

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Смирнов Сергей Николаевич
Должность: врио ректора
Дата подписания: 14.10.2024 11:19:14
Уникальный программный ключ:
69e375c64f7e975d4e8830e7b4fcc2ad1bf35f08

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



Утверждаю:
Руководитель ООП
И.А. Бариляк
«17» января 2024 г.

Рабочая программа дисциплины (с аннотацией)

Тренинг профессионального саморазвития

Направление подготовки

37.04.01 Психология

Направленность (профиль) подготовки

Психологическое консультирование

Для студентов 1 курса, очной формы обучения

Составитель: Л.А. Становова

Тверь, 2024

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):

приёмами 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, соотнесённые 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 развивающего 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>

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

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. 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, 2024. — 234 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-14387-4. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/541417>

2. Корнеенков, С. С. Психология и этика профессиональной деятельности : учебное пособие для среднего профессионального образования / С. С. Корнеенков. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 304 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-11483-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/542428>

3. Маралов, В. Г. Психология саморазвития : учебник и практикум для вузов / В. Г. Маралов, Н. А. Низовских, М. А. Щукина. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 320 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-9916-9979-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/538720>

4. Этика и психология профессиональной деятельности : учебное пособие для среднего профессионального образования / Е. И. Рогов [и др.] ; под общей редакцией Е. И. Рогова. — 3-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 509 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-11054-8. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/542140>

б) Дополнительная литература

1. Корнеенков, С. С. Психология и этика профессиональной деятельности / С. С. Корнеенков. — 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>

2. 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>

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. 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>

5. 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>

6.

2) Программное обеспечение

• **программное обеспечение:**

- Google Chrome - бесплатно
- Многофункциональный редактор ONLYOFFICE - бесплатное ПО
- ОС Linux Ubuntu - бесплатное ПО
- Kaspersky Endpoint Security 10

3) Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы

ЭБС Лань

ЭБС Znanium.com

ЭБС Университетская библиотека online

ЭБС ЮРАЙТ

ЭБС IPR SMART

- 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/kratie-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,	Набор учебной мебели, экран, стационарный мультимедийный проектор с потолочным креплением, переносной ноутбук
--	---

пер. Студенческий, д. 12, 4-й этаж, помещение 56)	
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.	IV. Оценочные материалы для проведения текущей и промежуточной аттестации	Переработаны и внесены новые оценочные материалы для проведения текущей и промежуточной аттестации. Обновлены вопросы для подготовки к итоговой аттестации.	Протокол № 2 от 05.10.2022 заседания ученого совета факультета
3.	V. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины	Обновлен список литературы и информационные ресурсы	Протокол №1 от 29.08.2023 года заседания ученого совета факультета