

САНКТ-ПЕТЕРБУРГСКОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ
АВТОНОМНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ

**«САНКТ-ПЕТЕРБУРГСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ИНСТИТУТ
ПСИХОЛОГИИ И СОЦИАЛЬНОЙ РАБОТЫ»
(СПбГИПСР)**

КАФЕДРА ОБЩЕЙ, ВОЗРАСТНОЙ И ДИФФЕРЕНЦИАЛЬНОЙ ПСИХОЛОГИИ



Рабочая программа дисциплины

ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ САМОРАЗВИТИЯ ЛИЧНОСТИ

по образовательной программе 37.04.01 Психология

«Психологическое консультирование»

Разработчик: доктор психолог. наук Щукина Мария Алексеевна

Согласовано: доктор психолог. наук, зав. кафедрой Щукина Мария Алексеевна

Санкт-Петербург

2020

РАЗДЕЛ 1. Учебно-методический раздел рабочей программы дисциплины

1.1. Аннотация рабочей программы дисциплины

ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ САМОРАЗВИТИЯ ЛИЧНОСТИ

Цель изучения дисциплины: формирование системы представлений студентов в области современной персонологии, ориентированной на познание человека как активного субъекта своей жизнедеятельности и саморазвитие как личностной и профессиональной стратегии развития.

Задачи дисциплины:

1. Сформировать представления о проблемном поле современной психологии саморазвития личности.
2. Раскрыть основные черты группы психологических понятий «само-».
3. Проанализировать сложившиеся в психологии и предлагаемые в современных исследованиях подходы к решению проблем саморазвития личности.
4. Выполнить обзор психологических технологий и методов, которые используются в процессе сопровождения саморазвития личности.

Содержание дисциплины:

Группа психологических понятий «само-».

Саморазвитие как форма развития и жизненная стратегия современного человека.

Возможности диагностики и психологической поддержки саморазвития личности.

1.2. Цель и задачи обучения по дисциплине

Цель – формирование системы представлений студентов в области современной персонологии, ориентированной на познание человека как активного субъекта своей жизнедеятельности и саморазвитие как личностной и профессиональной стратегии развития..

Задачи:

1. Сформировать представления о проблемном поле современной психологии саморазвития личности.
2. Раскрыть основные черты группы психологических понятий «само-».
3. Проанализировать сложившиеся в психологии и предлагаемые в современных исследованиях подходы к решению проблем саморазвития личности.
4. Выполнить обзор психологических технологий и методов, которые используются в процессе сопровождения саморазвития личности.

В результате успешного овладения дисциплины будущий специалист **должен:**

знать:

- историю формирования, современное состояние, предметное содержание, цели, задачи, проблемы психологии саморазвития личности;
- основные теории и концепции изучения саморазвития личности отечественной и зарубежной психологии;
- психологические технологии и методы психологического сопровождения саморазвития личности;

уметь:

- применять понятийно-категориальный аппарат психологии саморазвития личности при анализе и организации саморазвития личности;
- учитывать личностные особенности и закономерности развития личности при решении задач по сопровождению саморазвития личности;
- ориентироваться в научной литературе по проблематике психологии саморазвития личности;

иметь навыки:

- составления и экспертизы программ психологического сопровождения саморазвития личности;
- подбора и создания психологических методик, техник, приемов для программ психологического сопровождения саморазвития личности.

1.3. Язык обучения

Язык обучения – русский.

1.4. Объем дисциплины в зачетных единицах с указанием количества академических часов, выделенных на контактную работу обучающихся с преподавателем по видам учебных занятий, самостоятельную работу, форму промежуточной аттестации*

Форма обучения	Общий объем дисциплины			Объем в академических часах								
	В зач.ед.	В астрон. часах	В академ. часах	Объем самостоятельной работы	Объем контактной работы обучающихся с преподавателем							Промежуточная аттестация (экзамен)
					Всего	Виды учебных занятий					В том числе контактная работа (занятия) в интерактивных формах	
						Всего учебных занятий	Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Групповые консультации	Индивидуальные консультации		
Очная	2	54	72	44	28	26	8	18	-	-	10	2
Очно-заочная	2	54	72	48	24	22	6	16	-	-	8	2
Заочная	2	54	72	62	10	8	-	-	8	-	4	2

* В случае реализации смешанного обучения рабочая программа дисциплины адаптируется преподавателем в части всех видов учебных занятий и промежуточной аттестации к использованию дистанционных образовательных технологий.

1.5. Планируемые результаты обучения по дисциплине, обеспечивающие достижение планируемых результатов освоения образовательной программы

Планируемые результаты обучения по образовательной программе (перечень компетенций в соответствии с ФГОС и ОПОП)	Планируемые результаты обучения по дисциплине (перечень компетенций по дисциплине)
с ОК-1 по ОК-3, с ОПК-1 по ОПК-3 с ПК-1 по ПК-6, ПК-11, ПК-12 ВПК-1, ВПК-2	– способность анализировать базовые механизмы психических процессов, состояний и индивидуальных различий с учетом антропометрических, анатомических и физиологических параметров жизнедеятельности человека в фило-, социо- и онтогенезе (ПК-3); – способность разрабатывать и проводить мероприятия по оказанию психологической помощи и психологического консультирования клиентов различных социальных и возрастных групп (ВПК-1).

РАЗДЕЛ 2. Структура и содержание дисциплины

2.1. Учебно-тематический план дисциплины

Очная форма обучения

Тема (раздел) дисциплины (указывается номер темы, название)	Общее количество аудиторных часов	Общее кол-во часов на занятия лекционного типа	Общее кол-во часов на занятия семинарского типа	
			Всего	Из них интерактивные формы
Тема 1. Группа психологических понятий «само-»	6	2	4	2
Тема 2. Саморазвитие как форма развития и жизненная стратегия современного человека	8	2	6	4
Тема 3. Возможности диагностики и психологической поддержки саморазвития личности	12	4	8	4
Итого:	26	8	18	10

Очно-заочная форма обучения

Тема (раздел) дисциплины (указывается номер темы, название)	Общее количество аудиторных часов	Общее кол-во часов на занятия лекционного типа	Общее кол-во часов на занятия семинарского типа	
			Всего	Из них интерактивные формы
Тема 1. Группа психологических понятий «само-»	6	2	4	2
Тема 2. Саморазвитие как форма развития и жизненная стратегия современного человека	8	2	6	3
Тема 3. Возможности диагностики и психологической поддержки саморазвития личности	8	2	6	3
Итого:	22	6	16	8

Заочная форма обучения

Тема (раздел) дисциплины (указывается номер темы, название)	Общее количество аудиторных часов	Общее кол-во часов на занятия лекционного типа	Общее кол-во часов на занятия семинарского типа	
			Всего	Из них интерактивные формы
Тема 1. Группа психологических понятий «само-»	2	-	-	-
Тема 2. Саморазвитие как форма развития и жизненная стратегия современного человека	4	-	-	-
Тема 3. Возможности диагностики и психологической поддержки саморазвития личности	2	-	-	-
Итого:	8	-	-	-

2.2. Краткое содержание тем (разделов) дисциплины

Тема 1. Группа психологических понятий «само-»

Системные характеристики группы психологических понятий «само-». Принадлежность группы к обширной системе метатеоретических категорий «само-», обладающих атрибутом субстанциональности. Основания структурирования группы: коннотация (понятия, обозначающие конструктивные и деструктивные явления); уровень обобщенности (приводятся имеющиеся в литературе варианты соподчинения понятий); мотивационная основа само-процессов. Понятия само-ориентеры, обозначающие предельные ориентиры активности, и само-ресурсы, обозначающие промежуточные этапы или средства на пути достижения само-целей. Дифференциация само-процессов по критерию мотивационной направленности активности на себя или на людей: осуществляемые «ради себя в себе» и «ради себя среди людей». Тенденция расширения группы «само-» под влиянием факторов социального и научного характера.

Основания субъектного подхода как методологической основы изучения саморазвития в современной отечественной психологии личности. Системные характеристики группы психологических понятий «само-» с позиций субъектного подхода в психологии. Явления «само-» можно объяснить, если личность трактовать как полиморфное образование, включающее в свою структуру модусы субъекта и объекта. Функция субъекта обозначается как рефлексивное управление (самоуправление) объектной частью субъективного пространства и своей активностью, направленной на объект. Общие атрибутивные черты психологических явлений, описываемых понятиями группы «само-»: внутрисистемная отнесенность причинности и внутрисистемная направленность активности.

Опыт эмпирических исследований группы «само-».

Тема 2. Саморазвитие как форма развития и жизненная стратегия современного человека

Саморазвитие как междисциплинарная категория с широкими объяснительными возможностями, позволяющими описать саморазвитие как форму существования мира. Знания о саморазвитии из философских дисциплин, педагогики, различных психологических подходов: широкая палитра поднимаемых проблем, основные толкования саморазвития, перспективные для дальнейшей проработки вопросов – точек роста психологии саморазвития.

Основные традиции в трактовке саморазвития и саморазвития личности. Проблема саморазвития как предметом активного междисциплинарного дискурса. Основные направления исследовательских поисков в философских, психологических подходах и педагогике и обозначение проблемных зон саморазвития, где встречаются исследовательские усилия названных дисциплин. Решение проблемы сущности саморазвития на стыке психологических исследований саморазвития и философского дискурса онтологии саморазвития и саморазвивающихся систем в диалектике и синергетике. Проблема функции саморазвития, ее значения в бытии человека как индивида и как рода, как предмет анализа философской антропологии и область пересечения познавательных интересов философско-антропологического знания с рядом психологических подходов постижения саморазвития. Проблема порождения и становления саморазвития – совместная область поиска психологии и педагогики.

Основные подходы к изучению саморазвития в зарубежной и отечественной (субъектный, антропологический, акмеологический, культурно-исторический) психологии. Саморазвитие в психологических концепциях как особого рода деятельность (Е. А. Егорычева, Л. Н. Куликова, Д. А. Леонтьев, Н. А. Низовских, И. И. Чеснокова и др.), способ деятельности (Л. Н. Куликова), стратегия жизни (К. А. Абульханова-Славская), жизненная ориентация (Е. Ю. Коржова), потребность личности (А. Маслоу, К. Роджерс, К. А. Абульханова-Славская, А. А. Бодалев). Однако, несмотря на мозаичность взглядов, среди них можно выделить своеобразную генеральную линию. Качественное своеобразие саморазвития в сравнении с развитием видится исследователям в его сознательном, детерминированном самой личностью характере. В процессе саморазвития личность предстает как управляющее, организующее начало, как субъект своих качественных преобразований.

Тема 3. Возможности диагностики и психологической поддержки саморазвития личности

Имеющийся арсенал методических средств для оценки характеристик саморазвивающейся личности: способности к саморазвитию (тесты «Оценка способности к саморазвитию и самообразованию» В. И. Андреева, «Диагностика уровня парциальной готовности к профессионально-педагогическому саморазвитию» Козлова и Фетискина, «Тест готовности к саморазвитию» В. Павлова, потребности в саморазвитии (САМОАЛ), ценности саморазвития

(анкета Шварца), «Уровень развития субъектности личности» (М.А.Щукина). Методы изучения саморазвития как особой формы развития и жизненной стратегии: «Интервью с самим собой» (Л.М.Попов), «Шкала авторства жизни» (М.А.Щукина).

2.3. Описание занятий семинарского типа

СЕМИНАРСКОЕ ЗАНЯТИЕ 1.

Тема: Группа психологических понятий «само-»

Цель: Раскрыть основания субъектного подхода как методологической основы изучения саморазвития в современной отечественной психологии личности; сделать обзор психологических системы понятий группы «само-»: их специфики, атрибутики, классификации, развития..

Понятийный аппарат: психология, личность, субъект, объект, группа психологических понятий «само-».

Вопросы для обсуждения:

1. Системные характеристики группы психологических понятий «само-».
2. Проблема границ и атрибутивных свойств группы «само-».
3. Проблема оснований структурирования группы «само-».
4. Тенденция расширения группы «само-» под влиянием факторов социального и научного характера: проблемы и перспективы.
5. Основания субъектного подхода как методологической основы изучения саморазвития в современной отечественной психологии личности.
6. Системные характеристики группы психологических понятий «само-» с позиций субъектного подхода в психологии.

Требования к подготовке к занятию: студенты готовят ответы на вопросы на основе предварительной работы с литературой.

СЕМИНАРСКОЕ ЗАНЯТИЕ 2.

Тема: Саморазвитие как форма развития и жизненная стратегия современного человека

Цель: Проанализировать сложившиеся в психологии и предлагаемые в современных исследованиях подходы к решению проблем саморазвития личности; рассмотреть варианты решения проблем сущности, структуры, функций и механизмов саморазвития личности в традиционных концепциях и современных разработках в области психологии личности.

Понятийный аппарат: психология, личность, развитие, саморазвитие, жизненный путь, индивидуальность, субъект, объект, зрелость личности.

Вопросы для обсуждения:

1. Знания о саморазвитии из философских дисциплин, педагогики, различных психологических подходов.
2. Основные традиции в трактовке саморазвития и саморазвития личности.
3. Соотношение саморазвитие с иными понятиями группы «само»-.
4. Развитие и саморазвитие – проблема дифференциации.
5. Основные подходы к изучению саморазвития в зарубежной и отечественной (субъектный, антропологический, акмеологический, культурно-исторический) психологии.
6. Саморазвитие как акт: психологическая природа, структура и механизм.
7. Саморазвитие как стратегия жизни.

Требования к подготовке к занятию: студенты готовят ответы на вопросы на основе предварительной работы с литературой.

СЕМИНАРСКОЕ ЗАНЯТИЕ 3.

Тема: Возможности диагностики и психологической поддержки саморазвития личности

Цель: Сформировать представления о саморазвитии как мишени психологической практики.

Понятийный аппарат: личность, развитие, саморазвитие, жизненный путь, индивидуальность, субъект, объект, зрелость личности.

Вопросы для обсуждения:

1. Проблема диагностических единиц при изучении саморазвития.
2. Проблема измерения проявлений саморазвития.
3. Различные подходы к решению проблемы диагностики саморазвития.
4. Диагностика саморазвивающейся личности и саморазвития как жизненной стратегии.

Требования к подготовке к занятию: студенты готовят ответы на вопросы на основе предварительной работы с литературой.

2.4. Описание занятий в интерактивных формах

Интерактивное занятие к теме 1 «Группа психологических понятий «само-»

Занятие проводится в форме мини-конференции. Студентами представляются результаты проведенных ими теоретических мини-исследований, предметом которых являются различные понятия группы «само-». Каждый студент выбирает и изучает опыт использования в психологических исследованиях одного из понятий группы «само-». Исследование состоит из 2-х частей.

Часть 1. Выберите интересующий Вас психический феномен, обозначенный одним из понятий группы «само-». Проведите анализ встречаемости проблем изучения выбранного феномена в современной отечественной научной периодике психологии. Для выполнения

задания используйте следующие журналы: «Вопросы психологии», «Психологический журнал», «Мир психологии», «Журнал практического психолога», «Консультативная психология и психотерапия», «Культурно-историческая психология», «Психология обучения», «Психология. Журнал Высшей Школы экономики», «Экспериментальная психология». Проанализируйте публикации за последние пять лет. Составьте **аннотированный** библиографический список публикаций, посвящённых выбранному понятию «само-».

Пример описания:

Егорычева И. Д. Самореализация как деятельность (к постановке проблемы) // Мир психологии. 2005. № 3. С. 11–32.

Аннотация. В статье рассматривается проблема... Автором излагается... Предложено... Анализируется... Обсуждается...

Часть 2. Проведите контент-анализ встречаемости выбранного понятия группы «само-» в числе иных представителей группы электронной версии одного из сборников научных конференций за последние пять лет или подборки научного психологического журнала за один год. Приведите результаты количественного анализа и сделайте содержательный анализ выявленным количественным различиям. Пример оформления результатов частоты встречаемости понятий в текстах на рис. 1.

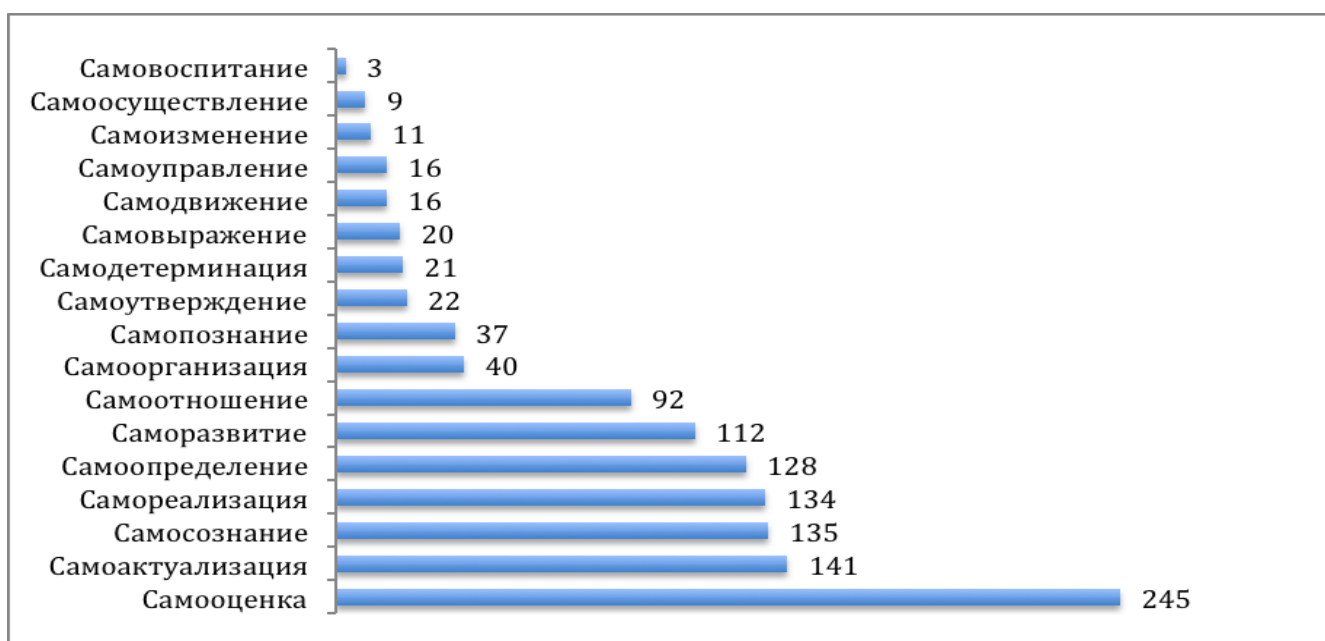


Рис. 1. Частота упоминаний понятий группы «само-» в Материалах V съезда Российского психологического общества (2012 год)

Интерактивное занятие к теме 2 «Саморазвитие как форма развития и жизненная стратегия современного человека»

Часть 1. В мини-группах студенты решают психологические задачи, которые представляют собой примеры из художественной литературы, описывающие поведение личности, находящейся в *субъектной и объектной* позиции в отношении своего развития. Задача группы определить, какой вариант поведения описывается в тексте и обосновать свою позицию, апеллируя к тексту.

Часть 2 посвящена просмотру и анализу фрагмента художественного фильма «Влюблен по собственному желанию». Обсуждаются следующие вопросы:

- Какую технологию саморазвития предлагают и используют герои фильма?
- Каковы личностные черты героев фильма?
- Какие можно выделить траектории изменения личности героев фильма?
- Каковы признаки личностного роста героев фильма?
- Какова роль социальной поддержки в развитии личности?
- Какова роль мотивации в саморазвитии личности?

Какова роль свободы выбора и ответственности в судьбе личности?

Интерактивное занятие к теме 3 «Возможности диагностики и психологической поддержки саморазвития личности».

Занятие проходит в форме самоисследования студентов с помощью психодиагностических тестов на измерение различных проявлений саморазвития. Обработываются и сравниваются результаты диагностики по методикам, сконструированным для различных диагностических целей и с различных теоретических позиций. На каждого участника обсуждения составляется психодиагностическое заключение, где сопоставляются полученные результаты.

2.5. Организация планирования встреч с приглашенными представителями организаций

Встречи с приглашенными представителями организаций не предусмотрены.

2.6. Особенности освоения дисциплины инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья

Обучение студентов с ограниченными возможностями здоровья при необходимости осуществляется кафедрой на основе адаптированной рабочей программы с использованием специальных методов обучения и дидактических материалов, составленных с учетом

особенностей психофизического развития, индивидуальных возможностей и состояния здоровья таких обучающихся (обучающегося).

В целях освоения учебной программы дисциплины инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья кафедра обеспечивает:

1) для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья по зрению:

- размещение в доступных для обучающихся, являющихся слепыми или слабовидящими, местах и в адаптированной форме справочной информации о расписании учебных занятий;
- присутствие ассистента, оказывающего обучающемуся необходимую помощь;
- выпуск альтернативных форматов методических материалов (крупный шрифт или аудиофайлы);

2) для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья по слуху:

- надлежащими звуковыми средствами воспроизведение информации;

3) для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья, имеющих нарушения опорно-двигательного аппарата:

- возможность беспрепятственного доступа обучающихся в учебные помещения, туалетные комнаты и другие помещения кафедры, а также пребывание в указанных помещениях.

Получение образования обучающимися с ограниченными возможностями здоровья может быть организовано как совместно с другими обучающимися, так и в отдельных группах или в отдельных организациях.

Перечень учебно-методического обеспечения самостоятельной работы обучающихся по дисциплине.

Учебно-методические материалы для самостоятельной работы обучающихся из числа инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья предоставляются в формах, адаптированных к ограничениям их здоровья и восприятия информации:

Категории студентов	Формы
С нарушением слуха	- в печатной форме; - в форме электронного документа
С нарушением зрения	- в печатной форме увеличенным шрифтом; - в форме электронного документа; - в форме аудиофайла
С нарушением опорно-двигательного аппарата	- в печатной форме; - в форме электронного документа; - в форме аудиофайла

Данный перечень может быть конкретизирован в зависимости от контингента обучающихся.

Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине.

Перечень фондов оценочных средств, соотнесённых с планируемыми результатами освоения образовательной программы.

Для студентов с ограниченными возможностями здоровья предусмотрены следующие оценочные средства:

Категории студентов	Виды оценочных средств	Формы контроля и оценки результатов обучения
С нарушением слуха	Тест	преимущественно письменная проверка
С нарушением зрения	собеседование	преимущественно устная проверка (индивидуально)
С нарушением опорно-двигательного аппарата	Решение дистанционных тестов, контрольные вопросы	-

Студентам с ограниченными возможностями здоровья увеличивается время на подготовку ответов к зачёту, разрешается готовить ответы с использованием дистанционных образовательных технологий.

Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующие этапы формирования компетенций. При проведении процедуры оценивания результатов обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья предусматривается использование технических средств, необходимых им в связи с их индивидуальными особенностями. Процедура оценивания результатов обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья по дисциплине предусматривает предоставление информации в формах, адаптированных к ограничениям их здоровья и восприятия информации:

Для лиц с нарушениями зрения:

- в печатной форме увеличенным шрифтом;
- в форме электронного документа;
- в форме аудиофайла.

Для лиц с нарушениями слуха:

- в печатной форме;
- в форме электронного документа.

Для лиц с нарушениями слуха:

- в печатной форме увеличенным шрифтом;
- в форме электронного документа;
- в форме аудиофайла.

Данный перечень может быть конкретизирован в зависимости от контингента обучающихся. При проведении процедуры оценивания результатов обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья по дисциплине (модулю) обеспечивается выполнение следующих дополнительных требований в зависимости от индивидуальных особенностей обучающихся:

- инструкция по порядку проведения процедуры оценивания предоставляется в доступной форме (устно, в письменной форме);

- доступная форма предоставления заданий оценочных средств (в печатной форме, в печатной форме увеличенным шрифтом, в форме электронного документа, задания зачитываются ассистентом);

- доступная форма предоставления ответов на задания (письменно на бумаге, набор ответов на компьютере, с использованием услуг ассистента, устно).

При необходимости для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов процедура оценивания результатов обучения по дисциплине (модулю) может проводиться в несколько этапов.

Проведение процедуры оценивания результатов обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья допускается с использованием дистанционных образовательных технологий.

Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины. Для освоения дисциплины инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья предоставляются основная и дополнительная учебная литература в виде электронного документа в фонде библиотеки и / или в электронно-библиотечных системах.

Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине Освоение дисциплины инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья осуществляется с использованием средств обучения общего и специального назначения:

- лекционная аудитория – мультимедийное оборудование (для студентов с нарушениями слуха);

- учебная аудитория для практических занятий (семинаров) мультимедийное оборудование, (для студентов с нарушениями слуха).

2.7. Методические указания для студентов по освоению дисциплины

Основными принципами изучения данной дисциплины являются:

- принцип развивающего и воспитывающего обучения;

- принцип культуру-природосообразности;
- принцип научности и связи теории с практикой;
- принцип систематичности;
- принцип наглядности;
- принцип доступности;
- принцип положительной мотивации и благоприятного климата обучения.

Методическое обеспечение дисциплины осуществляется за счёт использования современных учебников (учебных комплексов, справочной литературы, словарей, интернет-сайтов специальных зданий и организаций) и учебных пособий, касающихся проблематики изучаемой дисциплины (психодиагностики).

2.8. Материально-техническая база, необходимая для осуществления образовательного процесса по дисциплине

Учебная аудитория, оборудованная мультимедийным оборудованием и аудио системой, с возможностью демонстрации интерактивных пособий и учебных фильмов, с доступом к сети Интернет.

РАЗДЕЛ 3. Требования к самостоятельной работе студентов в рамках освоения дисциплины

Самостоятельная работа студентов в рамках дисциплины является одним из базовых компонентов обучения, приобретения общекультурных и профессиональных компетенций, предусмотренных компетентностно-ориентированным учебным планом и рабочей программой учебной дисциплины. В процессе самостоятельной работы студенты проявляют свои творческие качества, поднимаются на более высокий уровень профессионализации.

Формы выполнения студентами самостоятельной работы могут быть разнообразны: как выполнение ряда заданий по темам, предложенным преподавателем, так и выполнение индивидуальных творческих заданий (в согласовании с преподавателем): составление библиографии, картотеки статей по определенной теме; составление опорных схем для осмысления и структурирования учебного материала; создание электронных презентаций; выступления на научно-практических конференциях и мн. др.

Типовые задания СРС:

- работа с первоисточниками;
- подготовка докладов;
- изучение отдельной темы и разработка опорного конспекта;
- решение исследовательских задач;

- составление понятийного тезауруса;
- подготовка презентации;
- написание эссе;
- составление аннотированного списка литературы по одной из тем;
- исследовательские работы (возможна разработка проекта).

Самостоятельная работа студентов – способ активного, целенаправленного приобретения студентом новых для него знаний, умений и компетенций без непосредственного участия в этом процессе преподавателей. Самостоятельная работа по дисциплине является единым видом работы, которая может состоять из нескольких заданий.

Методические рекомендации по выполнению самостоятельной работы

Цель выполнения самостоятельной творческой работы – приобретение опыта активной самостоятельной учебно-познавательной деятельности.

Целью СРС является овладение фундаментальными знаниями, профессиональными умениями и навыками деятельности по профилю, опытом творческой, исследовательской деятельности. СРС способствует развитию самостоятельности, ответственности и организованности, творческого подхода к решению проблем учебного и профессионального уровня.

В процессе выполнения самостоятельной работы студенты должны быть ориентированы на:

- систематизацию и закрепление полученных теоретических знаний и практических умений студентов;
- формирование умений использовать нормативную, правовую, справочную документацию и специальную литературу;
- развитие познавательных способностей и активности студентов: творческой инициативы, самостоятельности, ответственности и организованности;
- формирование самостоятельности мышления, способностей к саморазвитию, самосовершенствованию и самореализации;
- развитие исследовательских умений для эффективной подготовки к зачетам и экзаменам.

Успех студента в изучении курса зависит от систематической индивидуальной деятельности по овладению учебным материалом. Студентам целесообразно наладить творческий контакт с преподавателем, придерживаться его рекомендаций и советов по успешному овладению материалом.

Требования к структуре и оформлению работы.

Данная работа в окончательном варианте, который предоставляется преподавателю,

должна быть иметь следующую **структуру**:

Титульный лист (Образец титульного листа определяется Положением об аттестации учебной работы студентов института, и опубликован на сайте www.psycwork.ru раздел «Учебный процесс» / «самостоятельная работа»).

Работа должна быть представлена на листах формата А4 в печатном варианте с выполнением основных требований оформления документов. Обязателен титульный лист и прилагаемый список литературы.

Устанавливаются следующие требования к **оформлению самостоятельной работы**:

- параметры страницы (210x297 мм) А4;
- интервал полуторный;
- шрифт 12, Times New Roman;
- поля страницы: левое – 2 см, правое – 1,5 см, верхнее – 2 см, нижнее – 2 см.
- все страницы должны иметь сквозную нумерацию арабскими цифрами в верхнем правом углу.

3.1. Задания для самостоятельной работы по каждой теме (разделу) учебно-тематического плана

Задание к теме 1 «Группа психологических понятий «само-»»

Приведите из художественной литературы, своей жизни или жизненных наблюдений по одному примеру, описывающие поведение личности, находящейся в субъектной и объектной позиции в отношении своего развития. Опишите суть ситуации развития и акта развития. Аргументируйте свою аттестацию данного изменения как объектного либо субъектного.

Задание к теме 2 «Саморазвитие как форма развития и жизненная стратегия современного человека»

Выполните анализ опыта саморазвития, описанного в Интернет-источниках.

1. Найдите историю опыта самоизменения, самопреображения, работы над собой, где человек выступил автором и организатором своего развития. Это может быть блог хроники саморазвития; история самоизменения на личном сайте. Старайтесь использовать самоописания. Приведите адрес использованного интернет-ресурса.

2. Объясните, почему этот опыт Вы считаете опытом саморазвития. Обоснуйте свой ответ с точки зрения психологии саморазвития.

3. Опишите, в чем состояло изменение, в чем состояла мотивация (смысл) самоизменения, что человек делал для того, чтобы измениться.

4. Выделите стадии самоизменения.

5. Опишите, что человек преодолел для того, чтобы стать другим, что и/или кто повлиял / помог в процессе изменения.

6. Назовите основные результаты опыта саморазвития: спланированные заранее и «побочные», дополнительные.

Задание к теме 3 «Возможности диагностики и психологической поддержки саморазвития личности»

Составьте программу саморазвития, пройдя два этапа.

Этап 1. Впишите в ячейки нижепредставленного квадрата, какие качества личности, черты поведения или образа жизни Вы хотите приобрести, какие-то ограничить, от каких избавиться или как-то изменить их в течение года (если требуется другой срок, укажите это). В каждом квадрате расположите одну цель.

ПРИБРЕТЕНИЕ	ИЗБАВЛЕНИЕ
ПРЕОБРАЗОВАНИЕ	ОГРАНИЧЕНИЕ

Этап 2. Раскройте путь достижения каждой цели из квадрата целей по алгоритму в таблице.

Цель	Достижение
Про преодоление	1. Почему меня не устраивает то, как есть сейчас (2-5 предложений) 2. Зачем мне нужно это достижение (2-5 предложений) 3. Что я готов сделать для достижения (2-5 предложений) 4. Как я узнаю, что я этого достиг (2-5 критериев) 5. Что я потеряю, если я не достигну цели (2-5 предложений) 6. Что у меня есть, чтобы это сделать (2-5 предложений) 7. Что может мне помешать это сделать (2-5 предложений)
Про избавление	1. Почему меня не устраивает то, как есть сейчас (2-5 предложений) 2. Зачем мне нужно это достижение (2-5 предложений) 3. Что я готов сделать для достижения (2-5 предложений) 4. Как я узнаю, что я этого достиг (2-5 критериев) 5. Что я потеряю, если я не достигну цели (2-5 предложений) 6. Что у меня есть, чтобы это сделать (2-5 предложений) 7. Что может мне помешать это сделать (2-5 предложений)

Про преобразование	<ol style="list-style-type: none"> 1. Почему меня не устраивает то, как есть сейчас (2-5 предложений) 2. Зачем мне нужно это достижение (2-5 предложений) 3. Что я готов сделать для достижения (2-5 предложений) 4. Как я узнаю, что я этого достиг (2-5 критериев) 5. Что я потеряю, если я не достигну цели (2-5 предложений) 6. Что у меня есть, чтобы это сделать (2-5 предложений) 7. Что может мне помешать это сделать (2-5 предложений)
Про преобразование	<ol style="list-style-type: none"> 1. Почему меня не устраивает то, как есть сейчас (2-5 предложений) 2. Зачем мне нужно это достижение (2-5 предложений) 3. Что я готов сделать для достижения (2-5 предложений) 4. Как я узнаю, что я этого достиг (2-5 критериев) 5. Что я потеряю, если я не достигну цели (2-5 предложений) 6. Что у меня есть, чтобы это сделать (2-5 предложений) 7. Что может мне помешать это сделать (2-5 предложений)

Если к моменту загрузки самостоятельной работы одна из целей будет достигнута, поделитесь этим. Как Вы этого добились?

3.2. Критерии оценки результатов выполнения самостоятельной работы

Оценка самостоятельной работы осуществляется в соответствии с Положением об аттестации учебной работы студентов института в рамках балльно-рейтинговой системы оценки учебной работы студентов.

Баллы БРС присваиваются следующим образом:

- 30 баллов – самостоятельная работа выполнена в срок, в полном объеме, все работы достойны отличной оценки;

- 25 баллов – самостоятельная работа выполнена в срок, в полном объеме, все работы в среднем достойны хорошей оценки;

- 20 баллов – самостоятельная работа выполнена в срок, в полном объеме, все работы в среднем достойны удовлетворительной оценки;

- 10 баллов – самостоятельная работа выполнена в срок, в не полном объеме (не менее 75% заданий), все работы в среднем достойны оценки не ниже хорошей;

- 0 баллов – самостоятельная работа выполнена в срок, в полном объеме, все работы в среднем достойны неудовлетворительной оценки.

РАЗДЕЛ 4. Фонд оценочных средств

4.1. Материалы, обеспечивающие методическое сопровождение оценки качества знаний по дисциплине на различных этапах ее освоения

К основным формам контроля, определяющим процедуры оценивания знаний, умений, навыков, характеризующих этапы формирования компетенций по дисциплине «Введение в профессию» относится рубежный контроль (тест минимальной компетентности), промежуточная аттестация в форме экзамена по дисциплине.

Критериями и показателями оценивания компетенций на различных этапах формирования компетенций являются:

- знание терминов, понятий, категорий, концепций и теорий по дисциплине;
- понимание связей между теорией и практикой;
- сформированность аналитических способностей в процессе изучения дисциплины;
- знание специальной литературы по дисциплине.

Шкала оценивания компетенций на различных этапах их формирования включает следующие критерии:

- полное соответствие;
- частичное соответствие;
- несоответствие.

4.2. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения дисциплины

Тема (раздел) дисциплины (указывается номер темы, название)	Компетенции по дисциплине
Тема 1. Группа психологических понятий «само-»	ПК-3; ВПК-1
Тема 2. Саморазвитие как форма развития и жизненная стратегия современного человека	ПК-3; ВПК-1
Тема 3. Возможности диагностики и психологической поддержки саморазвития личности	ПК-3; ВПК-1

4.3. Описание форм аттестации текущего контроля успеваемости (рубежного контроля) и итогового контроля знаний по дисциплине (промежуточной аттестации по дисциплине)

Рубежный контроль (текущий контроль успеваемости) – задания или иные варианты контроля успеваемости студентов, проводимых преподавателем в процессе изучения дисциплины в форме проверочной (контрольной) работы или теста минимальной компетентности.

Рубежный контроль проводится в форме теста минимальной компетентности, студентам предлагается ответить на 10 закрытых вопросов с выбором одного ответа на каждый.

Тест проводится на занятии, вопросы проецируются на экране, время ответа 35 секунд.

Необходимо ответить на 7 вопросов из 10.

Промежуточная аттестация по дисциплине проводится в форме экзамена, предполагающего устный ответ на два теоретических вопроса.

4.4. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения дисциплины

Контроль качества усвоения знаний по дисциплине проводится в форме зачета, который организуется в виде публичной защиты экспертиз сайтов саморазвития с подготовкой мультимедийной презентации (не менее 8 слайдов). Задание носит проблемно-творческий характер и предполагает демонстрацию знаний и умений, приобретенных в рамках освоения курса.

Студентам предлагается выполнить профессиональную экспертизу содержания популярно-психологического сайта, посвященного саморазвитию.

На зачете требуется публично презентовать и защитить перед оппонентами (в роли которых выступают преподаватель и учащиеся учебной группы) экспертизу сайте.

Структура экспертизы Каждый пункт важно сопровождать на слайдах конкретными примерами контента сайта
1) Сведения о сайте: адрес, сведения о разработчиках, титул
2) Структура сайта
3) Целевая аудитория сайта (со слов разработчиков); Форма коммуникации с аудиторией (если есть)
4) Содержание/контент сайта: Формат материалов: тексты, фото, видео Стилистика текстов: оцените научность-популярность языка по шкале от 1 до 10 Наполненность/объем материалов на сайте Какие вопросы/проблемы саморазвития рассматриваются? Каким вопросам уделяется больше внимания? Как можно охарактеризовать направленность текстов: материалы для самопознания; советы/рекомендации; примеры саморазвития?
5) Каковы преимущества/достоинства сайта?
6) Есть ли психологически некорректный контент на сайте? Психологически опасный или неграмотный контент?

Критерии оценки экспертиз

- Наличие ответов на все пункты задания.
- Полнота ответов на все пункты задания.
- Наличие примеров из контента сайта по всем пунктам экспертизы.
- Обоснованность заключений и выводов.
- Опора на достижения в области психологии саморазвития.

Примерные вопросы к зачету.

1. Системные характеристики группы психологических понятий «само-».
2. Атрибутивные свойства группы понятий «само-».
3. Структура группы понятий «само-».
4. Основания субъектного подхода как методологической основы изучения саморазвития в современной отечественной психологии личности.
5. Системные характеристики группы психологических понятий «само-» с позиций субъектного подхода в психологии.
6. Философские концепции саморазвития.
7. Опыт педагогического изучения саморазвития.
8. Направления изучения саморазвития в отечественной психологии.
9. Направления изучения саморазвития в зарубежных психологических подходах.
8. Соотношение саморазвитие с иными понятиями группы «само-».
9. Развитие и саморазвитие – проблема дифференциации.
10. Саморазвитие как акт: психологическая природа, структура и механизм.
11. Саморазвитие как стратегия жизни.
12. Направленность на саморазвитие как атрибут зрелой личности.
13. Функции саморазвития личности.
14. Структура саморазвивающейся личности.
15. Структура акта саморазвития.
16. Различные подходы к решению проблемы диагностики саморазвития.
17. Методики психодиагностика параметров саморазвивающейся личности.
18. Методики психодиагностики направленности на саморазвитие как жизненной стратегии.
19. Возможности психологического сопровождения саморазвивающейся личности.
20. Психолого-педагогическая поддержка саморазвития в образовательной среде.

Пример типового задания в форме теста для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья

Тест 1. Выберите один правильный ответ. Укажите характерные для субъектной позиции атрибуты

- А) активность, автономность, опосредствованность
- Б) директивность, инициативность, проективность
- В) стабильность, каузальность, когерентность

Тест 2. Выберите один правильный ответ. В какой из семей скорее вырастут дети с высокой потребностью в саморазвитии?

- А) **В семье, где родители поощряют в детях самостоятельность**
- Б) В семье, где родители очень опекают своих детей.
- В) В семье, где родители стараются, чтобы у их детей было много друзей.

Пример типового практико-ориентированного задания

Типовое задание 1. Проанализируйте ситуацию.

Укажите профессионально важные требования к выбору или разработке игр/упражнений, направленных на активизацию и стимуляцию саморазвития в контексте профессиональной деятельности.

- А. Учитывать специфику выбранной профессиональной деятельности
- Б. Соответствовать требованиям психологической и физической безопасности
- В. Быть применимыми для работы с группой 10-15 человек
- Г. Быть направленными на активизацию и стимуляцию процессов саморазвития в контексте профессиональной деятельности

Д. Все ответы верны

Типовое задание 2. Проанализируйте ситуацию.

Представьте, что Вы участвуете в разработке программ по развитию психологической готовности педагогов к использованию инновационных педагогических технологий в обучении и воспитании. Укажите, какие ведущие факторы формирования готовности необходимо использовать:

- А. Развитие компьютерной грамотностью и умения работать с интерактивной доской
- Б. **Постоянное самообразование и саморазвитие учителя, что даст ему возможность следить за новыми формами работы с детьми и успешно внедрять их в своем опыте**
- В. Формирование урока посредством разнообразных презентаций

РАЗДЕЛ 5. Глоссарий

Жизненный путь личности – история овладения своими тенденциями и потенциями, движение от объектного к субъектному способу существования.

Постнеклассическая наука – отличается исследованиями междисциплинарного характера, объектами которых становятся уникальные системы, характеризующиеся открытостью и саморазвитием. В свете постнеклассического познания категория саморазвития предстает как обозначение способа организации и движения сверхсложных систем и одновременно – как особый взгляд на любую постигаемую реальность, диктующий необходимость учета всей меры сложности, неопределенности, непредзаданности и самоуправляемости развития изучаемых систем.

Педагогический анализ саморазвития личности осуществляется в проблемном контексте генезиса личности в пространстве образования. Исследовательские усилия в области педагогики направлены на поиск возможностей, технологий побуждения личности к саморазвитию системой образования (особенно в части воспитания), на вооружение ее средствами саморазвития, комплексную поддержку саморазвития педагогическими методами.

Предмет психологии саморазвития – реализуемая личностью как субъектом жизненного пути особая форма развития, при которой самодетерминированность и самоуправляемость качественных личностных преобразований достигают полноты осуществления.

Психологический подход к саморазвитию предполагает понимание саморазвития как части психологической реальности. Целью в этом случае является постижение места и функции саморазвития в контексте жизненного пути личности, открытие тех психологических образований, которые обуславливают порождение и становление саморазвития как стратегии жизни личности.

Саморазвитие – *технология управления своим развитием*, позволяющая личности эволюционировать в избираемом ею направлении.

Саморазвитие – *жизненная ценность*, символизирующая возможность личности по сознательному самосозиданию, способной обеспечить экзистенциальную наполненность личности, так как по своей природе – подобно смыслоискательству, познанию, творчеству, труду – саморазвитие является скорее способом, а не целью существования.

Саморазвитие (в психолого-антропологических исследованиях) – категория для акцентирования самодетерминированности развития человека, способного к выходу за границы наличного бытия с помощью специфически человеческих способностей созавать и действовать в направлении становления и реализации человеческой сущности.

Саморазвивающаяся личность – человек как целостная система, функционирующая в ситуации неопределенности, непредзаданности, способная не только адаптироваться к социальным условиям, но и преодолевать их, осуществляя целенаправленное самотворение в ходе саморазвития.

Субъект – человек, управляющий своей жизнью в различных ее проявлениях. Активность, саморегуляция, саморазвитие и самосовершенствование – ключевые характеристики человека как субъекта жизни.

Философский анализ саморазвития личности связан с познанием его фундаментальных онтологических характеристик. Он направлен на вскрытие наиболее общих закономерностей механизма саморазвития и ставит целью понимание предельных смыслов саморазвития как способа бытия человека.

РАЗДЕЛ 6. Информационное обеспечение дисциплины**6.1. Перечень рекомендуемой литературы, необходимой для освоения дисциплины**

№	Наименование издания	Тема 1	Тема 2	Тема 3
Основная литература				
1	Ильин Е. П. Психология взрослости [Электронный ресурс]: учебное пособие / Е. П. Ильин. - СПб.: Питер, 2012. - Режим доступа: https://ibooks.ru/reading.php?productid=28506	+	+	+
2	Маралов, В. Г. Психология саморазвития: учебник и практикум для бакалавриата и магистратуры / В. Г. Маралов, Н. А. Низовских, М. А. Щукина. – 2-е изд., испр. и доп. – Москва: Издательство Юрайт, 2019. – 320 с. – (Бакалавр и магистр. Академический курс). – ISBN 978-5-9916-9979-2. – Текст: электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. – URL: https://biblio-online.ru/bcode/437869	+	+	+
3	Минюрова С.А. Психология самопознания и саморазвития [Электронный ресурс]: учебник / С.А. Минюрова. – М.: Флинта: Наука, 2016. – 474 с. – Режим доступа: https://ibooks.ru/reading.php?productid=353504	+	+	+
Дополнительная литература				
1	Грецов А. Тренинги развития с подростками [Электронный ресурс]: творчество, общение, самопознание./А. Грецов. – СПб.: Питер, 2011. – 416 с. – Режим доступа: https://ibooks.ru/reading.php?productid=28499	+	+	+
2	Елисеев, О. П. Практикум по психологии личности: учебник для бакалавриата и магистратуры / О. П. Елисеев. – 4-е изд., перераб. и доп. – Москва: Издательство Юрайт, 2019. – 390 с. – (Бакалавр и магистр. Академический курс). – ISBN 978-5-534-10962-7. – Текст: электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. – URL: https://biblio-online.ru/bcode/436456	+	+	+
3	Щукина, М. А. Психология саморазвития личности: монография / М. А. Щукина. - СПб.: Изд-во СПбГУ, 2015. - 348 с.	+	+	+

6.2. Перечень ресурсов информационно-коммуникационной сети «Интернет», используемых при освоении дисциплины

1. Новости науки [Электронный ресурс]: психология // Элементы. - Режим доступа: https://elementy.ru/novosti_nauki/t/116855/Psikhologiya – Загл. с экрана.

2. Психология [Электронный ресурс]: портал // Постнаука. - Режим доступа: <https://postnauka.ru/themes/psihologiya> – Загл. с экрана.

3. Психология на русском языке [Электронный ресурс] Режим доступа: <http://www.psychology.ru/> – Загл. с экрана.

4. Психология человека [Электронный ресурс] Режим доступа: <https://4brain.ru/psy/> – Загл. с экрана.

5. Флогистон: психология из первых рук [Электронный ресурс]. – 1998- . - Режим доступа: <http://flogiston.ru/> . – Загл. с экрана.

6.3. Перечень программного обеспечения, профессиональных баз данных и информационных справочных систем, необходимых для изучения дисциплины

В рамках дисциплины используется следующее лицензионное программное обеспечение: MS OFFICE – Word, Excel, PowerPoint.

В учебном процессе используются следующие информационные базы данных и справочные системы:

East View [Электронный ресурс]: information services. – Электрон. текстовые дан. – Режим доступа: <https://dlib.eastview.com/browse/udb/12> . – Загл. с экрана.

Ibooks.ru [Электронный ресурс]: электронно-библиотечная система. – Электрон. текстовые дан. – Режим доступа: <https://ibooks.ru> – Загл. с экрана.

Гарант [Электронный ресурс]: информационно-правовое обеспечение. – Электрон. текстовые дан. – Режим доступа: <http://cloud.garant.ru/#/startpage:0> . – Загл. с экрана.

Электронная библиотека СПбГИПСР [Электронный ресурс]. – Электрон. текстовые дан. – Режим доступа: http://lib.gipsr.ru:8087/jirbis2/index.php?option=com_irbis&view=irbis&Itemid=456 – Загл. с экрана.

Электронный каталог библиотеки СПбГИПСР [Электронный ресурс]. – Электрон. текстовые дан. – Режим доступа: http://lib.gipsr.ru:8087/jirbis2/index.php?option=com_irbis&view=irbis&Itemid=435 . - Загл. с экрана.

ЮРАЙТ [Электронный ресурс]: электронно-библиотечная система. – Электрон. текстовые дан. – Режим доступа: <https://biblio-online.ru/> – Загл. с экрана.

Заведующая библиотекой

_____ Г.Л. Горохова
(подпись, расшифровка)