


Документ подписан простой электронной подписью  
Информация о владельце:  
ФИО: Смирнов Сергей Николаевич  
Должность: врио ректора  
Дата подписания: 26.05.2023 11:54:13  
Уникальный программный ключ:  
69e375c64f7e975d4e8830e7b4fcc2ad1bf75f08

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



Утверждаю:  
Руководитель ООП «Психология»:  
к.психол.н., доцент  
 Л.А. Становова  
«8» июня 2021 г.

Рабочая программа дисциплины (с аннотацией)  
**ТРЕНИНГ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ИДЕНТИЧНОСТИ**  
Направление подготовки  
**37.03.01 ПСИХОЛОГИЯ**

Профиль подготовки  
**ОРГАНИЗАЦИОННАЯ ПСИХОЛОГИЯ**

Для студентов 2 курса очной и 3 курса заочной форм обучения

Составитель: к.психол. н., доцент Гудименко Ю.Ю.

Тверь, 2021

## **I. Аннотация**

### **1. Наименование дисциплины в соответствии с учебным планом**

Тренинг профессиональной идентичности

### **2. Цель и задачи дисциплины**

**Целями** освоения дисциплины являются:

- выработка каждым студентом образа будущей профессиональной деятельности, включающего образ профессии и опосредованного получаемой профессией образа Я;
- выработка каждым студентом своего профессионального стиля, осознание своих профессиональных возможностей, определение путей профессионального роста.

**Задачами** освоения дисциплины являются:

- получение студентами системных знаний в области профессиональной деятельности;
- формирование позитивного и дифференцированного образа Я профессионала;
- обучение через исследование личностных особенностей, рефлексивных и эмоциональных проявлений;
- анализ профессиональной направленности;
- развитие идентификации с профессией.

### **3. Место дисциплины в структуре ООП**

Учебная дисциплина «Тренинг профессиональной идентичности» относится к вариативной части, в составе дисциплин по выбору. Курс опирается на ранее полученные студентами знания в рамках дисциплин «Философия», «Социология», «Логика», «Культурология», «Современные концепции естествознания», «Общая психология», «Русский язык и культура речи».

Освоение данной дисциплины необходимо для дальнейшего изучения следующих дисциплин: «Введение в профессию», «Тренинг коммуникативной компетентности», «Организационная психология», «Психология семьи», «Конфликтология», «Психология труда и инженерная психология», «Психология управления», «Профессиональная этика», «Психология стресса», «Психология профессиональной карьеры», «Основы консультативной психологии», «Психологическое консультирование» и т.д., а также для прохождения всех видов практик.

#### 4. Объем дисциплины:

2 зачетных единицы, 72 академических часа, в том числе

**очная форма обучения:**

**контактная работа:** практические занятия 36 часов, **самостоятельная работа:** 36 часов.

**заочная форма обучения:**

**контактная работа:** практические занятия 8 часов, **самостоятельная работа:** 60 часов, контроль 4 часа.

#### 5. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы

Планируемые результаты освоения образовательной программы (формируемые компетенции)	Планируемые результаты обучения по дисциплине
<b>ОК-7</b> Способность к самоорганизации и самообразованию.	<b>Промежуточный этап</b> <b>Уметь:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- планировать, организовывать и контролировать свою деятельность;</li><li>- самостоятельно оценивать необходимость и возможность социальной, профессиональной адаптации, мобильности в современном обществе.</li></ul> <b>Знать:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- технологии и механизмы процесса самообразования и самоорганизации;</li><li>- способы самообразования.</li></ul>
<b>ПК-14</b> Способность к реализации психологических технологий, ориентированных на личностный рост сотрудников организации и охрану здоровья индивидов и групп.	<b>Начальный этап</b> <b>Владеть:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- психологическими технологиями, формами и методами групповой работы сотрудников организации;</li><li>- методами изучения психологических аспектов труда и профориентации;</li></ul> <b>Уметь:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- применять на практике интерактивные методы и психологические технологии, ориентированные на личностный рост сотрудников и охрану здоровья индивидов и групп;</li></ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- подбирать адекватные решаемым задачам методы, приемы и психологические технологии, разрабатывать программы, обеспечивающие профессионально-личностный и карьерный рост сотрудников организации, охрану психологического здоровья работников, предотвращение стрессовых состояний и профессионального выгорания</li> <li>- профессионально воздействовать на уровень развития и особенности личностной сферы с целью гармонизации психического функционирования человека.</li> <li>- анализировать уровни профессионализма и этапы освоения профессии с точки зрения личностного роста;</li> <li>- использовать в практической работе формы и методы работы со стрессом;</li> <li>- анализировать собственную профессиональную деятельность и возможные пути профессионального саморазвития</li> </ul> <p><b>Знать:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- интерактивные методы, психологические технологии, ориентированные на личностный рост сотрудников и охрану здоровья индивидов и групп;</li> <li>- специфику и преимущества групповой формы работы, обеспечивающие личностный рост сотрудников и охрану здоровья;</li> <li>- основные направления деятельности психолога в организации, уровни решения научно-исследовательских, практических и прикладных задач;</li> <li>- специфику работы с сотрудниками, переживающими стресс и психологические технологии управления состоянием в труде</li> </ul>
--	---

**6. Форма промежуточной аттестации:** зачет.

**7. Язык преподавания** русский.

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

**1. Для студентов очной формы обучения**

Учебная программа – наименование разделов и тем	Всего (час.)	Контактная работа (час.)		Самостоя тельная работа (час.)
		Лекции	Практические (лабораторные) занятия	
<i>Тема 1.</i> Диагностика профессиональной идентичности.	9	0	4	5
<i>Тема 2.</i> Формирование профессиональной идентичности.	19	0	12	7
<i>Тема 3.</i> Подведение итогов тренинга. Процедура выхода из тренингового процесса.	8	0	3	5
<b>ИТОГО</b>	<b>36</b>	<b>0</b>	<b>19</b>	<b>17</b>

**1. Для студентов заочной формы обучения**

Учебная программа – наименование разделов и тем	Всего (час.)	Контактная работа (час.)		Самостоя тельная работа (час.)
		Лекции	Практические (лабораторные) занятия	
<i>Тема 1.</i> Диагностика профессиональной идентичности.	17	0	2	15
<i>Тема 2.</i> Формирование профессиональной идентичности.	34	0	4	30
<i>Тема 3.</i> Подведение итогов тренинга. Процедура выхода из тренингового процесса.	17	0	2	15
<b>Контроль</b>	<b>4</b>			
<b>ИТОГО</b>	<b>72</b>	<b>0</b>	<b>8</b>	<b>60</b>

**III. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине**

- планы практических (семинарских) занятий и методические рекомендации к ним
- методические рекомендации и задания по организации самостоятельной работы студентов
- вопросы для текущего контроля, самоконтроля и подготовке к промежуточной аттестации
- методические рекомендации по выполнению творческих работ (эссе)
- творческая работа «Кроссворд» и подготовка к понятийному диктанту
- творческая работа «Архив тренинговых упражнений»

#### IV. Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине

##### 1. Типовые контрольные задания для проверки уровня сформированности компетенции ОК-7 Способность к самоорганизации и самообразованию.

Этап формирования компетенции, в котором участвует дисциплина	Типовые контрольные задания для оценки знаний, умений, навыков (2-3 примера)	Показатели и критерии оценивания компетенции, шкала оценивания
<p><b>Промежуточный этап</b> <b>Уметь:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- планировать, организовывать и контролировать свою деятельность;</li> <li>- самостоятельно оценивать необходимость и возможность социальной, профессиональной адаптации, мобильности в современном обществе.</li> </ul>	<p><b>Написание эссе.</b> Примерные темы эссе:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Психолог – это человек, который...</li> <li>2. Особенности становления профессиональной идентичности студентов психологического факультета.</li> <li>3. Особенности временных ориентаций студентов психологического факультета.</li> <li>4. Особенности образа будущего студентов психологического факультета.</li> <li>5. Особенности развития прогностических способностей студентов психологического факультета.</li> <li>6. Кто я как профессионал?</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- раскрыта проблемы на теоретическом уровне, с корректным использованием исторических понятий в контексте ответа – <b>2 балла;</b></li> <li>- представлена аргументированная собственная точка зрения (позиции, отношения) – <b>2 балла;</b></li> <li>- представлена собственная точка зрения, но не аргументирована – <b>1 балл;</b></li> <li>- внутреннее смысловое единство, соответствие теме – <b>2 балла;</b></li> <li>- соблюдены правила орфографической, пунктуационной, стилистической культуры – <b>1 балл;</b></li> </ul>
<p><b>Промежуточный этап</b> <b>Знать:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- технологии и механизмы процесса самообразования и самоорганизации;</li> <li>- способы самообразования.</li> </ul>	<p><b>Проект: разработка собственного тренингового упражнения или техники.</b> Студентам предлагается разработать собственное</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- соблюдены требования к объёму реферата – <b>1 балл.</b></li> <li>- разработано собственное тренинговое упражнение</li> </ul>

	<p>тренинговое упражнение или технику по заданной тематике:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- направленные на выяснение и уточнение профессионального будущего;</li> <li>- на рассмотрение образа Я студентами;</li> <li>- на выяснение профессионального образа Я;</li> <li>- на выявление профессионально важных качеств;</li> <li>- на выяснение профессиональных возможностей и способностей студентов;</li> <li>- эмоционального отношения к будущей профессии;</li> <li>- мотивов профессиональной деятельности, выработку профессионального образа Я;</li> <li>- формирование образа будущей профессиональной.</li> </ul> <p>Затем каждый студент самостоятельно проводит в тренинговой группе три созданные им упражнения/техники, тем самым пробуя себя в роли ведущего группы.</p>	<p>или техника в соответствии с заданной тематикой и принципами разработки тренинговых упражнений – <b>3 балла</b>;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- разработано собственное тренинговое упражнение или техника не в полном соответствии с заданной тематикой и принципами разработки тренинговых упражнений – <b>2-1 балл</b>;</li> <li>- не представлено или не разработано собственное тренинговое упражнение или техника в соответствии с заданной тематикой и принципами разработки тренинговых упражнений – <b>0 баллов</b>.</li> </ul>
--	---	---

**2. Типовые контрольные задания для проверки уровня сформированности компетенции ПК-14** Способность к реализации психологических технологий, ориентированных на личностный рост сотрудников организации и охрану здоровья индивидов и групп.

<b>Этап формирования компетенции, в котором участвует дисциплина</b>	<b>Типовые контрольные задания для оценки знаний, умений, навыков (2-3 примера)</b>	<b>Показатели и критерии оценивания компетенции, шкала оценивания</b>
<p><b>Начальный этап Владеть:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- психологическими технологиями, формами и методами групповой работы сотрудников организации;</li> <li>- методами изучения</li> </ul>	<p><b>Разработать интерактивную мини-лекцию по заданной тематике (15 минут).</b></p> <p>Примерная тематика мини-лекций:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Способности и профессиональная пригодность (умение учитывать индивидуальные</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- разработана мини-лекция в соответствии с заданной тематикой и требованиями, подготовлена мультимедийная презентация – <b>3 балла</b>;</li> <li>- не представлена или не</li> </ul>

<p>психологических аспектов труда и профориентации;</p>	<p>особенности сотрудников).</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Дорожная карта профессиональных целей сотрудника (возможности тренингового упражнения в рамках профессионального роста сотрудников).</li> <li>- Как менять стиль руководства по мере профессионального развития сотрудника.</li> <li>- Как ускорить профессиональное развитие сотрудника.</li> <li>- Как быстро определить уровень профессионализма сотрудника в начале сотрудничества и при приеме на работу.</li> <li>- Умение расставлять приоритеты и распределять работу в соответствии с ними.</li> <li>- Основные принципы тайм-менеджмента руководителя.</li> </ul> <p>Подготовить мультимедийную презентацию мини-лекции.          Тип презентации – информационная (передача информации).          В ходе публичного выступления представить перечень проблемных вопросов для аудитории для их дальнейшей проработки в малых группах.</p>	<p>разработана мини-лекция в соответствии с заданной тематикой и требованиями, не подготовлена мультимедийная презентация – <b>0 баллов.</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- привлечены наиболее известные работы по заявленной теме (в т.ч. публикации последних лет) – <b>2 балла</b></li> <li>- лекция опирается на учебную литературу и/или издания, являющиеся устаревшими – <b>1 балл</b></li> <li>- отражение в плане ключевых аспектов темы – <b>2 балла;</b></li> <li>- фрагментарное отражение ключевых аспектов темы – <b>1 балл;</b></li> <li>- полное соответствие содержания теме и плану лекции – <b>2 балла;</b></li> <li>- частичное соответствие содержания теме и плану лекции – <b>1 балла;</b></li> <li>- верно оформлены ссылки на используемую литературу – <b>1 балл</b></li> <li>- соблюдены требования к объёму лекции – <b>1 балл.</b></li> </ul>
<p><b>Начальный этап</b>  <b>Уметь:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- применять на практике интерактивные методы и психологические технологии, ориентированные на личностный рост сотрудников и охрану здоровья индивидов и групп;</li> <li>- подбирать адекватные решаемым задачам</li> </ul>	<p><b>Проект: разработка программы психологического тренинга по заданной теме.</b></p> <p>Студенту предлагается разработать программу психологического тренинга, опираясь на методические указания и научную литературу. Примерная тематика тренингов для разработки:</p> <p>1. Профилактика профессионального</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- присутствуют все 7 требуемых компонентов программы, прослеживается креативный подход к созданию и обоснованию векторной модели развиваемой компетенции, пошаговые формулировки клиентских алгоритмов тщательно выверены – <b>5 баллов;</b></li> <li>- присутствуют 5-6</li> </ul>



<p>методы, приемы и психологические технологии, разрабатывать программы, обеспечивающие профессионально-личностный и карьерный рост сотрудников организации, охрану психологического здоровья работников, предотвращение стрессовых состояний и профессионального выгорания</p> <p>- профессионально воздействовать на уровень развития и особенности личностной сферы с целью гармонизации психического функционирования человека.</p> <p>- анализировать уровни профессионализма и этапы освоения профессии с точки зрения личностного роста;</p> <p>- использовать в практической работе формы и методы работы со стрессом;</p> <p>- анализировать собственную профессиональную деятельность и возможные пути профессионального саморазвития</p>	<p>выгорания;</p> <p>2. Профессиональное здоровье;</p> <p>3. Профессиональное долголетие.</p> <p>Для разработки программы тренинга рекомендуется пользоваться источниками:</p> <p>1. Сидоренко Е.В. Технологии создания тренинга. От замысла к результату. – СПб.: Издательство «Речь»; ООО «Сидоренко и Ко», 2008. – 336 с.</p> <p>2. Тренинг профессиональной идентичности: руководство для преподавателей вузов и практикующих психологов / Автор-сост. Л. Б. Шнейдер. – М.: Изд-во Московского психолого-социального института; Воронеж: Изд-во НПО «МОДЭК», 2008.</p> <p>Программа тренинга должна включать в себя следующие компоненты:</p> <p>1) профессиональное и рекламное название тренинга;</p> <p>2) концептуальное основание тренинга – авторская концепция, модель, схема, структура той компетенции, которой посвящен тренинг;</p> <p>3) цель и планируемые результаты тренинга;</p> <p>4) вид развития в тренинге;</p> <p>5) векторную и метафорическую модель тренинга;</p> <p>6) клиентские технологии (алгоритмы);</p> <p>7) тренерские технологии (игры, упражнения, дискуссии, мини-лекции и пр. тренерский инструментарий).</p> <p><b>«Архив тренинговых упражнений».</b></p> <p>Студентам предлагается создать собственных архив тренинговых техник по теме</p>	<p>требуемых компонентов программы, векторная модель развиваемой компетенции создана на основе широко известной базовой психологической концепции, неполное соответствие темы программы и пошаговых клиентских алгоритмов – <b>3 балла;</b></p> <p>- 10 баллов – присутствуют 5-6 требуемых компонентов программы, не представлено концептуальное обоснование векторной модели развиваемой компетенции, пошаговые формулировки клиентских алгоритмов не соответствуют теме тренинга – <b>2 балла;</b></p> <p>- присутствует 3-4 требуемых компонента программы, не представлено концептуальное обоснование векторной модели развиваемой компетенции – <b>1 балл;</b></p> <p>- программа тренинга не разработана, задание не представлено – <b>0 баллов.</b></p> <hr/> <p>- подготовлены и проведены 3 тренинговых упражнения, их выбор</p>
<p><b>Начальный этап</b> <b>Знать:</b></p> <p>- интерактивные методы, психологические технологии, ориентированные на личностный рост сотрудников и охрану</p>		

<p>здоровья индивидов и групп;</p> <p>- специфику и преимущества групповой формы работы, обеспечивающие личностный рост сотрудников и охрану здоровья;</p> <p>- основные направления деятельности психолога в организации, уровни решения научно-исследовательских, практических и прикладных задач;</p> <p>- специфику работы с сотрудниками, переживающими стресс и психологические технологии управления состоянием в труде</p>	<p>профессиональное здоровье. Затем каждый студент самостоятельно проводит в тренинговой группе три выбранные им упражнения, тем самым пробуя себя в роли ведущего группы.</p>	<p>обоснован и прямо соответствует заявленной теме, студент демонстрирует сформированность навыков ведущего тренинговой группы - <b>5 баллов</b>;</p> <p>- подготовлены и проведены 3 тренинговых упражнения, их выбор слабо обоснован и косвенно соответствует заявленной теме, студент демонстрирует умеренный уровень сформированности навыков ведущего тренинговой группы - <b>3 балла</b>;</p> <p>- подготовлены и проведены 1-2 тренинговых упражнения, которые не соответствуют заявленной теме – <b>1 балл</b>;</p> <p>- задание не выполнено – <b>0 баллов</b>.</p>
--	--	--

## **V. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины**

### **а) Основная литература:**

1. Левкин, В.Е. Социально-психологический тренинг для психолога : учебное пособие / В.Е. Левкин. - Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2016. - 209 с. - Библиогр.: с. 195-203. - ISBN 978-5-4475-8755-0 ; То же [Электронный ресурс]. - Режим доступа: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=450202>
2. Старшенбаум Г.В. Тренинг навыков практического психолога [Электронный ресурс]: интерактивный учебник. Игры, тесты, упражнения/ Старшенбаум Г.В.— Электрон. текстовые данные.— Саратов: Вузовское образование, 2015.— 281 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/31712>

### **б) Дополнительная литература:**

1. Назарова, М.А. Особенности социальной идентичности у различных категорий обучающихся в условиях вуза: монография / М.А. Назарова; Новосибирский государственный аграрный университет, Юридический факультет. - Новосибирск: НГАУ, 2015. - 204 с. : табл., граф., схем. - Библиогр.: с. 123-130. - ISBN 978-5-94477-161-2; То же

- [Электронный ресурс]. - Режим доступа:  
<http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=436970>
2. Бодров В. А. Психология профессиональной пригодности [Электронный ресурс]: учебное пособие для вузов/ Бодров В.А. - Электрон. текстовые данные. - М.: Пер Сэ, 2006. - 512 с.- Режим доступа:  
<http://www.iprbookshop.ru/7393.html>.

## **VI. 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://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»

## **VII. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины**

### **1. ПЛАНЫ ПРАКТИЧЕСКИХ (СЕМИНАРСКИХ) ЗАНЯТИЙ И МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ К НИМ**

#### **Тема 1. Диагностика профессиональной идентичности**

1. Организация группы студентов, создание работоспособности группы.  
Для сплочения группы, снятия эмоциональных барьеров и активизации участников используются разминочные упражнения: «Бегущие огни», «Магнит».
2. Мини-лекция «Профессиональная идентичность»
  - Этапы профессионального становления специалиста.
  - Введение понятий «идентичность», «профессиональная идентичность».
  - Этапы профессиональной идентичности.
3. Диагностика профессиональной идентичности и направленности. психодиагностический инструментарий, используемый в ходе занятий:
  - методика изучения статусов профессиональной идентичности (Л.Б. Шнейдер);
  - методика изучения ценностных ориентаций М. Рокича;
  - мини-тест «Профессиональные позиции» анкета для выявления вида профессиональной направленности;
  - тест двадцати предложений «Кто Я?» Д. Куна, Л. Маккпартленда;
  - тест опросник «Самоотношение личности» В.В. Столина, С.Р. Пантелеева;

- мини-сочинение «Образ будущей профессиональной деятельности и моя профессиональная направленность».
- 4. Выяснение существующего образа Я и образа профессии.
- 5. Подведение итогов диагностики.
- 6. Обсуждение видов профессиональной направленности и индивидуальных образов профессии.

**Задания для самостоятельной работы в рамках тематики практических занятий:**

**Задание № 1**

**Тема:** Понятие профессиональной идентичности

**Цель:** ознакомиться с понятием «профессиональная идентичность»

1. Дать характеристику понятиям «идентичность», «профессиональная идентичность».
2. Изложить основные научные подходы к изучению профессиональной идентичности.
3. Описать факторы, влияющие на формирование профессиональной идентичности.

**Список литературы для подготовки:**

1. Ефремов Е. Г. Основы психологии труда и профессиональной психологии [Электронный ресурс]: учебное пособие/ Ефремов Е.Г., Новиков Ю.Т. - Электрон. текстовые данные. - Омск: Омский государственный университет им. Ф.М. Достоевского, 2010. - 352 с. - Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/24911.html>.
2. Шнейдер Л.Б. Экспериментальное изучение профессиональной идентичности. - М., 2000. Портал психологических изданий PsyJournals.ru – [http://psyjournals.ru/psyedu/2007/n4/Rodygina\\_full.shtml](http://psyjournals.ru/psyedu/2007/n4/Rodygina_full.shtml) [Психологические особенности профессиональной идентичности студентов - ПНиО - 4/2007 ...]

**Форма отчета:** конспект, глоссарий основных понятий, связанных с проблемой профессиональной идентичности.

**Задание № 2.**

**Тема:** Диагностика профессиональной идентичности

**Цель:** овладение методиками диагностики профессиональной идентичности

1. Оформление инструкций, ключей и интерпретаций к методикам: методика изучения статусов профессиональной идентичности (Л.Б. Шнейдер), методика «Кто Я» (Кун и Мак Партленд), методика изучения ценностных ориентаций ОТЕЦ, методика исследования самоотношения, методика с готовым перечнем мотивов, самоактуализационный тест Э. Шостром.
2. Подготовка протоколов с выводами по методикам

**Форма отчета:** папки с протоколами по предлагаемым методикам

## **Тема 2. Формирование профессиональной идентичности.**

- Проведение упражнений, направленных на оценку различных аспектов профессионального будущего, включая анализ имеющихся представлений о профессии и о себе как субъекте будущей профессиональной деятельности.

Упражнения, направленные на выяснение и уточнение профессионального будущего:

- упражнение «Ключи» (К. Фопель), цель – развитие символического мышления, проработка и расставание с ненужными отношениями, обнаружение и принятие новых перспектив;
  - упражнение «Человек-однодневка» (Г.Н. Абрамова), цель – расширение временной перспективы;
  - упражнение «Пространство жизни» (А.А. Кроник), цель – тренировка навыков долговременного планирования, формирование навыков биографического мышления, укрепление «чувства реальности»;
  - упражнение «Видеомонолог», цель – развитие механизма вероятностного прогнозирования, тренировка публичных выступлений;
  - упражнение «Раньше – сейчас – потом» (Г. Бардиер, И. Ромазан, Т. Чередникова), цель – развитие временной перспективы;
  - упражнение «Профессиональный портрет» цель – развитие представлений о будущем, формирование позитивного образа Я и профессионального будущего;
  - упражнение «Мои цели», цель – определение приоритетных целей, сопоставление целей и уровня их реализации в предполагаемом виде профессиональной деятельности;
  - упражнение «Ценности профессиональной деятельности», цель – актуализация собственных профессиональных ценностей и сравнение с ценностями общества относительно предполагаемой профессии;
  - упражнение «Я через 10 лет» проективный рисунок, целью которого является осознание себя во временной перспективе и т.д.
- Сопоставление видов профессиональной направленности студентов с идеальным образом профессиональной деятельности и существующим индивидуальным образом профессии.
  - Оценка возможности и ограничения студентов в профессиональной сфере.
  - Уточнение индивидуального образа профессии.
  - Формирование адекватного представления образа профессии и профессионального образа Я.

- Актуализация профессиональной направленности.
- Стимулирование личной ответственности за построение профессионального будущего.
- Формирование представлений о себе как о главном источнике происходящих в собственной жизни событий.
- Активизация процесса обратной связи.

Упражнения ориентированные:

- на рассмотрение образа Я студентами: «Профессиональная идентичность» (С.Ю. Симагина), «Кто Я?» и «Идентификация--какой Я?» (Дж. Шервуд);
- на выяснение профессионального образа Я: «Повышение профессионализма», «Кинорежиссеры» (В.Ю. Бабайцева), «Гостиница», «Реклама услуг» (И. Вачков), «Точка зрения» (В.Ю. Бабайцева) и др.;
- на выявление профессионально важных качеств «Профессиограмма» (Е.М. Иванова) и др.;
- на выяснение профессиональных возможностей и способностей студентов, эмоционального отношения к будущей профессии, мотивов профессиональной деятельности, выработку профессионального образа Я.

#### **Список литературы:**

1. Шнейдер Л.Б. Экспериментальное изучение профессиональной идентичности. - М., 2000. Портал психологических изданий PsyJournals.ru – [http://psyjournals.ru/psyedu/2007/n4/Rodygina\\_full.shtml](http://psyjournals.ru/psyedu/2007/n4/Rodygina_full.shtml) [Психологические особенности профессиональной идентичности студентов - ПНиО - 4/2007 ...]

### **Тема 3. Подведение итогов тренинга. Процедура выхода из тренингового процесса.**

- Анализ и обсуждение результатов самопознания студентов при прогнозировании своего профессионального будущего.
- Активизация значимости профессиональной направленности и необходимости выработки адекватных представлений о профессионально важных качествах и особенностях будущей профессиональной деятельности.
- Формирование образа будущей профессиональной деятельности и устойчивой профессиональной направленности.
- Стимулирование студентов к осознанию себя во временной перспективе, связанной с профессиональной деятельностью, формулирование профессиональных целей и путей их достижения, а также к выработке навыков самостоятельного принятия решений и ответственности за них.
- Завершающая диагностика.
- Упражнение «Символическое закрытие» (М.Смит).

#### **Список литературы:**

1. Шнейдер Л.Б. Экспериментальное изучение профессиональной идентичности. - М., 2000. Портал психологических изданий PsyJournals.ru – [http://psyjournals.ru/psyedu/2007/n4/Rodygina\\_full.shtml](http://psyjournals.ru/psyedu/2007/n4/Rodygina_full.shtml) [Психологические особенности профессиональной идентичности студентов - ПНиО - 4/2007 ...]

## **2. МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ И ЗАДАНИЯ ПО ОРГАНИЗАЦИИ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ СТУДЕНТОВ**

Основной целью самостоятельной работы студентов является подготовка к практическим занятиям и промежуточной аттестации по дисциплине, а также, совершенствование практических навыков освоения данного курса.

Самостоятельную работу студентов можно разделить на несколько видов. Это подготовка к текущим домашним заданиям, самостоятельное чтение рекомендованной литературы по курсу, защита творческих работ.

Уровень сформированности компетенций оценивается в соответствии с программой курса, распределением часов по видам и формам работ. Успешное усвоение курса предполагает активное, творческое участие обучающегося на всех этапах ее освоения путем планомерной, повседневной работы.

*Общие рекомендации:* изучение дисциплины следует начинать с проработки рабочей программы дисциплины, методических указаний и разработок, указанных в программе, особое внимание уделяется структуре и содержанию курса.

Необходимо систематически готовиться к практическим (семинарским) занятиям, изучать рекомендованные к прочтению учебные пособия, монографии, научные статьи и другие материалы. Также при подготовке заданий приветствуется использование любой соответствующей теме научной литературы на родном и иностранном языках, включая различные источники Интернет.

Методический материал, обеспечивает рациональную организацию самостоятельной работы студентов на основе систематизированной информации по темам практических занятий курса.

Для успешного изучения теоретического материала дисциплины студентам предлагается выполнить практико-ориентированные задания, которые преследуют следующие дидактические цели:

- закрепление, углубление, расширение и систематизация знаний;
- самостоятельное овладение новым учебным материалом;
- развитие умений использовать методики и техники самообразовательной деятельности и личностного роста.

Роль этого вида учебной деятельности позволяет сформировать у студентов потребность к постоянному самообразованию, развитию навыков самостоятельной познавательной деятельности.

К каждой практической работе студенты оформляют *конспект*, в котором указываются:

- тема и цели работы;

- описание отрабатываемых знаний, умений, навыков (методик, техник и т.п.);

- выводы.

При подготовке к практическому занятию необходимо уточнить план его проведения, продумать формулировки и содержание учебных вопросов, выносимых на обсуждение, ознакомиться с новыми публикациями по теме занятия и составить список обязательной и дополнительной литературы по вопросам плана занятия. Ведущей дидактической целью практических занятий является систематизация и обобщение знаний по изучаемой теме, разделу, формирование умений работать с дополнительными источниками информации, сопоставлять и сравнивать точки зрения, конспектировать прочитанное, высказывать свою точку зрения и т.п.

*Оценка производится* через механизм совместного обсуждения, сопоставления предложенных вариантов ответов с теоретическими и эмпирическими научными знаниями, относящимися к данной предметной области.

*При подведении рейтинга студента принимаются во внимание работа на практических занятиях (обсуждение теоретических вопросов, выполнение практических заданий и т.д.).*

При подготовке к практическим занятиям следует использовать основную литературу из представленного списка, а также руководствоваться приведенными указаниями и рекомендациями. Для наиболее глубокого освоения дисциплины рекомендуется изучать литературу, обозначенную как «дополнительная» в представленном списке.

На практических занятиях приветствуется активное участие в обсуждении конкретных ситуаций, способность на основе полученных знаний находить наиболее эффективные решения поставленных проблем, уметь находить полезный дополнительный материал по тематике занятий.

Студенту рекомендуется следующая схема самостоятельной подготовки к практическому занятию:

1. Прочитать основную и дополнительную литературу, рекомендованную по изучаемому разделу.
2. Ответить на вопросы плана практического занятия.
3. Выполнить домашнее задание.
4. Проработать тестовые задания и/или задачи.
5. При затруднениях сформулировать вопросы к преподавателю.

Если в процессе самостоятельной работы над изучением теоретического материала или при решении задач у студента возникают вопросы, разрешить которые самостоятельно не удастся, необходимо обратиться к преподавателю для получения у него разъяснений или указаний. В своих вопросах студент должен четко выразить, в чем он испытывает затруднения, характер этого затруднения. За консультацией следует обращаться и в случае, если возникнут сомнения в правильности ответов на вопросы самопроверки.



## ЗАДАНИЕ № 1.

Проанализируйте понятие «синдром сгорания (выгорания)», законспектируйте фазы синдрома эмоционального сгорания психологов.

Большинство исследователей акцентируют свое внимание на фазах синдрома эмоционального сгорания, которые рассматриваются с позиции теории стресса Ганса Селье.

**I фаза** («напряжение») включает симптомы:

- 1) переживания психотравмирующих обстоятельств;
- 2) неудовлетворенности собой;
- 3) загнанности в клетку или неразрешимости ситуации;
- 4) тревоги и депрессии.

**II фаза** («сопротивления») включает симптомы:

- 1) неадекватного эмоционального реагирования;
- 2) эмоционально-нравственной дезориентации;
- 3) расширения сферы экономии эмоций;
- 4) редукции профессиональных обязанностей.

**III фаза** («истощения») включает симптомы:

- 1) эмоционального дефицита;
- 2) эмоциональной отстраненности;
- 3) личностной отстраненности;
- 4) психосоматических и психовегетативных нарушений.

Основные группы причин «синдрома сгорания» таковы:

- монотонность работы, особенно если ее смысл кажется сомнительным, строгая регламентация времени работы, особенно при нереальных сроках ее исполнения;
- нехватка условий для самовыражения личности на работе, когда не поощряются, а подавляются экспериментирование и инновации, работа без возможности дальнейшего обучения и профессионального совершенствования;
- затраты больших личностных ресурсов на работу при недостаточности признания и положительной оценки, напряженность и конфликты в профессиональной среде, недостаточная поддержка со стороны коллег и их излишний критицизм;
- работа с «немотивированными» клиентами, постоянно сопротивляющимися усилиям консультанта помочь им, и незначительные, трудно ощутимые результаты такой работы;
- неразрешенные личностные конфликты консультанта, его личностная незрелость, отягощенность большими личностными проблемами.

### ВОПРОСЫ:

1. Каковы позитивные последствия влияния профессии на личность консультанта?
2. Каковы негативные последствия влияния профессии на личность?

3. Можно ли развести понятия чрезмерной вовлеченности в работу и профессиональной деформации консультанта?
4. Какие аспекты личной и профессиональной жизни включаются в понятие «синдром сгорания»?

## **ЗАДАНИЕ № 2.**

### **«Профессиограмма» (заполнение аналитической таблицы).**

**Цель:** научиться глубже понимать специфику профессии психолога.

**Задание:** заполнить выделенные столбцы по образцу.

**Обсуждение:** высказать свое мнение, обосновать его и аргументировать.

Метод системного анализа деятельности профессионала - аналитическая профессиограмма - обеспечивает построение психологической структуры деятельности профессионала через анализ системы нормативно-организующих признаков, обеспечивающих исполнение операционно-технологических действий или задач субъекта труда. Эти же признаки являются основанием для обозначения целей его деятельности, психологических действий, которые должны им реализовываться в деятельности, и актуализируемых при этом психических и психофизиологических процессов, протекание которых обеспечивается специфическими профессионально важными качествами (Иванова Е. М.).

Профессиональная деятельность психолога носит разноплановый, многоцелевой характер. В гипотетической модели психолога выделяются основные цели исполнения действий, которые могут быть достигнуты при осуществлении таких психологических действий, как перцептивные, диагностические, интерактивные, когнитивные, коммуникативные, волевые, и актуализации процессов рефлексии и эмпатии. Такая профессиограмма может являться основой организации исследования уровня сформированности профессионала или готовности человека к конкретной деятельности, т.к. она включает и основные характеристики трудового процесса (объекта труда), и основные признаки субъекта труда, раскрывающие его профессиональные возможности, отражающие профессионально важные качества, а также мотивационно-эмоциональное состояние.

Все участники получают бланки профессиограммы психолога, заполняют выделенные столбцы по образцу. Затем организуется обмен мнениями.

<b>Операционно-технологическая структура профессии</b>	<b>Психологическая структура деятельности</b>				
<b>Профессиональные функции и задачи</b>	<b>Операционно-технологические действия</b>	<b>Нормативно-ориентирующие признаки исполнения профессиональных действий</b>	<b>Цели действий</b>	<b>Психологическая характеристика действий</b>	<b>Психические процессы и профессионально важные качества, обеспечивающие их протекание</b>
<p>Научно-исследовательские (общая психология, социальная, возрастная, введение в профессию, методологические проблемы психологии, логика, математика, информатика и др.)</p>	<p>Участие в работе научной группы, планирование и организация исследований, работа с литературой, разработка и совершенствование количественных методов</p>	<p>Общетеоретическая подготовка, квалификационные нормативы учебно-и научно-исследовательских работ, планы учебной и исследовательской работы кафедры, лаборатории, методические рекомендации, компьютерная грамотность</p>	<p>Познать, применять, использовать, изучать (исследовать), анализировать</p>	<p>Когнитивные</p>	<p>Мышление репродуктивное и продуктивное, словесно-логическое, речь, восприятие, устойчивость и концентрация произвольного внимания, долговременная произвольная память, настойчивость, умение планировать свою работу, самоорганизация, эмоционально-волевая регуляция, профессиональное честолюбие, аккуратность и последовательность в работе</p>
<p>Экспертно-диагностические (основы психодиагностики, математические методы, психологический</p>	<p>Сбор феноменологических данных, выдвижение теоретических конструктов и гипотез, выбор методов</p>	<p>Психометрические стандарты, профессионально-этические нормативы, методические рекомендации,</p>		<p>Когнитивные, перцептивные, коммуникативные, аналитические</p>	<p>Мышление формально-логическое, продуктивное, объем и произвольность внимания, оперативная память, эмпатия, беспристрастность, уважение к личности,</p>

практикум, спецпрактикумы)	и методик, проведение обследования, постановка диагноза, выдача обратной связи, рекомендаций, прогнозов	общетеоретическая подготовка, возрастные и групповые нормативы, компьютерная грамотность			тщательность и добросовестность, вежливость, интуиция, аккуратность и последовательность
Экспериментальные (экспериментальная психология, матем. методы, логика, курсовые)	Планирование эксперимента, определение переменных, выдвижение и проверка гипотез, очищение условий, протоколирование, обработка данных, интерпретация результатов, написание отчета		Планировать, выдвигать идеи и гипотезы, организовывать, проверять, протоколировать, обрабатывать, обсчитывать, обсуждать и обобщать	Когнитивные, творческие	Мышление продуктивное, оперативная память, концентрация, устойчивость и распределение внимания, воображение, целеустремленность, оптимизм, находчивость, тщательность, методичность, работоспособность, инициативность, интеллектуальная смелость, критичность
Психопрофилактические (семейная психология, технология социальной работы, клиническая психология, этнопсихология, психология девиантного поведения. психофизиология)		Психофизиологические, психогигиенические, медицинские, юридические, социально-экономические нормативы, методические рекомендации	Организовывать, рекомендовать, советовать, учитывать, разрабатывать	Когнитивные, интерактивные, коммуникативные, организаторские	Мышление продуктивное и репродуктивное, воображение, внимание, вербальное общение, тактичность, организованность, гуманизм, отзывчивость, компетентность,

и др.)					уверенность в себе, доброжелательность, умение заботиться о посторонних
Психотерапевтические (основы психотерапии, психология семейных отношений, клиническая психология, начала психиатрии)	Установление терапевтического альянса, анализ запроса, работа с проблемами, анализ причин, осуществление терапевтической интервенции, оценка эффективности	Профессионально-этические требования, концептуальная и технологическая подготовка, профессионально-личностное самоопределение	Слушать, учитывать, понимать, использовать владеть		Мышление словесно-логическое и наглядно-образное, версионное, метафорическая речь, внимание, восприятие, воображение, эмпатия, рефлексия, безоценочность, чувствительность, конгруэнтность, лабильность, позитивная Я-концепция, способность к самоисследованию, вера в человека, профидентичность
Психокоррекционные, реабилитационные (технология социальной работы, детская психологическая служба, клиническая психология, психология конфликтов, психология зрелого возраста и др.)		Профессионально-этические требования, методические рекомендации	Организовывать, проводить, участвовать, разрабатывать, учитывать, оценивать	Интерактивные, организаторские, коммуникативные, перцептивные, аналитические, сенсомоторные	Мышление наглядно-действенное, продуктивное, речь, воображение, координация, спонтанность, эмоционально-волевая регуляция, эмпатия, гуманизм, отзывчивость, ответственность, доброжелательность, чувствительность, жизнерадостность,

					желание и умение заботиться о посторонних, терпеливость
Консультативные основы консультирования, индивидуальное и семейное консультирование, организационное консультирование, детская псих. служба, психология конфликта и др.)	Диагностирование, установление контакта, анализ запроса, работа с проблемами, организация психологической интервенции, оказание эмоциональной поддержки	Профессионально-этические требования, специальная теоретическая и практическая подготовка, профессиональные и социально-экономические нормативы (в управленческом консультировании)		Интерактивные, перцептивные, аналитические, рефлексивные	Мышление продуктивное словесно-логическое и наглядно-действенное, оперативная память, избирательное внимание, диалогичность речи, воображение, социальное восприятие, эмпатия, рефлексия, конгруэнтность, позитивная Я-концепция, безоценочность, эмоциональная устойчивость, сенситивность, терпимость, здравый смысл
Лекционно-просветительские, активного обучения (педагогика, педагогическая психология, методика преподавания психологии, методика СПТ, тренинги, психология общения, логика, этика)	Проведение различных видов учебных занятий, чтение лекций, выбор средств и методов обучения, подготовка занятий, их анализ, проведение бесед, социально-психологических тренингов,		Знать, объяснять, обсуждать, отвечать, изучать, применять, разрабатывать, планировать, моделировать, анализировать, фасилитировать	Интерактивные, коммуникативные, когнитивные	Мышление репродуктивное и продуктивное, речь, произвольное внимание, восприятие, оперативная память, трудолюбие, эмоционально-волевая регуляция, самостоятельность, работоспособность, энтузиазм,

	ролевых игр				добросовестность, эмоциональная лабильность, самоорганизация, способность обучать других, склонность к разнообразию
Профориентационные и профконсультационные психология труда, практическая психология в организации, основы психодиагностики, основы консультирования)	Диагностика, беседа, чтение лекций, проектирование профессиональной деятельности, разработка профессиограмм, проведение профотбора	Юридические, медицинские, квалификационные, эргономические, социально-экономические, технико-технологические, микроклиматические и социально-психологические нормативы, должностные инструкции, техника безопасности, перспективные планы развития организаций, региональные положения, информация службы занятости	Оценивать, познать, спрогнозировать, моделировать и проектировать, информировать, активизировать	Когнитивные (сопоставление, обобщение), коммуникативные (побуждение к общению и действию)	

### ЗАДАНИЕ № 3. «Человек-человек» (Е.А. Климов)

**Цель:** развивать ориентацию в мире профессий (сравнение и сопоставление), более глубоко понимать специфику своей профессии.

Участники знакомятся с обобщенной и неколичественной психологической характеристикой представителей профессий типа «человек-человек». После описания (обобщенной профессиограммы) приводится небольшой алфавитный перечень названий разных профессий.

**Задание:** распределить эти названия сообразно приведенной характеристике профессии. Поскольку профессии являются сложными многопризнаковыми объектами, целесообразно делать так: указывать профессию, которая к данному типу относится, скажем, в первую очередь, «на пять баллов», какая, по вашему мнению, тоже относится, но во вторую очередь - «на четыре балла», какая - «на три балла» и т. д.

**Обсуждение:** аргументировать, обосновать и защитить свое мнение по специальности психолога-консультанта.

*Субъект в профессиях типа « человек - человек, человеческие общности, социальные системы» (сокращенный вариант).*

Работник усматривает мир (и мир волнует его) прежде всего со стороны наполненности окружающей среды разными, разнообразными, разномыслящими, разнокачественными и разнонаправленными людьми, группами, сообществами, организациями, их сложными взаимоотношениями. В то же время «космическая», «природно-планетная» составляющая образа мира практически не находит заметного отображения на первых планах самосознания. Это какой-то далекий смутный фон.

Профессионалы выделяют и удерживают в сознании прежде всего такие целостности, которые характеризуют умонастроение, поведение людей, образ их жизни и формы активности, а также способы привнесения порядка, упорядоченности в сложную жизнь человека и общества. Цивилизация, культура, история человечества в представлении таких специалистов - это прежде всего народы, страны, государства, языки, культурные ценности разных народов. А международные отношения - это прежде всего деловые - политические, торгово-экономические, общекультурные - взаимодействия между хорошо различаемыми социальными системами.

Деятельность человечества, людей - это прежде всего приобщение широких слоев населения к освоению культурных ценностей, культурно-просветительская деятельность, доведение товаров до потребителя, обеспечение гражданских прав, борьба с преступлениями разного рода. Наиболее детализированы при этом представления о разновидностях людей (и дети, и взрослые, и обезличенные «лица», и индивидуально отличаемые люди, например, «склонные к тунеядству» и пр.).

Работники - представители профессий данного типа - умеют руководить группами, коллективами, сообществами людей (придавать некоторую упорядоченность общественным процессам сообразно поставленным целям),



учить и воспитывать людей того или иного возраста, лечить, осуществлять полезные действия по обслуживанию различных потребностей людей (материальных, духовных, социальных).

Исполнительно-двигательная сторона труда имеет в профессиях этого типа следующие особенности: это прежде всего речевые действия (говорение тоже не обходится без рече-двигательных навыков...). Далее, это выразительные движения (мимика, пантомимика) и, кстати говоря, выразительные свойства внешности и даже одежды.

Особенности познавательной деятельности представителей профессии этого типа во многом определяются чудовищной сложностью и текучестью, нестандартностью предметов рассмотрения, воздействия, поиска, принципиальной нечеткостью границ, разделяющих социальные явления.

Очень важным является умение слушать (не перебивая) и слышать, понимать стороннего человека, понимать именно его внутренний мир, а не мерить его своим аршином (не приписывать ему то, что нам самим бы пришло в голову в его положении).

Профессионал рассматриваемого типа должен иметь немалый кругозор в области гуманитарного знания. Очень кстати оказывается здесь и жизненный опыт, и основанное на нем понимание внутреннего состояния тех людей, с которыми приходится иметь дело. Поскольку социальные ситуации изменчивы и неповторимы, работнику нужно отчетливо выделять наряду с более или менее «вечными» знаниями знания оперативные, относящиеся к конкретной обстановке «здесь и сейчас».

Среди требований к качеству исполнительно-двигательных проявлений на первом месте требования не только к письменной, но и к устной речи — ее четкости, раздельности, удобному для слушателей темпу, связности и, конечно, ясности, понятности содержания высказываний, реплик.

Самое главное в области познавательных процессов представителей рассматриваемого типа профессий, конечно, не острота зрения или слуха, а своеобразная душеведческая направленность ума, наблюдательность к проявлениям чувств, ума и характера человека, к его поведению, умение или способность мысленно представить, смоделировать именно его внутренний мир, а не приписать ему свой собственный или иной, знакомый по опыту или по газетам.

И еще важен оптимистический проектировочный подход к человеку, основанный на уверенности, что человек всегда может стать все лучше и лучше. Технический стереотип приписывания качества, «сорта» раз и навсегда здесь обычно неуместен.

Требуется и очень важна способность сопереживать другому человеку (сострадать и сорадоваться).

*Итак, соотнесите оговоренным в начале текста способом названные ниже профессии, специальности с охарактеризованным выше типом.*

1. Агроном 5...4...3...2...1...0
2. Ветеринарный фельдшер 5...4...3...2...1...0
3. Воспитатель дошкольных учреждений 5...4...3...2...1...0

4. Делопроизводитель 5...4...3...2...1...0
5. Корректор типографии 5...4...3...2...1...0
6. Медицинская сестра 5...4...3...2...1...0
7. Менеджер по персоналу 5...4...3...2...1...0
8. Наладчик машин и технологического оборудования 5...4...3...2...1...0
9. Нотариус 5...4...3...2...1...0
11. Оптик 5...4...3...2...1...0
12. Педагог-тренер 5...4...3...2...1...0
13. Почтальон 5...4...3...2...1...0
14. Проводник пассажирского вагона дальнего следования 5...4...3...2...1...0
15. Продавец непродовольственных товаров 5...4...3...2...1...0
16. Психолог-консультант 5...4...3...2...1...0
17. Пчеловод 5...4...3...2...1...0
18. Следователь 5...4...3...2...1...0
19. Фрезеровщик 5...4...3...2...1...0
20. Художник-реставратор 5...4...3...2...1...0
21. Эвакуатор службы скорой помощи 5...4...3...2...1...0
22. Экскурсовод 5...4...3...2...1...0
23. Экономист 5...4...3...2...1...0

#### ЗАДАНИЕ № 4.

#### «Внутренние и внешние мотивы» (В. Квинн)

**Цель:** анализ самомотивирования в работе, рефлексия.

**Задание:** перечислить по три условия, при выполнении которых вы будете удовлетворены своей работой. Обоснуйте свой выбор.

Условие: «Представьте себе, что вы ищете работу. Вы хотите, чтобы новая работа удовлетворяла вас с точки зрения как внешних, так и внутренних мотивов. Перечислите по три условия, как первых, так и вторых, при выполнении которых вы будете удовлетворены своей работой».

**Внешние мотивы** .....

*(например, хорошее начальство, хорошая зарплата и дополнительные льготы, хорошо поставленная охрана труда)*

**Внутренние мотивы** .....

*(например, гибкий график работы, ответственная работа, управление через постановку целей)*

#### ЗАДАНИЕ № 5.

#### Самопроверка

**1. Какой из перечисленных ниже психологов, вероятнее всего, мог бы утверждать, что «целое больше, чем сумма его частей»?**

- а) бихевиорист
- б) психоаналитик
- в) гештальт-психолог

г) приверженец гуманистической психологии

**2. Какое направление психологии, занимается только наблюдением и обсуждением поведения человека?**

- а) бихевиоризм
- б) гештальт-психология
- в) психоаналитическое направление
- г) гуманистическое направление

**3. Психолог сказал Алексею, что тому не следует винить себя в собственной агрессивности, так как им управляют бессознательные побуждения. Какого направления придерживается этот психолог?**

- а) бихевиоризма
- б) гештальтпсихологии
- в) психоаналитического направления
- г) гуманистического направления

**4. Чему уделит бы внимание гуманистический психолог?**

- а) организации психики
- б) неосознаваемым побуждениям
- в) способамощрения
- г) свободе выбора

**5. К какому направлению принадлежат психологи, более всего интересующиеся тем, как именно человек перерабатывает информацию?**

- а) бихевиоризму
- б) когнитивной психологии
- в) психоанализу
- г) гуманистической психологии

**6. Кто из перечисленных ниже специалистов принимает и применяет на практике несколько направлений психологии?**

- а) психоаналитик
- б) бихевиорист
- в) гештальтпсихолог
- г) приверженец эклектического подхода

**7. На каком этапе образования большинство психологов избирают одну из специальностей?**

- а) в средней школе
- б) на младших курсах университета
- в) на старших курсах университета
- г) никогда

**8. Кто из следующих специалистов имеет квалификацию врача?**

- а) социальный работник
- б) клинический психолог
- в) психиатр
- г) народный целитель

### **ЗАДАНИЕ № 6.**

#### **«Требования к работе» (В. Квинн)**

**Цель:** осознание своих требований к работе, освоение навыков сознательного поиска работы.

**Задание:** подготовьте 10 вопросов, на которые вам нужно получить ответ при выборе работы.

**Источник:** Тренинг профессиональной идентичности: руководство для преподавателей вузов и практикующих психологов / Автор-сост. Л. Б. Шнейдер. – М.: Изд-во Московского психолого-социального института; Воронеж: Изд-во НПО «МОДЭК», 2008.

### **ЗАДАНИЕ № 7.**

#### **«Резюме и аппликационное письмо» (В. Квинн)**

**Цель:** тренировка навыков составления резюме и написания аппликационного письма.

**Задание:** составить резюме и аппликационное письмо по схеме.

**Источник:** Тренинг профессиональной идентичности: руководство для преподавателей вузов и практикующих психологов / Автор-сост. Л. Б. Шнейдер. – М.: Изд-во Московского психолого-социального института; Воронеж: Изд-во НПО «МОДЭК», 2008.

### **3. ВОПРОСЫ ДЛЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ, САМОКОНТРОЛЯ И ПОДГОТОВКЕ К ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ**

1. Дать краткую характеристику понятий «идентичность», «профессиональная идентичность».
2. Основные научные подходы к изучению профессиональной идентичности.
3. Феноменологический подход к изучению профессиональной идентичности.
4. Синергетический подход к изучению профессиональной идентичности.
5. Хронотопический подход к изучению профессиональной идентичности.
6. Системный подход к изучению профессиональной идентичности.
7. Факторы, влияющие на формирование профессиональной идентичности.
8. Основные психологические характеристики, выделяемые для изучения профессиональной идентичности.
9. Основные методики, применяемые для изучения профессиональной идентичности.
10. Методика изучения статусов профессиональной идентичности (Л.Б. Шнейдер).
11. Методика «Кто Я» (Кун и Мак Партленд).
12. Методика исследования самоотношения.

13. Методика с готовым перечнем мотивов, самоактуализационный тест Э. Шостром.
14. Характеристика категории «психологическое время».
15. Психологическое время и его модусы: прошлое, настоящее и будущее.
16. Хронотопический подход к изучению проблемы профессиональной идентичности.
17. Характеристика основных методик для изучения особенностей временной перспективы.
18. Методика: «Временные децентрации» и правила ее проведения.
19. Методика: «Проблемная насыщенность будущего».
20. Методика: «Шкалы временных установок».
21. метод семантического дифференциала.
22. Методика Ф. Зимбардо, направленная на изучение временных ориентаций.
23. Дать характеристику понятиям «прогнозирование», «антиципация», «прогностическая способность».
24. Возрастные особенности развития прогностической способности.
25. Антиципация и ее значение в различных профессиях.
26. Основные методики изучения антиципации «Способность к антиципации», «Прогностическая задача».
27. Понятие временной перспективы.
28. Охарактеризовать понятие транспективы.
29. Структура прогностической способности.

#### **4. МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ВЫПОЛНЕНИЮ ТВОРЧЕСКИХ РАБОТ (ЭССЕ)**

##### **Примерные темы эссе:**

1. Психолог – это человек, который...
2. Особенности становления профессиональной идентичности студентов психологического факультета.
3. Особенности временных ориентаций студентов психологического факультета.
4. Особенности образа будущего студентов психологического факультета.
5. Особенности развития прогностических способностей студентов психологического факультета.
6. Кто я как профессионал?

##### **Основные требования к написанию эссе**

**Эссе** – это самостоятельная письменная работа на тему, предложенную преподавателем соответствующей дисциплины или самостоятельно избранная студентом по проблематике читаемого курса. Цель написания эссе состоит в развитии навыков самостоятельного творческого подхода к пониманию и осмыслению проблем научного знания, возможности его прикладного использования, а также навыков письменного изложения

собственных мыслей и отношения к различным социально-психологическим и общественным явлениям.

**По своей структуре эссе содержит следующие разделы:**

1. титульный лист;
2. содержание, или краткий план, выполняемой работы;
3. введение;
4. основную часть, включающую 1-2 параграфа;
5. заключение;
6. список использованной литературы (библиографию).

В зависимости от специфики изучаемой дисциплины формы представления эссе и его тематика могут значительно различаться. В некоторых случаях это может быть анализ отечественной или зарубежной литературы по какой-либо проблеме или аналитический обзор периодической печати по тому или иному вопросу. В эссе может быть также реализован сравнительно-аналитический подход к освещению психологических феноменов в современной отечественной и зарубежной литературе.

В эссе может быть реализована попытка самостоятельного осмысления того или иного аспекта практического применения психологических знаний. Эссе может основываться на описании и обобщении авторской позиции в том или ином литературном источнике (монография, книга, статья в журнале).

**Требования к оформлению и содержанию эссе**

Эссе должно быть напечатано 14 шрифтом через 1,5 интервала (MS Word), общим объемом от 3 до 15 (примерно) страниц. Страницы эссе должны иметь сквозную нумерацию. Первой страницей является титульный лист, на котором номер страницы не проставляется.

**Введение**

Введение должно включать обоснование интереса выбранной темы, ее актуальность или практическую значимость. Важно учесть, что заявленная тема должна быть адекватна раскрываемому в эссе содержанию, иначе говоря, не должно быть несогласования в названии и содержании работы.

**Основная часть**

Основная часть предполагает последовательное, логичное и доказательное раскрытие заявленной темы эссе с ссылками на использованную и доступную литературу, в том числе электронные источники информации. Каждый из используемых и цитируемых литературных источников должен иметь соответствующую ссылку.

Культура оформления письменной работы, и в частности эссе обязательно включает наличие выводов по каждому разделу и общего заключения.

## **Заключение**

Обычно содержит до 1 страницы текста, в котором отмечаются достигнутые цели и задачи, выводы, обобщающие авторскую позицию по поставленной проблеме и перспективные направления возможных исследований по данной тематике.

## **Литература**

Должны быть обозначены несколько литературных источников, среди которых может быть представлен только один учебник, поскольку эссе предполагает умение работать с научными источниками, к которым относятся монографии, научные сборники, статьи в периодических изданиях.

Требования к написанию и оценке эссе могут трансформироваться в зависимости от их формы и содержания, при этом особое внимание уделяется следующим критериям:

- самостоятельность выполнения работы;
- творческий подход к осмыслению предложенной темы;
- способность аргументировать основные положения и выводы;
- обоснованность, доказательность и оригинальность постановки и решения проблемы;
- четкость и лаконичность изложения собственных мыслей;
- использование литературных источников и их грамотное оформление;
- соответствие работы формальным требованиям и жанру самостоятельной работы.

## **Критерии оценки эссе:**

- раскрыта проблемы на теоретическом уровне, с корректным использованием исторических понятий в контексте ответа – 2 балла;
- представлена аргументированная собственная точка зрения (позиции, отношения) – 2 балла;
- представлена собственная точка зрения, но не аргументирована – 1 балл;
- внутреннее смысловое единство, соответствие теме – 2 балла;
- соблюдены правила орфографической, пунктуационной, стилистической культуры – 1 балл;
- соблюдены требования к объёму реферата – 1 балл.

## **5. ТВОРЧЕСКАЯ РАБОТА «КРОССВОРД» И ПОДГОТОВКА К ПОНЯТИЙНОМУ ДИКТАНТУ**

В качестве самостоятельной творческой работы студентам предлагается составление кроссворда, который должен содержать не менее 10 понятий (и их определений), рассматриваемых в рамках данного курса.

В дальнейшем мера раскрытия основных понятий по данной дисциплине проверяется на выполнении студентами понятийного диктанта, состоящего

из 10 понятий. Примеры заданий для понятийного диктанта: дайте определение понятиям «идентичность», «профессиональная идентичность», «антиципация», «интеракция», «временная перспектива», «транспектива», «перспектива», «прогностические способности» и пр.

## **6. ТВОРЧЕСКАЯ РАБОТА «АРХИВ ТРЕНИНГОВЫХ УПРАЖНЕНИЙ»**

Студентам предлагается создать собственный архив тренинговых техник в рамках тематики курса. Затем каждый студент самостоятельно проводит в тренинговой группе три выбранные/созданные им упражнения, тем самым пробуя себя в роли ведущего группы. Особое внимание уделяется обоснованности выбора упражнений и их соответствию тематике курса/практического занятия.

### **II. Требования к рейтинг-контролю**

*Текущий контроль:*

- 1) контроль посещения и работы на практических занятиях;
- 2) контроль выполнения студентами заданий для самостоятельной работы.

Работа на практических занятиях оценивается преподавателем по итогам подготовки и выполнения студентами заданий для самостоятельной работы, а также активности работы в группе. Пропуск практических занятий предполагает отработку по пропущенным темам. Форма отработки определяется преподавателем.

*Промежуточный контроль:*

решение о зачете является составным и выставляется как сумма по результатам выполнения следующих заданий:

1. Степень активности на практических занятиях – 20 баллов.
2. Написание эссе – 10 баллов.
3. Понятийный диктант – 10 баллов.
4. Выполнение заданий в рамках самостоятельной работы – 20 баллов.
5. Творческая работа «Архив тренинговых упражнений» - 15 баллов.
6. Составление кроссворда – 10 баллов.
7. Коллоквиум - 15 баллов.

**ИТОГО: 100 баллов.**

Примечание: зачет студент получает при набранных им 40 и более баллах.

**VIII. Перечень педагогических и информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по**



**дисциплине, включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем (по необходимости)**

• **педагогические технологии:**

- мини- лекция
- метод малых групп
- интерактивные методы обучения:
- тренинговые упражнения
- психогимнастические упражнения
- ролевые игры
- моделирующие реальные профессиональные и жизненные ситуации
- групповая дискуссия
- деловые игры, направленные на обучение проектированию жизненной и профессиональной стратегии
- решение прогностических задач
- анализ ситуаций
- психологическая диагностика

• **информационные технологии:**

использование мультимедийных технологий в рамках проведения лекционных и практических занятий.

• **программное обеспечение:**

- Google Chrome - бесплатно
- Многофункциональный редактор ONLYOFFICE - бесплатное ПО
- ОС Linux Ubuntu - бесплатное ПО
- Kaspersky Endpoint Security 10 для Windows - Акт на передачу прав № 1842 30.11.2020
- IBM SPSS Statistics 27 - Акт приема-передачи по договору №20201222-1 от 28.12.2020

• **информационно-справочные системы:**

- Цифровой образовательный ресурс IPRsmart (была ЭБС IPRbooks) договор № 05-5/22К от 02.08.2022
- ЭБС "ZNANIUM" договор № 283эбс от 02.08.2022
- ЭБС "ЛАНЬ" договор № 02-е/22 от 02.08.2022
- ЭБС "Университетская библиотека онлайн" договор № 14-06/2022 от 02.08.2022
- "Образовательная платформа ЮРАЙТ" договор № 03-е/22 от 02.08.2022  
Срок подключения с 04 августа 2022 по 03 августа 2023
- 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/>

• **Профессиональные базы данных:**

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

#### **IX. Материально-техническая база, необходимая для осуществления образовательного процесса по дисциплине**

Тренинговый класс, мультимедийная техника, аудиотехника, флипчарт.

#### **X. Сведения об обновлении рабочей программы дисциплины**

<b>№ п.п.</b>	<b>Обновленный раздел рабочей программы дисциплины</b>	<b>Описание внесенных изменений</b>	<b>Дата и протокол заседания кафедры, утвердившего изменения</b>
1.	V. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины (или модуля)	Корректировка списка основной и дополнительной литературы	Протокол заседания кафедры Психология труда и клиническая психология № 1 от 31.08.2018.
2.	IV. Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (или модулю) 1. Типовые контрольные задания для проверки уровня сформированности компетенций	Новые варианты оценочных средств	Протокол заседания кафедры Психология труда и клиническая психология № 1 от 31.08.2018.
3.	VII. Методические указания для	Внесены изменения в учебную программу и методические	Протокол заседания

	обучающихся по освоению дисциплины (или модуля)	рекомендации студентам по изучению курса, скорректированы требования к рейтинг-контролю	кафедры Психология труда и клиническая психология № 1 от 31.08.2018.
4.	V. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины (или модуля)	Корректировка списка основной и дополнительной литературы	Протокол № 11 от 08.06.2021 заседания кафедры «Психология труда и клиническая психология»
5.	VIII. Перечень педагогических и информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине, включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем	Корректировка перечня программного обеспечения и информационных справочных систем	Протокол № 11 от 08.06.2021 заседания кафедры «Психология труда и клиническая психология»
6.	V. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины	Корректировка списка основной и дополнительной литературы	Протокол № 1 от 29.08.2022 заседания кафедры «Психология труда и клиническая психология»
7.	IV. Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся по практике 1. Типовые задания для проверки уровня сформированности компетенции	Обновление фонда оценочных средств	Протокол № 1 от 29.08.2022 заседания кафедры «Психология труда и клиническая психология»
8.	Перечень информационных технологий, используемых при проведении практики, включая перечень программного	Обновление реквизитов договоров, заключенные с прямыми правообладателями ресурсов: -программное обеспечение; -информационно-справочные системы;	Протокол № 1 от 29.08.2022 заседания кафедры «Психология труда и клиническая

	обеспечения и информационных справочных систем	-профессиональные базы данных.	психология»
--	--	--------------------------------	-------------