевременно, в заранее оговоренные с преподавателем сроки – 7 баллов • Студентом тема эссе раскрыта не полностью, плохо структурировано. Студент представил эссе несвоевременно – 3 балла • Студентом эссе не подготовлено – 0 баллов
<p>Дневник самонаблюдений. При заполнении индивидуального дневника наблюдений каждый студент получает памятку, включающую в себя перечень примерных вопросов, отвечая на которые, учащийся научается отслеживать собственное психологическое состояние, чувства, установки и т.д.</p>	<p>Студентом задание решено самостоятельно. При этом составлен правильный алгоритм решения задания, в логических рассуждениях – 10 баллов.</p> <p>Студентом задание решено с подсказкой преподавателя. При этом составлен правильный алгоритм решения задания, в логическом рассуждении и решении нет существенных ошибок; есть объяснение решения, но допущено не более двух несущественных ошибок – 7 баллов.</p> <p>Студентом задание решено с подсказками преподавателя. При этом задание понято правильно, в</p>

<p>Памятка содержит следующие вопросы:</p> <ul style="list-style-type: none"> - что нового я узнал о себе?; - с чем неожиданным для себя встретился? - в какие моменты занятия возникало напряжение? - что почувствовал в начале и в конце занятия? - в какие моменты почувствовал доверие к членам группы и ощутил безопасность? - в какие моменты чувствовал недоверие, опасность? - изменилось ли отношение к участникам, ведущему группы (к кому и каким образом)? 	<p>логическом рассуждении нет существенных ошибок, но задание решено не полностью или в общем виде – 3 балла. Студентом задание не решено – 0 баллов.</p>
---	---

V. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

1) Рекомендуемая литература

а) Основная литература

1. Марчук, Н. Ю. Профессиональное становление и развитие личности: профессионально-личностная направленность : монография / Н. Ю. Марчук. — 2-е изд. — Москва : ФЛИНТА, 2016. — 261 с. — ISBN 978-5-9765-2565-8. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/76987>

2. Психологическое сопровождение профессиональной деятельности : хрестоматия / составители О. Г. Ридецкая. — Москва : Евразийский открытый институт, 2012. — 800 с. — ISBN 978-5-374-00573-8. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/14646.html>

б) Дополнительная литература

1. Зеер, Э. Ф. Психология профессионального развития : учебное пособие для вузов / Э. Ф. Зеер, Э. Э. Сыманюк. — 3-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2021. — 234 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-14387-4. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/477499>

2. Корнеев, С. С. Психология и этика профессиональной деятельности / С. С. Корнеев. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2021. — 304 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-11483-6. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/475973>

3. Митина, Л. М. Профессионально-личностное развитие педагога: диагностика, технологии, программы : учебное пособие для вузов / Л. М. Митина. — 2-е изд., доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2021. — 430 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-13403-2. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/476828>

4. Рамендик, Д. М. Тренинг личностного роста : учебник и практикум для вузов / Д. М. Рамендик. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2021. — 136 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07294-5. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/470461>

2) Программное обеспечение

а) Лицензионное программное обеспечение

Google Chrome – бесплатно

Microsoft Office 365 pro plus - Акт приема-передачи № 785 от 06 августа 2021

Microsoft Windows 10 Enterprise - Акт приема-передачи № 785 от 06 августа 2021

Kaspersky Endpoint Security 10 для Windows – Акт на передачу прав №1842 от 30 ноября 2020 г.

IBM SPSS Statistics 27 – Акт приема-передачи по договору №20201222-1 от 28.12.2020

б) Свободно распространяемое программное обеспечение

- Google Chrome - бесплатно

3) Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы

- ЭБС «Университетская библиотека онлайн» - договор № 16-06/2021 от 02.08.2021. Срок действия – 04.08.2021-03.08.2022. <https://biblioclub.ru/>
- ЭБС «Юрайт» договор № 02-е/21 от от 02.08.2021. Срок действия – 04.08.2021-03.08.2022 г. <https://urait.ru/>
- ЭБС «Лань» - договор № 04-е/21 от 02.08.2021 Срок действия – 04.08.2021-03.08.2022 г. <https://e.lanbook.com/>
- ЭБС ZNANIUM.COM договор № 05-е/эбс от от 02.08.2021 Срок действия – 04.08.2021-03.08.2022 г. <https://znanium.com/>
- ЭБС IPRbooks договор № 8097/21К от от 02.08.2021. Срок действия – 04.08.2021-03.08.2022. <http://www.iprbookshop.ru/>
- Электронно-библиотечная система ТвГУ <http://megapro.tversu.ru/megapro/Web>
- Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU <http://elibrary.ru/>

- Электронная библиотека диссертаций РГБ <http://diss.rsl.ru/>
- Электронно-библиотечная система ТвГУ <http://megapro.tversu.ru/megapro/Web>
- Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU <http://elibrary.ru/>
- Электронная библиотека диссертаций РГБ <http://diss.rsl.ru/>

1. База данных международных индексов научного цитирования Scopus www.scopus.com (<http://library.tversu.ru/kratkie-novosti/35-about-library/resurs/488-scopus.html>)
2. База данных международных индексов научного цитирования Web of Science (<http://library.tversu.ru/nauchnyeresursy/35-about-library/resurs/748-baza-dannykh-mezhdunarodnykh-indeksov-nauchnogo-tsitirovaniya-web-of-science.html>)
3. Справочно-правовая система «Консультант Плюс» www.consultant.ru (<http://library.tversu.ru/nauchnyeresursy/35-about-library/resurs/348-c.html>)
4. **Психологический навигатор** - психологический портал <https://www.psynavigator.ru/>
5. Национальная психологическая энциклопедия <https://vocabulary.ru>
6. Психологический портал (базы данных) <http://www.psychology-online.net>

4) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины

<http://koob.ru/> Электронная библиотека

<http://dic.academic.ru/> Словари и энциклопедии на Академике

<http://www.mchs.gov.ru> Сайт МЧС России

<http://psychology.net.ru/> Мир психологии

<http://www.voppsy.ru/> Журнал «Вопросы психологии»

<http://psyjournals.ru/> Журнал «Консультативная психология и психотерапия»

<http://www.psyedu.ru/> Электронный журнал «Психологическая наука и образование»

VI. Методические материалы для обучающихся по освоению дисциплины

План самостоятельной работы студентов

1. Психологические основы профессионального становления личности.

Представления о собственном профессиональном развитии

1. Тезисы по теме: «Профессионал современности. Какой он?»

2. Эссе: «Мой профессиональный выбор»

2. Жизненный и профессиональный выбор. Жизненное и профессиональное планирование

1. Проведение методики И.Л. Соломина «Жизненный путь»;
2. Составление схемы «Профессиональное самоопределение»

3. Основные психологические подходы к исследованию становления профессионала. Представление о целях профессионального развития.

1. Составление коллажа «Герой современности»

4. Сущность и особенности профессионального саморазвития. Профессиональное саморазвитие как целенаправленный процесс профессионального совершенствования личности

1. Составить словарь психологических терминов по теме.
2. Составить схему данной темы
3. Подобрать персоналии по теме

5. Становление профессионального самосознания личности. Профессиональное самосознание как условие профессионального развития личности

1. Самоанализ профессионально-личностной перспективы по методике Н.С. Пряжникова

6. Психология развивающего профессионального образования. Становление личностной и профессиональной Я-концепции в процессе профессионального образования личности

1. Составить словарь психологических терминов по теме.
2. Составить схему данной темы
3. Подобрать персоналии по теме

7. Психологические барьеры профессионального развития личности.

Кризисы профессионального развития личности

1. Факторы, детерминирующие кризисы профессионального развития.
2. Кризис профессионального развития как нормативное явление жизнедеятельности человека
3. Фазы развития кризисов

8. Индивидуальная программа профессионально-личностного роста и саморазвития

Примерный индивидуальный план профессионального развития.

№	Профессиональные цели	Конкретные действия	К какому сроку	Контроль

Подготовка к выполнению практических заданий.

В рамках практических заданий реализуется проверка усвоения теоретического и практического материала в форме творческого подхода к решению поставленной преподавателем задачи. Для подготовки к реализации практических заданий необходимо готовиться по основным вопросам рассматриваемой темы, которые озвучиваются в рамках занятий по предложенному списку литературы. В процессе участия в практических занятиях необходимо вести дневник самонаблюдения, в котором фиксируются основные изменения эмоционального состояния при выполнении и обсуждении различного рода упражнений. Дневник самонаблюдения оценивается в зависимости от полноты ответа студента на представленные в памятке вопросы.

Подготовка эссе

Для написания эссе необходимо внимательно относиться к собственным переживаниям, мыслям, установкам, психологическим состояниям и т.д., а также

читать литературу, предложенную как в основном, так и в дополнительном списке литературы. При написании эссе главным критерием оценки будет являться умение осознать и проанализировать собственный внутренний мир и его предъявление внешнему окружающему миру. На помощь при написании эссе может прийти дневник наблюдений, который студент вел в процессе всех практических занятий. Таким образом, эссе будет являться итогом рефлексивного процесса, наглядным отображением умения студента осознавать и анализировать собственное психологическое состояние.

Эссе должно быть выполнено самостоятельно, включать в себя титульный лист (в соответствии с принятыми правилами), основную часть, раскрывающую содержание темы – в соответствии с новыми, утвержденными правилами оформления. Объем работы может варьироваться от 2 и более стр., включая титульный лист. Работа должна быть представлена в форме компьютерного текста – в программе WORD, шрифт Time New Roman, 14 кегль, через полтора интервала. Весь текст работы должен быть аутентичным, авторским.

Вопросы к зачету

1. Основные подходы и авторы изучения проблемы профессионального становления личности.
2. Изменение личности в процессе профессионализации.
3. Стадии профессионального развития личности.
4. Стратегии профессиональной адаптации.
5. Сравнительный анализ понятий «становление» и «развитие».
6. Современные теории, концепции и модели профессионального становления личности в отечественной психологии.
7. Стадии профессионального становления личности.
8. Понятие о профессиональном саморазвитии.
9. Понятие о профессиональном самосознании.
10. Понятие о профессиональном образовании.

11. Общие закономерности проявления кризисов профессионального становления.

12. Факторы, детерминирующие кризисы профессионального развития: объективные и субъективные.

13. Разрешение кризисов профессионального становления.

VII. Материально-техническое обеспечение

Учебная аудитория для проведения занятий лекционного и семинарского типа, № 425 (170100, Тверская область, г. Тверь, пер. Студенческий, д. 12, 4-й этаж, помещение 56)	Набор учебной мебели, экран, стационарный мультимедийный проектор с потолочным креплением, переносной ноутбук
Тренинговый класс № 424 (170100 Тверская область, г. Тверь, пер. Студенческий, д.12)	Доска белая офисная магнитно-марк. (M082-08205) Музыкальный центр XM-111 E DAEWOO ELECTRONICS Телевизор Philips 32FL3605 DVD плеер HYUNDAI P5 Специализированная мебель (стулья, стол, тумбочки) Мобильный комплект оборудования: ноутбук, мультимедийный проектор, экран.
<i>Помещение для самостоятельной работы, компьютерный класс, № 445</i> (170100 Тверская область, г. Тверь, пер. Студенческий, д. 12, 4-й этаж, помещение 46)	<i>Набор учебной мебели, шкафы, маркерная доска, коммутатор, компьютеры, принтер</i>
Учебная аудитория для проведения занятий лекционного и семинарского типа, № 425 (170100, Тверская область, г. Тверь, пер. Студенческий, д. 12, 4-й этаж, помещение 56)	Набор учебной мебели, экран, стационарный мультимедийный проектор с потолочным креплением, переносной ноутбук

VIII. Сведения об обновлении рабочей программы дисциплины

№п.п.	Обновленный раздел рабочей программы дисциплины	Описание внесенных изменений	Реквизиты документа, утвердившего изменения
1.	V. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины	Перечень лицензионного программного обеспечения. Реквизиты подтверждающего документа обновление профессиональных баз данных и информационных справочных системах Обновлен список основной и дополнительной литературы	Выписка № 1 от 29.08.2022 ученого совета факультета психологии
2.			