

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Владимирский государственный университет  
имени Александра Григорьевича и Николая Григорьевича Столетовых»  
(ВлГУ)

Гуманитарный институт



УТВЕРЖДАЮ:

Директор института

Е.М. Петровичева

04 2022 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**

**ТРЕНИНГ РАЗВИТИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО САМОСОЗНАНИЯ**  
(наименование дисциплины)

**направление подготовки / специальность**

**37.03.01 - Психология**

(код и наименование направления подготовки (специальности))

**направленность (профиль) подготовки**

**Психология**

(направленность (профиль) подготовки)

г. Владимир

2022

## 1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Целью освоения учебной дисциплины «Тренинг развития профессионального самосознания» является формирование у студентов профессионального самосознания и самопознания посредством выделения профессионально важных, профессионально значимых качеств, активизации интеллектуальной деятельности, развития навыков саморегуляции в эмоционально-волевой сфере.

Задачи дисциплины:

Дать общие сведения о технологии тренинговой работы;

Выделить понятие профессиональной рефлексии как основного средства самопознания и саморазвития специалиста;

Рассмотреть профессионально-важные качества как основу развития личностной и профессиональной рефлексии;

Познакомить с основными методами активизации интеллектуальной деятельности;

Освоить навыки саморегуляции эмоционально-волевой сферы;

Изучить профессиональное сообщество как место развития профессиональной компетентности и получения обратной связи о собственной профессиональной деятельности;

Выделить толерантность и эмпатию как основу профессионального общения.

## 2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП

Дисциплина «Тренинг развития профессионального самосознания» относится к части, формируемой участниками образовательных отношений, учебного плана по направлению подготовки 37.03.01 – Психология.

## 3. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Планируемые результаты обучения по дисциплине, соотнесенные с планируемыми результатами освоения ОПОП (компетенциями и индикаторами достижения компетенций)

Формируемые компетенции (код, содержание компетенции)	Планируемые результаты обучения по дисциплине, в соответствии с индикатором достижения компетенции		Наименование оценочного средства
	Индикатор достижения компетенции (код, содержание индикатора)	Результаты обучения по дисциплине	
ПК-13. Способен к проведению работ с персоналом организации с целью отбора кадров и создания психологического климата, способствующего оптимизации производственного процесса	<p>ПК-13.1. Знает этические, социально-психологические основы управления персоналом и использовать их в практической деятельности, знать модели и методы привлечения персонала, основные этапы привлечения персонала, особенности работы с кадровым резервом.</p> <p>ПК-13.2. Умеет проводить оценку проблемной ситуации в управлении персоналом, выявлять ведущие факторы и определять перспективы разрешения проблемы,</p>	<p><b>Знать:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- этические, социально-психологические основы управления персоналом и использовать их в практической деятельности, знать модели и методы привлечения персонала, основные этапы привлечения персонала, особенности работы с кадровым резервом.</li> </ul> <p><b>Уметь:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- проводить оценку проблемной ситуации в управлении персоналом, выявлять ведущие факторы и определять перспективы разрешения</li> </ul>	Тестовые вопросы, ситуационные задачи, практико-ориентированное задание, рейтинг-контроль, зачет (ФОМ)

	<p>развития ситуации. Осуществлять эффективную коммуникацию в рамках отношений субординации, планировать, организовывать, контролировать результативность конкретных мероприятий в процессе управления персоналом: набор, аттестация, адаптация.</p> <p>ПК-13.3. Владеет приемами и методами оптимизации социально-психологического климата, алгоритмом составления плана работы с персоналом, аттестационной оценкой персонала.</p>	<p>проблемы, развития ситуации;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- осуществлять эффективную коммуникацию в рамках отношений субординации, планировать, организовывать, контролировать результативность конкретных мероприятий в процессе управления персоналом: набор, аттестация, адаптация.</li> </ul> <p><b>Владеть:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- приемами и методами оптимизации социально-психологического климата, алгоритмом составления плана работы с персоналом, аттестационной оценкой персонала.</li> </ul>	
<p>ПК-14. Способен к реализации психологических технологий, ориентированных на личностный рост сотрудников организации и охрану здоровья индивидов и групп.</p>	<p>ПК-14.1. Знает организационную психологию (концептуальные подходы, особенности, виды и т. д.); основные теории оказания психологической помощи персоналу организаций (управление, организация, отбор и т. д.); требования к документообороту в области управления персоналом, межведомственного взаимодействия, оказания услуг в социальной сфере; требования к конфиденциальности информации, хранению и оперированию персональными личными данными; психологические технологии, ориентированные на личностный рост сотрудников и охрану здоровья индивидов и групп.</p> <p>ПК-14.2. Умеет использовать интерактивные методы личностного роста, психологические технологии здоровьесбережения; умеет оценивать риски и факторы социальной и психологической напряженности, организовывать работу группы специалистов по оказанию психологической помощи населению, нуждающемуся в ней по результатам</p>	<p><b>Знать:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- организационную психологию (концептуальные подходы, особенности, виды и т. д.);</li> <li>- основные теории оказания психологической помощи персоналу организаций (управление, организация, отбор и т. д.);</li> <li>- требования к документообороту в области управления персоналом, межведомственного взаимодействия, оказания услуг в социальной сфере;</li> <li>- требования к конфиденциальности информации, хранению и оперированию персональными личными данными; психологические технологии, ориентированные на личностный рост сотрудников и охрану здоровья индивидов и групп.</li> </ul> <p><b>Уметь:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- использовать интерактивные методы личностного роста, психологические технологии здоровьесбережения; умеет оценивать риски и факторы социальной и психологической напряженности, организовывать работу группы специалистов по оказанию психологической помощи населению, нуждающемуся в ней по результатам мониторинга психологической безопасности и</li> </ul>	

	мониторинга психологической безопасности и комфортности среды проживания населения, с целью снижения социальной и психологической напряженности; умеет разрабатывать и реализовывать программы повышения психологической компетентности субъектов образовательного процесса, работающих с различными категориями обучающихся; ПК-14.3. Владеет навыками разработки программ личностного роста сотрудников и охраны их здоровья.	комфортности среды проживания населения, с целью снижения социальной и психологической напряженности; - разрабатывать и реализовывать программы повышения психологической компетентности субъектов образовательного процесса, работающих с различными категориями обучающихся; <b>Владеть:</b> - навыками разработки программ личностного роста сотрудников и охраны их здоровья.	
--	---	--	--

#### 4. ОБЪЕМ И СТРУКТУРА ДИСЦИПЛИНЫ

Трудоемкость дисциплины составляет 2 зачетные единицы, 72 часа

##### Тематический план форма обучения – очно-заочная

№ п/п	Наименование тем и/или разделов/тем дисциплины	Семестр	Неделя семестра	Контактная работа обучающихся с педагогическим работником				Самостоятельная работа	Формы текущего контроля успеваемости, форма промежуточной аттестации (по семестрам)
				Лекции	Практические занятия	Лабораторные работы	в форме практической работы		
1	Понятие профессионального тренинга. Профессиональная рефлексия как основа профессионализации.	6	1-3	3	3			6	
2	Формирование профессионально значимых качеств.	6	4-7	3	3		2	6	Рейтинг-контроль №2
3	Навыки саморегуляции интеллектуальной деятельности	6	8-11	3	3			6	
4	Навыки саморегуляции эмоционально-волевой сферы личности	6	12-15	3	3		2	6	Рейтинг-контроль №2
5	Особенности профессионального общения	6	16-18	6	6		2	12	Рейтинг-контроль №3
Всего за 6 семестр:		6	18	18	18		6	36	Зачет
Наличие в дисциплине КП/КР									
Итого по дисциплине		6	18	18	18		6	36	Зачет

##### Содержание лекционных занятий по дисциплине

Тема 1. Понятие профессионального тренинга. Профессиональная рефлексия как основа профессионализации

Профессионализация деятельности и личности. Теоретические основы процесса профессионализации. Понятие профессионального тренинга. Понятие рефлексии и ее роль в профессионализации.

Тема 2. Формирование профессионально значимых качеств.

Для профессиональной деятельности определяющие значения имеют профессионально важные качества. Именно эти качества позволяют успешно реализовывать необходимую деятельность. В процессе своей деятельности психолог неизбежно проецирует свои переживания, свой внутренний мир на возникающие ситуации. Также на его работу оказывает влияние отношение как к миру, так и социально-экономическим и политическим проблемам.

Тема 3. Навыки саморегуляции интеллектуальной деятельности

При разработке проблемы интеллектуальной деятельности мы сталкиваемся с необходимостью раскрытия способов ее развития. Вытекает вопрос о путях и средствах развития компонентов интеллектуальной деятельности в процессе обучения. Одним из таких компонентов является саморегуляция.

Тема 4. Навыки саморегуляции эмоционально-волевой сферы личности

Саморегуляция эмоционально-волевой сферы личности является одной из ведущих в системе компетенций, определяющих профессиональную успешность психолога. Она представляет собой совокупность способностей к переработке эмоциогенных воздействий, характерных для его профессиональной деятельности.

Тема 5. Особенности профессионального общения

Изучение профессионального общения необходимо, так как общение является передаточным механизмом между внутренними образами, которыми руководствуется человек в своем поведении — профессиональном или повседневном — и результатами, которых он достигает в профессиональной деятельности. А также личностными вкладами, которые он совершает в других людей.

### **Содержание практических занятий по дисциплине**

Тема 1. Понятие профессионального тренинга. Профессиональная рефлексия как основа профессионализации

Профессионализация деятельности и личности. Теоретические основы процесса профессионализации. Понятие профессионального тренинга. Понятие рефлексии и ее роль в профессионализации.

Тема 2. Формирование профессионально значимых качеств.

Для профессиональной деятельности определяющие значения имеют профессионально важные качества. Именно эти качества позволяют успешно реализовывать необходимую деятельность. В процессе своей деятельности психолог неизбежно проецирует свои переживания, свой внутренний мир на возникающие ситуации. Также на его работу оказывает влияние отношение как к миру, так и социально-экономическим и политическим проблемам.

Тема 3. Навыки саморегуляции интеллектуальной деятельности

При разработке проблемы интеллектуальной деятельности мы сталкиваемся с необходимостью раскрытия способов ее развития. Вытекает вопрос о путях и средствах развития компонентов интеллектуальной деятельности в процессе обучения. Одним из таких компонентов является саморегуляция.

Тема 4. Навыки саморегуляции эмоционально-волевой сферы личности

Саморегуляция эмоционально-волевой сферы личности является одной из ведущих в системе компетенций, определяющих профессиональную успешность психолога. Она представляет собой совокупность способностей к переработке эмоциогенных воздействий, характерных для его профессиональной деятельности.

Тема 5. Особенности профессионального общения

Изучение профессионального общения необходимо, так как общение является передаточным механизмом между внутренними образами, которыми руководствуется человек в своем поведении — профессиональном или повседневном — и результатами, которых он достигает

в профессиональной деятельности. А также личностными вкладками, которые он совершает в других людей.

## **5. ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ПО ИТОГАМ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ И УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ СТУДЕНТОВ**

### **5.1. Текущий контроль успеваемости**

#### **Контрольные вопросы к рейтинг-контролю №1**

1. Область и виды профессиональной деятельности психологов-профессиоанов.
2. Историческая и социокультурная обусловленность профессионального развития личности.
3. Детерминация профессионального становления личности.
4. Многообразие сценариев профессионального развития личности.
5. Психологическое сопровождение профессиональной адаптации.

#### **Контрольные вопросы к рейтинг-контролю №2**

1. Методы исследования психологии профессий.
2. Профессиональное самоопределение на разных стадиях профессионального развития личности.
3. Психодиагностика в профессиональном консультировании.
4. Конфликты профессионального развития личности.
5. Психологическое сопровождение профессионального образования.

#### **Контрольные вопросы к рейтинг-контролю №3**

1. Формы профессионального роста и карьеры.
2. Трудность определения критериев эффективности профконсультирования.
3. Психологическое сопровождение на стадии профессионализации и мастерства
4. Психологическое сопровождение на этапе прекращения профессиональной деятельности.
5. Современные программы психологической профессиональной реабилитации инвалидов.

### **5.2. Промежуточная аттестация по итогам освоения дисциплины – зачет**

#### **Примерные вопросы к зачету**

Какой процесс считается условием профессионального развития?

Каковы психологические условия развития профессионального самосознания?

Какое понятие раскрывается в следующем определении: "..... – субъективно воспринимаемые человеком состояния остановки или перерыва в деятельности, столкновения с преградой или помехой, невозможности перехода к следующему звену деятельности".

Охарактеризуйте развитие самосознания как цель психологического тренинга. В чем состоит основная задача тренинга развития самосознания?

Опишите наиболее подходящие внешние условия для проведения психологического тренинга.

Объясните, почему желательно ограничить контакты участников группы с "внешним" (по отношению к "тренинговой реальности") миром.

В чем состоит отличие в результативности работы "сборных" групп и групп, сформированных из членов одного профессионального коллектива?

Как вы думаете, возможно ли описание и точное транслирование "жесткого" сценария тренинга развития профессионального самосознания? Докажите свою точку зрения.

Какие блоки можно выделить в содержании тренинга развития самосознания? В чем состоят важнейшие задачи каждого блока?

### 5.3. Самостоятельная работа обучающегося.

*Вид самостоятельной работы* – изучение методической литературы, написание диагностических, интерпретационных, исследовательских работ.

*Порядок выполнения и контроль самостоятельной работы.* Задание выполняется учащимися в течение всего семестра с опорой на рекомендуемую литературу, дополнительные источники (пункт 6) и защищаются в период прохождения рейтинг-контролей № 1, 2, 3.

#### Задания для самостоятельной работы

1. Изучить первоисточники, учебники, методическую литературу по темам дисциплины

2. Написать диагностические, интерпретационные, исследовательские работы.

Фонд оценочных материалов (ФОМ) для проведения аттестации уровня сформированности компетенций обучающихся по дисциплине оформляется отдельным документом.

## 6. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

### 6.1. Книгообеспеченность

Наименование литературы: автор, название, вид издания, издательство	Год издания	КНИГООБЕСПЕЧЕННОСТЬ
		Наличие в электронном каталоге ЭБС
<b>Основная литература*</b>		
Современная личность: Психологические исследования / Отв. ред. М. И. Воловикова, Н. Е. Харламенкова. - М.: Изд-во "Институт психологии РАН", 2012. - 392 с. (Психология социальных явлений) - ISBN 978-5-9270-0237-5.	2012	<a href="http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785927002375.html">http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785927002375.html</a>
Технологии активного социально-педагогического взаимодействия (тренинги, игры, дискуссии) в обеспечении психологической безопасности образовательного процесса [Электронный ресурс]: учебно-методическое пособие / Н.Т. Оганесян. - М. : ФЛИНТА, 2013. - 134 с. - ISBN 978-5-9765-1726-4.	2013	<a href="http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785976517264.html">http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785976517264.html</a>
Филатова, Ольга Валерьевна. Учебное пособие по дисциплине «Основы группового психологического тренинга» / О. В. Филатова ; Владимирский государственный университет (ВлГУ) .— Владимир : Владимирский государственный университет (ВлГУ), 2008 .— 160 с ISBN 978-5-89368-875-7	2008	<a href="http://e.lib.vlsu.ru/bitstream/123456789/1121/3/01079.pdf">e.lib.vlsu.ru/bitstream/123456789/1121/3/01079.pdf</a>
<b>Дополнительная литература</b>		
Психология человека в современном мире. Том 4. Субъектный подход в психологии: история и современное состояние. Личность профессионала в обществе современных технологий. Нейрофизиологические основы психики (Материалы Всероссийской юбилейной научной конференции, посвященной 120-летию со дня рождения С. Л. Рубинштейна, 15-16 октября 2009 г.) / Ответственные редакторы: А. Л. Журавлев, М. И. Воловикава, Л. Г. Дикая, Ю. И. Александров. - М.: Изд-во "Институт	2009	<a href="http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785927001712.html">http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785927001712.html</a>

психологии РАН", 2009. - 378 с. - ISBN 978-5-9270-0171-2.		
Барсукова А.Д. Особенности формирования профессионального самосознания студенчества. Монография. - М. : Издательство АСВ, 2009. - 168 с. - ISBN 978-5-93093-670-4.	2009	<a href="http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785930936704.html">http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785930936704.html</a>
Джанерьян С.Т., Психология профессионального самосознания [Электронный ресурс]: учебник. / Джанерьян С.Т. - Ростов н/Д : Изд-во ЮФУ, 2008. - 240 с. - ISBN 978-5-9275-0476-3	2008	<a href="http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785927504763.html">http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785927504763.html</a>

## 6.2. Периодические издания

1. Вопросы психологии. М.: ПИ РАО
2. Психологический журнал. М.: Наука, ИП РАН

## 6.3. Интернет-ресурсы

1. <http://www.chtivo.ru/book/993709/>
2. <http://www.ozon.ru/context/detail/id/4110434/>
3. <http://books.tr200.ru/v.php?id=264857>
4. <http://lib.rus.ec/b/204476>
5. [http://ifets.ieee.org/russian/depository/v12\\_i3/html/6r.htm](http://ifets.ieee.org/russian/depository/v12_i3/html/6r.htm)

## 7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Для реализации данной дисциплины имеются специальные помещения для проведения занятий лекционного типа, занятий практического типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации (аудитории 527-3, 529а-3, 529б-3, 209а-3).

Аудитории оснащены следующим оборудованием:

209а-3 – Дисплей Брайля Focus 14 Blue, Компьютер Digitech, МФУ Canon i-sensys MF 226h, переплетчик на пластиковую пружину\_Rayson SD-1201, Принтер Intex Everest v4, Принтер HP Laser jet 1320, Компьютер (Lenovo Think Center);

527-3 – Проектор – 14/2-1 BenQ MP 620 C, доска магнитно-маркерная BoardSYS 100\*180.

529а-3 – Интерактивная система SMART Board 480.

529б-3 – Электронная доска SMART Board 640, Проект мультимедийный NEC 265.

Перечень используемого лицензионного программного обеспечения Word, Excel, PowerPoint.



Рабочую программу составил ст. преподаватель Шаманин Н.В. Шоф  
(ФИО, должность, подпись)

Рецензент: медицинский психолог ГКУЗ ВО «ОПБ №1» Крылова Т.А. Тукрф -  
(место работы, должность, ФИО, подпись)

Программа рассмотрена и одобрена на заседании кафедры «Психология личности и специальная педагогика»

Протокол № 8а от 15.04.2022 года

Заведующий кафедрой Филатова О.В. ФФ  
(ФИО, подпись)

Рабочая программа рассмотрена и одобрена на заседании учебно-методической комиссии направления 37.03.01 – Психология

Протокол № 8а от 15.04.2022 года

Председатель комиссии зав. кафедрой ПЛиСП Филатова О.В. ФФ  
(ФИО, подпись)

**ЛИСТ ПЕРЕУТВЕРЖДЕНИЯ  
РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ**

Рабочая программа одобрена на 20\_\_\_\_ / 20\_\_\_\_ учебный года

Протокол заседания кафедры № \_\_\_\_\_ от \_\_\_\_\_ года

Заведующий кафедрой \_\_\_\_\_

Рабочая программа одобрена на 20\_\_\_\_ / 20\_\_\_\_ учебный года

Протокол заседания кафедры № \_\_\_\_\_ от \_\_\_\_\_ года

Заведующий кафедрой \_\_\_\_\_

Рабочая программа одобрена на 20\_\_\_\_ / 20\_\_\_\_ учебный года

Протокол заседания кафедры № \_\_\_\_\_ от \_\_\_\_\_ года

Заведующий кафедрой \_\_\_\_\_

**ЛИСТ РЕГИСТРАЦИИ ИЗМЕНЕНИЙ**

в рабочую программу дисциплины

**НАИМЕНОВАНИЕ**образовательной программы направления подготовки код и наименование ОП, направленность:  
наименование (указать уровень подготовки)

Номер изменения	Внесены изменения в части/разделы рабочей программы	Исполнитель ФИО	Основание (номер и дата протокола заседания кафедры)
1			
2			

Заведующий кафедрой \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_

*Подпись**ФИО*