

АВТОНОМНАЯ НЕКОММЕРЧЕСКАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОРГАНИЗАЦИЯ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
ЦЕНТРОСОЮЗА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
«РОССИЙСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ КООПЕРАЦИИ»
КАЗАНСКИЙ КООПЕРАТИВНЫЙ ИНСТИТУТ (ФИЛИАЛ)

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

ПСИХОЛОГИЯ САМОРЕАЛИЗАЦИИ ЛИЧНОСТИ

Направление подготовки 38.04.01 Экономика

Направленность (профиль): «Экономика организаций»

Формы обучения: очная, заочная

Квалификация выпускника: магистр

Срок получения образования: очная форма обучения - 2 года; заочная форма обучения - 2 года 5 месяцев

Объем дисциплины:

в зачетных единицах: 4 з.е.

в академических часах: 144 ак.ч.

Рабочая программа по дисциплине «Психология самореализации личности» по направлению подготовки 38.04.01 Экономика направленность (профиль) «Экономика организаций» составлена Рыбасовой Ю.Ю., к.пед.н., доцентом кафедры гуманитарных дисциплин и иностранных языков в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования – магистратура по направлению подготовки 38.04.01 Экономика, утвержденного приказом Министерства науки и высшего образования Российской Федерации от 11 августа 2020 г. № 939, Профессионального стандарта 08.037 «Бизнес-аналитик», утвержденного приказом Министерства труда и социальной защиты РФ от 25 сентября 2018 г. № 592н, Профессионального стандарта 08.036 «Специалист по работе с инвестиционными проектами», утвержденного приказом Министерства труда и социальной защиты РФ от 16 апреля 2018 г. № 239н, Профессионального стандарта 08.035 «Маркетолог», утвержденного приказом Министерства труда и социальной защиты РФ от 4 июня 2018 г. № 366н.

Рабочая программа:

обсуждена и рекомендована к утверждению решением Научно-методического совета «7» апреля 2021 г., протокол №3.

утверждена Ученым советом Российского университета кооперации «16» апреля 2021 г. № 8.

СОДЕРЖАНИЕ

1. Цели и задачи освоения дисциплины.....	4
2. Место дисциплины в структуре образовательной программы	4
3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине	5
4. Объем дисциплины и виды учебной работы.....	6
5. Содержание дисциплины, структурированное по темам (разделам) с указанием количества академических часов и видов учебных занятий.....	7
5.1. Содержание дисциплины	7
5.2. Разделы, темы дисциплины и виды занятий	8
6. Лабораторные занятия	9
7. Практические занятия.....	10
8. Тематика курсовых работ (проектов).....	11
9. Самостоятельная работа студента	12
10. Перечень нормативных правовых актов, основной и дополнительной учебной литературы, необходимых для освоения дисциплины	14
11. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» и информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине, включая перечень программного обеспечения, профессиональных баз данных и информационных справочных систем	15
12. Описание материально–технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине	15
13. Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине.....	16
13.1. Этапы формирования и процедура оценивания контролируемой компетенции	16
13.2. Индикаторы достижения и критерии оценивания уровня сформированности компетенций, шкала оценивания.....	19
13.3. Материалы для подготовки к промежуточной аттестации.....	24
13.4. Критерии оценки для проведения зачета с оценкой по дисциплине	26
14. Фонд оценочных средств для проведения текущего контроля и текущей аттестации по дисциплине	29
14.1. Материалы для текущего контроля.....	29
14.2. Материалы для проведения текущей аттестации	35
Обновление рабочей программы дисциплины (модуля)	45

1. Цели и задачи освоения дисциплины

Цель дисциплины состоит в формировании способности определять и реализовывать приоритеты собственной деятельности, вырабатывая гибкую профессиональную траекторию для достижения поставленной цели, анализировать и учитывать требования рынка труда, определять и реализовывать приоритеты собственной деятельности и способы ее совершенствования на основе самооценки.

Задачи дисциплины:

- изучить исторический обзор психологических теорий о самопознании и саморазвитии личности
- освоить базовые методы оценки своих ресурсов (личностных, ситуативных, временных), оптимально их использовать для успешного выполнения порученного задания
- изучить основные приоритеты личностного роста и способы совершенствования собственной деятельности на основе самооценки
- создать условия для выстраивания гибкой профессиональной траектории, используя инструменты непрерывного образования, с учетом накопленного профессионального опыта и требований рынка труда

2. Место дисциплины в структуре образовательной программы

Дисциплина «Психология самореализации личности» относится к обязательной части Блока 1 «Дисциплины (модули)» основной профессиональной образовательной программы – программы магистратуры по направлению подготовки 38.04.01 Экономика направленность (профиль) «Экономика организаций».

Дисциплина обеспечивает формирование следующих компетенций:

Код и наименование компетенции	Дисциплины, модули, практики, обеспечивающие формирование компетенции	Периоды формирования компетенции в процессе освоения ОПОП				Место в формировании компетенции
		1 курс (сем.)	2 курс (сем)	3 курс (сем)	4 курс (сем)	
УК-6	Учебная практика, ознакомительная практика	2 сем.				Последующая
УК-6	Учебная практика, научно-исследовательская работа	2 сем.				Последующая

3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине

Изучение дисциплины направлено на формирование у обучающихся универсальных компетенций.

Формируемые компетенции (код и наименование компетенций)	Код и наименование индикатора достижения компетенций	Планируемые результаты обучения
УК-6 Способен определять и реализовывать приоритеты собственной деятельности и способы ее самосовершенствования на основе самооценки	УК-6.1 Способен оценивать свои ресурсы (личностные, ситуативные, временные), оптимально их использовать для успешного выполнения порученного задания	Знать: свои ресурсы (личностные, ситуативные, временные) и их оптимальное использование для успешного выполнения порученного задания Уметь: оценивать свои ресурсы (личностные, ситуативные, временные) для успешного выполнения порученного задания Владеть: навыками оценивания своих ресурсов (личностных, ситуативных, временных), оптимального их использования для успешного выполнения порученного задания
	УК-6.2 Способен определять приоритеты личностного роста и способы совершенствования собственной деятельности на основе самооценки	Знать: приоритеты личностного роста и способы совершенствования собственной деятельности на основе самооценки Уметь: определять приоритеты личностного роста и способы совершенствования собственной деятельности на основе самооценки Владеть: навыком определения приоритетов личностного роста и способами совершенствования собственной деятельности на основе самооценки
	УК-6.3 Способен выстраивать гибкую профессиональную траекторию, используя инструменты непрерывного образования, с учетом накопленного профессионального опыта и требований рынка труда	Знать: модель выстраивания гибкой профессиональной траектории, используя инструменты непрерывного образования, с учетом накопленного профессионального опыта и требований рынка труда Уметь: выстраивать гибкую профессиональную траекторию, используя инструменты непрерывного образования, с учетом накопленного профессионального опыта и требований рынка труда. Владеть: навыком выстраивания гибкой профессиональной траектории, используя инструменты непрерывного образования, с учетом накопленного профессионального опыта и требований рынка труда

4. Объем дисциплины и виды учебной работы

Объем дисциплины и виды учебной работы в академических часах с выделением объема контактной работы обучающихся с преподавателем и самостоятельной работы обучающихся

очная форма обучения

Вид учебной деятельности	ак. часов	
	Всего	По семестрам 1 семестр
1. Контактная работа обучающихся с преподавателем:	40,5	40,5
Аудиторные занятия, часов всего, в том числе:	40	40
• занятия лекционного типа	16	16
• занятия семинарского типа:	24	24
практические занятия	24	24
лабораторные занятия	не предусмотрены	
в том числе занятия в интерактивных формах	4	4
в том числе занятия в форме практической подготовки	-	-
Контактные часы на аттестацию в период экзаменационных сессий	0,5	0,5
2. Самостоятельная работа студентов, всего	103,5	103,5
- курсовая работа (проект)	не предусмотрена	
- выполнение домашних заданий	90	90
- контрольное тестирование	13,5	13,5
3. Промежуточная аттестация: <i>зачет с оценкой</i>		
ИТОГО:	ак. часов	144
Общая трудоемкость	зач. ед.	4

заочная форма обучения

Вид учебной деятельности	ак. часов	
	Всего	По курсам 1 курс
1. Контактная работа обучающихся с преподавателем:	12,5	12,5
Аудиторные занятия, часов всего, в том числе:	12	12
• занятия лекционного типа	4	4
• занятия семинарского типа:	8	8
практические занятия	8	8
лабораторные занятия	не предусмотрены	
в том числе занятия в интерактивных формах	2	2
в том числе занятия в форме практической подготовки	-	-
Контактные часы на аттестацию в период экзаменационных сессий	0,5	0,5
2. Самостоятельная работа студентов, всего	131,5	131,5
- курсовая работа (проект)	не предусмотрена	
- выполнение домашних заданий	120	120
- контрольное тестирование	11,5	11,5
3. Промежуточная аттестация: <i>зачет с оценкой</i>		
ИТОГО:	ак. часов	144
Общая трудоемкость	зач. ед.	4

5. Содержание дисциплины, структурированное по темам (разделам) с указанием количества академических часов и видов учебных занятий

5.1. Содержание дисциплины

Раздел 1. Теоретические подходы к исследованию самореализации личности

Тема 1. Введение в предмет. Теоретические подходы к исследованию самореализации личности

Проблема самореализации личности в системе наук о человеке. Представления о самореализации личности в психологических теориях. Саморазвитие как ключевая проблема современности.

Тема 2. Проблема самореализации личности в психологии: модели и стратегии

Самореализация личности: психологический феномен. Самореализация личности как психологическая проблема: определение, критерии и модели. Особенности стратегий самореализации и стили человека.

Раздел 2. Психология самореализация личности: прикладной аспект

Тема 3. Психологические детерминанты самореализации личности

Сущность психологических детерминант самореализации личности. Мотивационно-смысловые детерминанты. Личностно-ситуационные детерминанты. Уровни самореализации личности. Самореализация в некоторых основных сферах жизнедеятельности.

Тема 4. Практические подходы к измерению самооценки личности

Осознание и принятие собственной личности на основе самооценки. Самосовершенствование как одна из основ самореализации личности. Методы и приемы самосовершенствования. Этапы самосовершенствования и мониторинг процесса совершенствования. Создание условий для развития и самореализации личности.

Тема 5. Методики оценки возможностей и ресурсов человека

Карьера как условие самореализации. Аспекты самореализации личности: профессиональный, социальный, творческий. Стратегии и сферы самореализации личности. Приемы формирования потребности самосовершенствования и самореализации.

Тема 6. Уровни, механизмы и барьеры самореализации личности

Уровни самореализации личности. Механизмы самореализации

личности. Уровневая типология барьеров, системные эффекты и тендерные различия.

Тема 7. Проблема самореализации личности в профессиональной сфере

Самореализация в профессиональной жизни как в одной из основных сфер жизнедеятельности. Генезис затруднений самореализации личности в профессиональной сфере. Предпосылки самореализации личности в профессиональной сфере. Особенности самореализации личности в профессиональной сфере на разных этапах жизненного пути. Детерминанты затруднений самореализации личности в профессиональной сфере. Саморазвитие и самореализация.

5.2. Разделы, темы дисциплины и виды занятий

очная форма обучения

№ п/п	Наименование раздела, темы дисциплины	Виды занятий, включая самостоятельную работу студентов (в ак. часах)				Аудиторных занятий в интерактивной форме
		занятия лекционного типа	занятия семинарского типа / из них в форме практической подготовки	самостоятельная работа	Всего	
Раздел 1. Теоретические подходы к исследованию самореализации личности						
1	Тема 1. Введение в предмет. Теоретические подходы к исследованию самореализации личности	2	2	13,5	17,5	
2	Тема 2. Проблема самореализации личности в психологии: модели и стратегии	2	4	15	21	
Раздел 2. Психология самореализация личности: прикладной аспект						
3	Тема 3. Психологические детерминанты самореализации личности	2	2	15	19	2
4	Тема 4. Практические подходы к измерению самооценки личности	2	4	15	21	
5	Тема 5. Методики оценки возможностей и ресурсов человека	2	4	15	21	
6	Тема 6. Уровни, механизмы и барьеры самореализации личности	2	4	15	21	
7	Тема 7. Проблема самореализации личности в профессиональной сфере	4	4	15	23	2
	Контактная работа в период промежуточной аттестации				0,5	
	Итого	16	24/0	103,5	144	4

заочная форма обучения

№ п/п	Наименование раздела, темы дисциплины	Виды занятий, включая самостоятельную работу студентов (в ак. часах)				Аудиторных занятий в интерактивной форме
		занятия лекционного типа	занятия семинарского типа / из них в форме практической подготовки	самостоятельная работа	Всего	
Раздел 1. Теоретические подходы к исследованию самореализации личности						
1	Тема 1. Введение в предмет. Теоретические подходы к исследованию самореализации личности	2	-	18	20	
2	Тема 2. Проблема самореализации личности в психологии: модели и стратегии	-	2	18,5	20,5	
Раздел 2. Психология самореализация личности: прикладной аспект						
3	Тема 3. Психологические детерминанты самореализации личности	-	2	19	21	
4	Тема 4. Практические подходы к измерению самооценки личности	-	-	19	19	
5	Тема 5. Методики оценки возможностей и ресурсов человека	-	-	19	19	
6	Тема 6. Уровни, механизмы и барьеры самореализации личности	-	2	19	21	
7	Тема 7. Проблема самореализации личности в профессиональной сфере	2	2	19	23	2
	Контактная работа в период промежуточной аттестации				0,5	
	Итого	4	8/0	131,5	144	2

6. Лабораторные занятия

Лабораторные занятия не предусмотрены.

7. Практические занятия

очная форма обучения

№ п/п	Наименование раздела, темы дисциплины	Содержание практических занятий	Объем (час.)	В т.ч. в форме практической подготовки
1	Тема 1. Введение в предмет. Теоретические подходы к исследованию самореализации личности	Проблема самореализации личности в системе наук о человеке. Представления о самореализации личности в психологических теориях. Саморазвитие как ключевая проблема современности.	2	-
2	Тема 2. Проблема самореализации личности в психологии: модели и стратегии	Самореализация личности: психологический феномен. Самореализация личности как психологическая проблема: определение, критерии и модели. Особенности стратегий самореализации и стили человека.	4	-
3	Тема 3. Психологические детерминанты самореализации личности	Сущность психологических детерминант самореализации личности. Мотивационно-смысловые детерминанты. Личностно-ситуационные детерминанты. Уровни самореализации личности. Самореализация в некоторых основных сферах жизнедеятельности.	2	-
4	Тема 4. Практические подходы к измерению самооценки личности	Осознание и принятие собственной личности на основе самооценки. Самосовершенствование как одна из основ самореализации личности. Методы и приемы самосовершенствования. Этапы самосовершенствования и мониторинг процесса совершенствования. Создание условий для развития и самореализации личности.	4	-
5	Тема 5. Методики оценки возможностей и ресурсов человека	Карьера как условие самореализации. Аспекты самореализации личности: профессиональный, социальный, творческий. Стратегии и сферы самореализации личности. Приемы формирования потребности самосовершенствования и самореализации.	4	-
6	Тема 6. Уровни, механизмы и барьеры самореализации личности	Уровни самореализации личности. Механизмы самореализации личности. Уровневая типология барьеров, системные эффекты и тендерные различия.	4	-
7	Тема 7. Проблема самореализации личности в профессиональной сфере	Самореализация в профессиональной жизни как в одной из основных сфер жизнедеятельности. Генезис затруднений самореализации личности в профессиональной сфере. Предпосылки самореализации личности в профессиональной сфере. Особенности самореализации личности в	4	-

№ п/п	Наименование раздела, темы дисциплины	Содержание практических занятий	Объем (час.)	В т.ч. в форме практической подготовки
		профессиональной сфере на разных этапах жизненного пути. Детерминанты затруднений самореализации личности в профессиональной сфере. Саморазвитие и самореализация.		
	Итого		24	0

заочная форма обучения

№ п/п	Наименование раздела, темы дисциплины	Содержание практических занятий	Объем (час.)	В т.ч. в форме практической подготовки
1	Тема 2. Проблема самореализации личности в психологии: модели и стратегии	Самореализация личности: психологический феномен. Самореализация личности как психологическая проблема: определение, критерии и модели. Особенности стратегий самореализации и стили человека.	2	-
2	Тема 3. Психологические детерминанты самореализации личности	Сущность психологических детерминант самореализации личности. Мотивационно-смысловые детерминанты. Личностно-ситуационные детерминанты. Уровни самореализации личности. Самореализация в некоторых основных сферах жизнедеятельности.	2	-
3	Тема 6. Уровни, механизмы и барьеры самореализации личности	Уровни самореализации личности. Механизмы самореализации личности. Уровневая типология барьеров, системные эффекты и тендерные различия.	2	-
4	Тема 7. Проблема самореализации личности в профессиональной сфере	Самореализация в профессиональной жизни как в одной из основных сфер жизнедеятельности. Генезис затруднений самореализации личности в профессиональной сфере. Предпосылки самореализации личности в профессиональной сфере. Особенности самореализации личности в профессиональной сфере на разных этапах жизненного пути. Детерминанты затруднений самореализации личности в профессиональной сфере. Саморазвитие и самореализация.	2	-
	Итого		8	0

8. Тематика курсовых работ (проектов)

Курсовые работы (проекты) не предусмотрены.

9. Самостоятельная работа студента

Основная цель самостоятельной работы студента при изучении дисциплины «Психология самореализации личности» – закрепить теоретические знания, полученные в ходе лекционных занятий, сформировать навыки в соответствии с требованиями, определенными в ходе занятий семинарского типа.

Самостоятельная работа студента в процессе изучения дисциплины включает:

- освоение рекомендованной преподавателем и методическими указаниями по данной дисциплине основной и дополнительной учебной литературы;
- изучение образовательных ресурсов (электронные учебники, электронные библиотеки, электронные видеокурсы и др.);
- выполнение домашних заданий по практическим занятиям;
- самостоятельный поиск информации в Интернете и других источниках;
- подготовку к зачету с оценкой.

Раздел 1. Теоретические подходы к исследованию самореализации личности

Тема 1. Введение в предмет. Теоретические подходы к исследованию самореализации личности

Виды самостоятельной работы по теме:

Подготовка к занятиям включает работу с основной и дополнительной литературой, в том числе в электронной библиотечной системе; изучение материалов, Интернет-ресурсов; разбор вопросов по темам занятий из рабочей программы дисциплины.

В процессе освоения темы необходимо уяснить следующие основные понятия: саморазвитие, самореализация.

Изучая тему, важно приобрести знания о теоретических подходах к исследованию самореализации личности.

Оценочное средство: реферат, коллоквиум

Тема 2. Проблема самореализации личности в психологии: модели и стратегии

Виды самостоятельной работы по теме:

Подготовка к занятиям включает работу с основной и дополнительной литературой, в том числе в электронной библиотечной системе; изучение материалов, Интернет-ресурсов; разбор вопросов по темам занятий из рабочей программы дисциплины.

В процессе освоения темы необходимо уяснить следующие основные понятия: Самореализация личности: психологический феномен. Самореализация личности как психологическая проблема: определение,

критерии и модели. Особенности стратегий самореализации и стили человека.

Изучая тему, важно приобрести знания и сформировать умения выстраивать модели и стратегии самореализации.

Оценочное средство: реферат, коллоквиум

Раздел 2. Психология самореализация личности: прикладной аспект

Тема 3. Психологические детерминанты самореализации личности

Виды самостоятельной работы по теме:

Подготовка к занятиям включает работу с основной и дополнительной литературой, в том числе в электронной библиотечной системе; изучение материалов, Интернет-ресурсов; разбор вопросов по темам занятий из рабочей программы дисциплины.

В процессе освоения темы необходимо уяснить следующие основные понятия: детерминант самореализации личности, мотивационно-смысловые детерминанты. личностно-ситуационные детерминанты. уровни самореализации личности.

Изучая тему, важно приобрести практический опыт формирования детерминант самореализации личности

Оценочное средство: реферат, коллоквиум

Тема 4. Практические подходы к измерению самооценки личности

Подготовка к занятиям включает работу с основной и дополнительной литературой, в том числе в электронной библиотечной системе; изучение материалов, Интернет-ресурсов; разбор вопросов по темам занятий из рабочей программы дисциплины.

Оценочное средство: реферат, коллоквиум

Тема 5. Методики оценки возможностей и ресурсов человека

Подготовка к занятиям включает работу с основной и дополнительной литературой, в том числе в электронной библиотечной системе; изучение материалов, Интернет-ресурсов; разбор вопросов по темам занятий из рабочей программы дисциплины.

Оценочное средство: реферат, коллоквиум

Тема 6. Уровни, механизмы и барьеры самореализации личности

Виды самостоятельной работы по теме:

Подготовка к занятиям включает работу с основной и дополнительной литературой, в том числе в электронной библиотечной системе; изучение материалов, Интернет-ресурсов; разбор вопросов по темам занятий из рабочей программы дисциплины.

В процессе освоения темы необходимо уяснить следующие основные понятия: уровневая типология барьеров, системные эффекты и тендерные

различия

Изучая тему, важно усвоить материал об уровнях, механизмах и барьерах самореализации личности

Оценочное средство: реферат, коллоквиум

Тема 7. Проблема самореализации личности в профессиональной сфере

Виды самостоятельной работы по теме:

Подготовка к занятиям включает работу с основной и дополнительной литературой, в том числе в электронной библиотечной системе; изучение материалов, Интернет-ресурсов; разбор вопросов по темам занятий из рабочей программы дисциплины.

В процессе освоения темы необходимо уяснить следующие основные понятия: генезис затруднений самореализации личности,

Изучая тему, важно усвоить материал о самореализации личности в профессиональной сфере, детерминанты затруднений самореализации личности.

Оценочное средство: тестированный контроль, коллоквиум

10. Перечень нормативных правовых актов, основной и дополнительной учебной литературы, необходимых для освоения дисциплины

а) основная литература:

1. Психология XXI века: вызовы, поиски, векторы развития : сборник материалов Всероссийского симпозиума психологов (Рязань, 5 апреля 2019 г.) (с международным участием) / под общ. ред. Д. В. Сочивко. - Рязань : Академия ФСИН России, 2019. - 989 с. - ISBN 978-5-7743-0886-6. - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/1249408>

2. Психология личности: учебное пособие / Б.Н. Рыжов, Д.А. Донцов, М.В. Донцова, Л.В. Сенкевич. — Москва: Русайнс, 2021. — 357 с. — ISBN 978-5-4365-6707-5. — URL:<https://book.ru/book/939970>

б) дополнительная литература:

1. Социализация и самореализация личности в системе непрерывного образования : монография / Судьина Л.Н., Чигишев Е.А., Завьялова Я.Е. — Москва : Русайнс, 2019. — 135 с. — ISBN 978-5-4365-3880-8. — URL: <https://book.ru/book/934462>

2. Современная практическая психология в обеспечении ресурсов самореализации личности: Монография / Обухова Ю.В. - Ростов-на-Дону:Южный федеральный университет, 2016. - 305 с.: ISBN 978-5-9275-2234-7. - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/996774>

11. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» и информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине, включая перечень программного обеспечения, профессиональных баз данных и информационных справочных систем

1. Ресурсы информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», включая профессиональные базы данных

- <http://www.iprbookshop.ru> - ЭБС IPRbooks
- <https://www.book.ru/> - ЭБС Book.ru
- <https://rucont.ru/> - Национальный цифровой ресурс «Руконт»
- <https://megapro.msal.ru/> - ЭБС Mega Про
- <https://www.elibrary.ru/> - ЭБС Word Bank eLibrary.ru
- <http://znanium.com/> - ЭБС Znanium.com
- <https://dlib.eastview.com/> - База данных East View

2. Лицензионно программное обеспечение

Desktop School ALNG LicSAPk MVL (MS Windows, MS Office);
Консультант + версия проф.- справочная правовая система;
Система тестирования INDIGO;

3. Свободно распространяемое программное обеспечение

AdobeAcrobat – свободно-распространяемое ПО;
Интернет-браузеры: GoogleChrome, Firefox – свободно-распространяемое ПО.

Каждый обучающийся в течение всего обучения обеспечивается индивидуальным неограниченным доступом электронно-библиотечной системе и электронной информационно-образовательной среде.

12. Описание материально–технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине

Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа

Учебная мебель:

Столы; стулья; доска аудиторная; трибуна.

Технические средства обучения:

Проектор Optoma X400; настенный проекционный экран Lumien Master Picture 153x203 см; колонки 2.0 SVEN SPS-702; процессор celeron G1610 DDR III (ЭКСИМЕР Life); универсальный потолочный комплект Wize WPC-S.

Учебная аудитория для проведения практических занятий

Учебная мебель:

Стол письменный, столы; стулья; доска аудиторная, трибуна.

Технические средства обучения:

Переносное мультимедийное оборудование: ноутбук; проектор.
Учебная аудитория для групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации

Учебная мебель:

Столы; стулья; доска аудиторная; трибуна.

Технические средства обучения:

Процессоры celeron G1610 (ЭКСИМЕР Life); мониторы Acer V193HQV (19.3"); клавиатура; мышь.

Помещение для самостоятельной работ

Учебная мебель:

Столы; стул ИЗО; стулья; шкаф книжный.

Технические средства обучения:

Моноблоки IRU Office P2121.

13. Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине

13.1. Этапы формирования и процедура оценивания контролируемой компетенции

Основными этапами формирования компетенций является последовательное изучение содержательно связанных между собой разделов и (или) тем учебной дисциплины. Изучение каждого раздела и (или) темы предполагает овладение студентами необходимыми компетенциями. Результат аттестации студентов на различных этапах формирования компетенции показывает уровень освоения компетенций студентами.

№	Код контролируемой компетенции (или ее части)	Контролируемые темы дисциплины	Наименование оценочного средства
1	УК-6.1	Тема 1. Введение в предмет. Теоретические подходы к исследованию самореализации личности Тема 2. Проблема самореализации личности в психологии: модели и стратегии Тема 3. Психологические детерминанты самореализации личности Тема 4. Уровни, механизмы и барьеры самореализации личности Тема 5. Проблема самореализации личности в профессиональной сфере	оценка работы на коллоквиуме, оценка защиты реферата, зачет с оценкой
2	УК-6.2	Тема 1. Введение в предмет. Теоретические подходы к исследованию самореализации личности Тема 2. Проблема самореализации личности в психологии: модели и стратегии Тема 3. Психологические детерминанты самореализации личности Тема 4. Уровни, механизмы и барьеры самореализации личности Тема 5. Проблема самореализации личности в	оценка работы на коллоквиуме, оценка защиты реферата, зачет с оценкой

№	Код контролируемой компетенции (или ее части)	Контролируемые темы дисциплины	Наименование оценочного средства
		профессиональной сфере	
3	УК-6.3	Тема 1. Введение в предмет. Теоретические подходы к исследованию самореализации личности Тема 2. Проблема самореализации личности в психологии: модели и стратегии Тема 3. Психологические детерминанты самореализации личности Тема 4. Практические подходы к измерению самооценки личности Тема 5. Методики оценки возможностей и ресурсов человека Тема 6. Уровни, механизмы и барьеры самореализации личности Тема 7. Проблема самореализации личности в профессиональной сфере	оценка работы на коллоквиуме, оценка защиты реферата, тестирование, зачет с оценкой

Процедура оценивания

Процедура оценивания результатов освоения программы дисциплины включает в себя оценку уровня сформированности компетенций студента при осуществлении текущего контроля и проведении промежуточной аттестации.

Уровень сформированности компетенции (одной или нескольких) определяется по качеству выполненной студентом работы и отражается в следующих формулировках: высокий, хороший, достаточный, недостаточный.

При выполнении студентами заданий для промежуточной аттестации оценивается уровень обученности «знать», «уметь», «владеть» в соответствии с запланированными результатами обучения и содержанием рабочей программы дисциплины:

- знания и умения студента могут проверяться при ответе на теоретические вопросы, выполнении тестовых заданий, практических работ,
- степень владения умениями – при решении ситуационных задач, выполнении практических работ и других заданий.

Результаты выполнения заданий фиксируются в баллах в соответствии с показателями и критериями оценивания компетенций. Общее количество баллов складывается из:

- сумма баллов за выполнение практических заданий на выявление уровня обученности «уметь»,
- сумма баллов за выполнение практических заданий на выявление уровня обученности «владеть»,
- сумма баллов за ответы на дополнительные вопросы.

По итогам текущего контроля и промежуточной аттестации в соответствии с показателями и критериями оценивания компетенций

определяется уровень сформированности компетенций студента и выставляется оценка по шкале оценивания.

13.2. Индикаторы достижения и критерии оценивания уровня сформированности компетенций, шкала оценивания

Код и наименование компетенции	Индикаторы достижения	Критерии оценивания уровня сформированности компетенций				Итого :
		Высокий (верно и в полном объеме) - 5 б.	Хороший (с незначительными замечаниями) - 4 б.	Достаточный (на базовом уровне, с ошибками) - 3 б.	Недостаточный (содержит большое количество ошибок/ответ не дан) – 2 б.	
УК-6 Способен определять и реализовывать приоритеты собственной деятельности и способы ее самосовершенствования на основе самооценки	УК-6.1 Способен оценивать свои ресурсы (личностные, ситуативные, временные), оптимально их использовать для успешного выполнения порученного задания Знать: свои ресурсы (личностные, ситуативные, временные), оптимально их использовать для успешного выполнения порученного задания	Полно раскрыты способы оценки своих ресурсов (личностных, ситуативных, временных), их оптимальное использование для успешного выполнения порученного задания	Не совсем полно раскрыты способы оценки своих ресурсов (личностных, ситуативных, временных), их оптимальном использовании для успешного выполнения порученного задания	Фрагментарные, не систематизированные, плохо применяемые знания о способах оценки своих ресурсов (личностных, ситуативных, временных), их оптимальном использовании для успешного выполнения порученного задания	Отсутствие сформированных знаний об основных способах оценки своих ресурсов (личностных, ситуативных, временных), их оптимальном использовании для успешного выполнения порученного задания	2-5
	УК-6.1 Способен оценивать свои ресурсы (личностные, ситуативные, временные), оптимально их использовать для успешного выполнения порученного задания Уметь: оценивать свои ресурсы (личностные, ситуативные, временные), оптимально их использовать для успешного выполнения порученного задания	Сформировано умение оценивать свои ресурсы (личностные, ситуативные, временные), оптимально их использовать для успешного выполнения порученного задания	В целом сформировано умение оценивать свои ресурсы (личностные, ситуативные, временные), оптимально их использовать для успешного выполнения порученного задания	Частично сформировано умение оценивать свои ресурсы (личностные, ситуативные, временные), оптимально их использовать для успешного выполнения порученного задания	Не сформировано умение оценивать свои ресурсы (личностные, ситуативные, временные), оптимально их использовать для успешного выполнения порученного задания	

Код и наименование компетенции	Индикаторы достижения	Критерии оценивания уровня сформированности компетенций				Итого :
		Высокий (верно и в полном объеме) - 5 б.	Хороший (с незначительными замечаниями) - 4 б.	Достаточный (на базовом уровне, с ошибками) - 3 б.	Недостаточный (содержит большое количество ошибок/ответ не дан) – 2 б.	
УК-6.1	Способен оценивать свои ресурсы (личностные, ситуативные, временные), оптимально их использовать для успешного выполнения порученного задания Владеть: навыками оценивать свои ресурсы (личностные, ситуативные, временные), оптимально их использовать для успешного выполнения порученного задания	Полностью сформировано владение навыками оценивать свои ресурсы (личностные, ситуативные, временные), оптимально их использовать для успешного выполнения порученного задания	В целом владеет навыками оценки своих ресурсов (личностных, ситуативных, временных), оптимального их использования для успешного выполнения порученного задания	Фрагментарное, не системное применение навыков оценки своих ресурсов (личностных, ситуативных, временных), оптимального их использования для успешного выполнения порученного задания	Отсутствуют сформированные навыки владения оценкой своих ресурсов (личностных, ситуативных, временных), оптимального их использования для успешного выполнения порученного задания	2-5
УК-6.2	Способен определять приоритеты личностного роста и способы совершенствования собственной деятельности на основе самооценки Знать: приоритеты личностного роста и способы совершенствования собственной деятельности на основе самооценки	Полно раскрыты приоритеты личностного роста и способы совершенствования собственной деятельности на основе самооценки	Не совсем полно раскрыты приоритеты личностного роста и способы совершенствования собственной деятельности на основе самооценки	Фрагментарные, не систематизированные, плохо применяемые знания о приоритетах личностного роста и способах совершенствования собственной деятельности на основе самооценки	Отсутствие сформированных знаний о приоритетах личностного роста и способах совершенствования собственной деятельности на основе самооценки	
УК-6.2	Способен определять приоритеты личностного роста и способы совершенствования собственной деятельности на основе самооценки Уметь: определять	Сформировано умение определять приоритеты личностного роста и способы совершенствования собственной	В целом сформировано умение определять приоритеты личностного роста и способы совершенствования	Частично сформировано умение определять приоритеты личностного роста и способы совершенствования	Не сформировано умение определять приоритеты личностного роста и способы совершенствования собственной	

Код и наименование компетенции	Индикаторы достижения	Критерии оценивания уровня сформированности компетенций				Итого :
		Высокий (верно и в полном объеме) - 5 б.	Хороший (с незначительными замечаниями) - 4 б.	Достаточный (на базовом уровне, с ошибками) - 3 б.	Недостаточный (содержит большое количество ошибок/ответ не дан) – 2 б.	
	приоритеты личного роста и способы совершенствования собственной деятельности на основе самооценки	деятельности на основе самооценки	собственной деятельности на основе самооценки	собственной деятельности на основе самооценки	деятельности на основе самооценки	
	УК-6.2 Способен определять приоритеты личного роста и способы совершенствования собственной деятельности на основе самооценки Владеть: навыками определять приоритеты личного роста и способы совершенствования собственной деятельности на основе самооценки	Полностью сформировано владение навыками определения приоритетов личного роста и способами совершенствования собственной деятельности на основе самооценки	В целом владеет навыками определения приоритетов личного роста и способами совершенствования собственной деятельности на основе самооценки	Фрагментарное, не системное применение навыков определения приоритетов личного роста и способов совершенствования собственной деятельности на основе самооценки	Отсутствуют сформированные навыки определения приоритетов личного роста и способов совершенствования собственной деятельности на основе самооценки	
	УК-6.3 Способен выстраивать гибкую профессиональную траекторию, используя инструменты непрерывного образования, с учетом накопленного профессионального опыта и требований рынка труда Знать: гибкую профессиональную траекторию, используя инструменты непрерывного образования, с учетом накопленного	Полно раскрыты основы гибкой профессиональной траектории, использование инструментов непрерывного образования, с учетом накопленного профессионального опыта и требований рынка труда	Не совсем полно раскрыты основы гибкой профессиональной траектории, использование инструментов непрерывного образования, с учетом накопленного профессионального опыта и требований рынка труда	Фрагментарные, не систематизированные, плохо применяемые знания об основах использования гибкой профессиональной траектории, и инструментах непрерывного образования, с учетом накопленного профессионального опыта и требований рынка труда	Отсутствие сформированных знаний об основах использования гибкой профессиональной траектории, и инструментах непрерывного образования, с учетом накопленного профессионального опыта и требований рынка труда	2-5

Код и наименование компетенции	Индикаторы достижения	Критерии оценивания уровня сформированности компетенций				Итого :
		Высокий (верно и в полном объеме) - 5 б.	Хороший (с незначительными замечаниями) - 4 б.	Достаточный (на базовом уровне, с ошибками) - 3 б.	Недостаточный (содержит большое количество ошибок/ответ не дан) – 2 б.	
	профессионального опыта и требований рынка труда					
	УК-6.3 Способен выстраивать гибкую профессиональную траекторию, используя инструменты непрерывного образования, с учетом накопленного профессионального опыта и требований рынка труда Уметь: выстраивать гибкую профессиональную траекторию, используя инструменты непрерывного образования, с учетом накопленного профессионального опыта и требований рынка труда	Сформировано умение выстраивать гибкую профессиональную траекторию, используя инструменты непрерывного образования, с учетом накопленного профессионального опыта и требований рынка труда	В целом сформировано умение выстраивать гибкую профессиональную траекторию, используя инструменты непрерывного образования, с учетом накопленного профессионального опыта и требований рынка труда	Частично сформировано умение выстраивать гибкую профессиональную траекторию, используя инструменты непрерывного образования, с учетом накопленного профессионального опыта и требований рынка труда	Не сформировано умение выстраивать гибкую профессиональную траекторию, используя инструменты непрерывного образования, с учетом накопленного профессионального опыта и требований рынка труда	
	УК-6.3 Способен выстраивать гибкую профессиональную траекторию, используя инструменты непрерывного образования, с учетом накопленного профессионального опыта и требований рынка труда Владеть: навыками выстраивать гибкую профессиональную траекторию, используя инструменты непрерывного	Полностью сформировано владение навыками выстраивания гибкой профессиональной траектории, используя инструменты непрерывного образования, с учетом накопленного профессионального опыта и требований	В целом владеет навыками выстраивания гибкой профессиональной траектории, используя инструменты непрерывного образования, с учетом накопленного профессионального	Фрагментарное, не системное применение владения навыками выстраивания гибкой профессиональной траектории, используя инструменты непрерывного образования, с учетом накопленного профессионального опыта и требований рынка труда	Отсутствуют сформированные навыки владения выстраивания гибкой профессиональной траектории, используя инструменты непрерывного образования, с учетом накопленного профессионального опыта и требований	

Код и наименование компетенции	Индикаторы достижения	Критерии оценивания уровня сформированности компетенций				Итого :
		Высокий (верно и в полном объеме) - 5 б.	Хороший (с незначительными замечаниями) - 4 б.	Достаточный (на базовом уровне, с ошибками) - 3 б.	Недостаточный (содержит большое количество ошибок/ответ не дан) – 2 б.	
	образования, с учетом накопленного профессионального опыта и требований рынка труда	рынка труда	опыта и требований рынка труда		рынка труда	

Шкала оценивания:

Оценка	Баллы	Уровень сформированности компетенции
отлично	13-15	высокий
хорошо	10-12	хороший
удовлетворительно	7-9	достаточный
неудовлетворительно	менее 7	недостаточный

13.3. Материалы для подготовки к промежуточной аттестации

Для проверки сформированности компетенции (части компетенции – индикатора): УК-6.1, УК-6.2, УК-6.3

Вопросы к зачету с оценкой:

1. Теоретические подходы к исследованию самореализации личности
2. Проблема самореализации личности в системе наук о человеке.
3. Представления о самореализации личности в психологических теориях
4. Проблема самореализации личности в психологии: модели и стратегии
5. Самореализация личности: психологический феномен.
6. Самореализация личности как психологическая проблема: определение, критерии и модели.
7. Особенности стратегий самореализации и стили человека.
8. Психологические детерминанты самореализации личности
9. Сущность психологических детерминант самореализации личности.
10. Мотивационно-смысловые детерминанты.
11. Личностно-ситуационные детерминанты.
12. Уровни самореализации личности.
13. Самореализация в некоторых основных сферах жизнедеятельности
14. Уровни, механизмы и барьеры самореализации личности
15. Уровни самореализации личности.
16. Механизмы самореализации личности.
17. Уровневая типология барьеров, системные эффекты и гендерные различия
18. Проблема самореализации личности в профессиональной сфере
19. Самореализация в профессиональной жизни как в одной из основных сфер жизнедеятельности.
20. Генезис затруднений самореализации личности в профессиональной сфере.
21. Предпосылки самореализации личности в профессиональной сфере.
22. Особенности самореализации личности в профессиональной сфере на разных этапах жизненного пути.
23. Детерминанты затруднений самореализации личности в профессиональной сфере

Образцы тестовых заданий для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации по итогам освоения дисциплины, а также для контроля самостоятельной работы:

1. Формирование ценностного отношения в жизни, обеспечивающего устойчивое и гармоничное развитие личности (воспитание чувства долга, справедливости, искренности, ответственности и других качеств, способных придать высший смысл делам, мыслям и чувствам человека) – это:

- а) воспитательный процесс
- б) духовное воспитание
- в) социальное воспитание

2. Знание – это:

- а) навык, перешедший в обычную потребность человека
- б) адекватное представление о предмете, соответствующие ему образы и понятия
- в) способность быстро выполнять задание
- г) способность практически действовать на основе усвоенной информации
- д) совокупность жизненного или профессионального опыта

3. Умение – это:

- а) навык, ставший потребностью человека
- б) представление о предмете, соответствующие ему образы и понятия
- в) способность быстро выполнить задание
- г) способность действовать на основе приобретенных знаний
- д) совокупность знаний, умений, навыков, сложившихся в процессе жизни и практической деятельности

4. Навык – это:

- а) стереотип действия, ставший потребностью человека
- б) представление о предмете, соответствующие ему образы и понятия
- в) автоматизированное умение; условие быстрого выполнения задания
- г) способность действовать на основе приобретенных знаний
- д) совокупность необходимых в практической деятельности знаний и умений

5. Дидактическими функциями домашней самостоятельной работы являются:

- а) расширение и углубление учебного материала, проработанного аудиторно
- б) контроль знаний
- в) формирование мотивации учения
- г) формирование умений и навыков самостоятельного выполнения заданий

д) повышение авторитета преподавателя

6. Прочность усвоения знаний зависит:

а) от методов обучения

б) от организации запоминания учебного материала

в) от степени использования знаний в практике

г) от глубины осмысления материала

д) от индивидуальных особенностей

13.4. Критерии оценки для проведения зачета с оценкой по дисциплине

Оценка «отлично» выставляется студенту, если у него полно раскрыты способы оценки своих ресурсов (личностных, ситуативных, временных), их оптимальное использование для успешного выполнения порученного задания; сформировано умение оценивать свои ресурсы (личностные, ситуативные, временные), оптимально их использовать для успешного выполнения порученного задания; полностью сформировано владение навыками оценивать свои ресурсы (личностные, ситуативные, временные), оптимально их использовать для успешного выполнения порученного задания⁴ полно раскрыты приоритеты личностного роста и способы совершенствования собственной деятельности на основе самооценки; сформировано умение определять приоритеты личностного роста и способы совершенствования собственной деятельности на основе самооценки; полностью сформировано владение навыками определения приоритетов личностного роста и способами совершенствования собственной деятельности на основе самооценки; полно раскрыты основы гибкой профессиональной траектории, использование инструментов непрерывного образования, с учетом накопленного профессионального опыта и требований рынка труда; сформировано умение выстраивать гибкую профессиональную траекторию, используя инструменты непрерывного образования, с учетом накопленного профессионального опыта и требований рынка труда; полностью сформировано владение навыками выстраивания гибкой профессиональную траектории, используя инструменты непрерывного образования, с учетом накопленного профессионального опыта и требований рынка труда.

Оценка «хорошо» ставится студенту, если он не совсем полно раскрыл способы оценки своих ресурсов (личностных, ситуативных, временных), их оптимальном использовании для успешного выполнения порученного задания; в целом сформировано умение оценивать свои ресурсы (личностные, ситуативные, временные), оптимально их использовать для успешного выполнения порученного задания; в целом владеет навыками оценки своих ресурсов (личностных, ситуативных, временных), оптимального их использования для успешного выполнения порученного задания; не совсем полно раскрыты приоритеты личностного роста и

способы совершенствования собственной деятельности на основе самооценки; в целом умеет определять приоритеты личностного роста и способы совершенствования собственной деятельности на основе самооценки; в целом владеет навыками определения приоритетов личностного роста и способами совершенствования собственной деятельности на основе самооценки; не совсем полно раскрыл основы гибкой профессиональной траектории, использование инструментов непрерывного образования, с учетом накопленного профессионального опыта и требований рынка труда; в целом умеет выстраивать гибкую профессиональную траекторию, используя инструменты непрерывного образования, с учетом накопленного профессионального опыта и требований рынка труда; в целом владеет навыками выстраивания гибкой профессиональной траектории, используя инструменты непрерывного образования, с учетом накопленного профессионального опыта и требований рынка труда.

Оценка «удовлетворительно» ставится студенту за фрагментарные, не систематизированные, плохо применяемые знания о способах оценки своих ресурсов (личностных, ситуативных, временных), их оптимальном использовании для успешного выполнения порученного задания; частично сформированное умение оценивать свои ресурсы (личностные, ситуативные, временные), оптимально их использовать для успешного выполнения порученного задания; фрагментарное, не системное применение навыков оценки своих ресурсов (личностных, ситуативных, временных), оптимального их использования для успешного выполнения порученного задания; фрагментарные, не систематизированные, плохо применяемые знания о приоритетах личностного роста и способах совершенствования собственной деятельности на основе самооценки; частично сформированное умение определять приоритеты личностного роста и способы совершенствования собственной деятельности на основе самооценки; фрагментарное, не системное применение навыков определения приоритетов личностного роста и способов совершенствования собственной деятельности на основе самооценки; фрагментарные, не систематизированные, плохо применяемые знания об основах использования гибкой профессиональной траектории, и инструментах непрерывного образования, с учетом накопленного профессионального опыта и требований рынка труда; частично сформированное умение выстраивать гибкую профессиональную траекторию, используя инструменты непрерывного образования, с учетом накопленного профессионального опыта и требований рынка труда; фрагментарное, не системное применение владения навыками выстраивания гибкой профессиональной траектории, используя инструменты непрерывного образования, с учетом накопленного профессионального опыта и требований рынка труда.

Оценка «неудовлетворительно» ставится студенту за отсутствие сформированных знаний об основных способах оценки своих ресурсов (личностных, ситуативных, временных), их оптимальном использовании для успешного выполнения порученного задания; не сформированное умение

оценивать свои ресурсы (личностные, ситуативные, временные), оптимально их использовать для успешного выполнения порученного задания; отсутствие сформированных навыков владения оценкой своих ресурсов (личностных, ситуативных, временных), оптимального их использования для успешного выполнения порученного задания; отсутствие сформированных знаний о приоритетах личностного роста и способах совершенствования собственной деятельности на основе самооценки; не сформированное умение определять приоритеты личностного роста и способы совершенствования собственной деятельности на основе самооценки; отсутствие сформированных навыков определения приоритетов личностного роста и способов совершенствования собственной деятельности на основе самооценки; отсутствие сформированных знаний об основах использования гибкой профессиональной траектории, и инструментах непрерывного образования, с учетом накопленного профессионального опыта и требований рынка труда; не сформированное умение выстраивать гибкую профессиональную траекторию, используя инструменты непрерывного образования, с учетом накопленного профессионального опыта и требований рынка труда; отсутствие сформированных навыков владения выстраивания гибкой профессиональной траектории, используя инструменты непрерывного образования, с учетом накопленного профессионального опыта и требований рынка труда.

Перевод в оценки по экзамену осуществляется по следующей шкале:

- с 86 до 100 % – «отлично»;
- с 71 до 85 %– «хорошо»;
- с 50 до 70 % – «удовлетворительно»;
- менее 50% - «неудовлетворительно».

14. Фонд оценочных средств для проведения текущего контроля и текущей аттестации по дисциплине

Для проверки сформированности компетенции (части компетенции – индикатора): УК-6.1, УК-6.2, УК-6.3.

14.1. Материалы для текущего контроля

Вопросы для подготовки к коллоквиуму

Тема 1. Введение в предмет. Теоретические подходы к исследованию самореализации личности (УК-6.1, УК-6.2, УК-6.3)

1. Проблема самореализации личности, ее характеристики.
2. Понятийная схема (принципиальный подход) самореализации личности в основных сферах жизнедеятельности.
3. Субъект и объект самопознания и я человека.
4. Я – единые и их специфика.
5. Я – множественные и их специфика.
6. Я – зеркальное и Я – энигматическое.
7. Стихийное и сознательное самопознание.
8. Предметное самопознание и его методы.
9. Оценочное самопознание и его основания.
10. Проектное самопознание и его технология.

Тема 2. Проблема самореализации личности в психологии: модели и стратегии (УК-6.1, УК-6.2, УК-6.3)

1. Самодиагностирование, самопрогнозирование и самоцелеполагание.
2. Самопланирование, само моделирование, выбор и принятие решения.
3. Соотношение самопроектирования и самоопределения.
4. Движущие силы самопознания.
5. Самопознание, познание других людей и образования. Окно Джогари.
6. Самопознание, науки о человеке и образование.
7. Сущность, структура и функции Я – концепции.
8. Значение самопознания и его трудности.
9. Сущность самореализации.
10. Самореализация, свобода, необходимость и ответственность.

Тема 3. Психологические детерминанты самореализации личности (УК-6.1, УК-6.2, УК-6.3)

1. Самореализация и саморазвитие личности (этапы саморазвития).
2. Самореализация, самоутверждение и самоотчуждение.
3. Структура самореализации.
4. Соотношение самопознания, самовоспитания и самореализации

личности.

5. Методы самореализации личности.
6. Трудности самореализации.
7. Культурно-исторический подход и профессиональная жизнь личности с точки зрения общественных знаний, норм и традиций.

Тема 4. Практические подходы к измерению самооценки личности (УК-6.1, УК-6.2, УК-6.3)

1. Осознание и принятие собственной личности на основе самооценки.
2. Самосовершенствование как одна из основ самореализации личности.
3. Методы и приемы самосовершенствования.
4. Этапы самосовершенствования и мониторинг процесса совершенствования.
5. Создание условий для развития и самореализации личности.

Тема 5. Методики оценки возможностей и ресурсов человека (УК-6.1, УК-6.2, УК-6.3)

1. Карьера как условие самореализации.
2. Аспекты самореализации личности: профессиональный, социальный, творческий.
3. Стратегии и сферы самореализации личности.
4. Приемы формирования потребности самосовершенствования и самореализации.
5. Структурные компоненты функции самореализации личности.

Тема 6. Уровни, механизмы и барьеры самореализации личности (УК-6.3)

1. Внутренние границы личности, влияющие на выбранный профессиональный путь.
2. Субъект деятельности и необходимые способности в трудных профессиональных ситуациях.
3. Концепция конструкционизма П. Бергера и Т. Лукмана.
4. Влияние профессиональной активности на стабилизацию управленческого аппарата в организации.
5. Агрессивность в структуре личности управленца.
6. Конфликтность как перманентная черта личности.
7. Условия эффективного поведения в профессиональной деятельности.
8. Развитие профессионального мастерства и стрессоустойчивости.

Тема 7. Проблема самореализации личности в профессиональной сфере (УК-6.3)

1. Копинг-механизмы и самореализация личности.
2. Дихотическая классификация копинг-стратегий.

3. Конструктивные и неконструктивные копинг-стратегии. Образование эффективного стиля совладающего поведения.
4. Деятельность как стимул развития личности и условие формирования ее черт и качеств.
5. Слагаемые профессионального успеха психолога.
6. Категория «Успешность» и удовлетворенность профессиональной деятельностью.
7. Потребность в саморазвитии и инновационная деятельность.
8. Парциальная и интегральная удовлетворенность трудом.
9. Профессиональное развитие в группе.
10. Факторы профессиональной самореализации.

Тематика рефератов

Тема 1. Введение в предмет. Теоретические подходы к исследованию самореализации личности (УК-6.1, УК-6.2, УК-6.3)

1. Концепция самореализации К. Хорни
2. Мотивации эффективности Р. Байта
3. Интерпретация терминов «самореализация» и «самоактуализация» в психологии
4. Идея первичности стремления к превосходству и самосовершенствованию А. Адлера
5. Понятие индивидуализации в работах К. Юнга, А. Адлера, К. Роджерса, Ф. Перлза
6. Свобода и контроль с точки зрения К. Роджерса и А. Маслоу
7. Свобода и долг в психологии
8. Счастье как удовлетворенность жизнью
9. Психологические составляющие устойчивой личности
10. Формирование смысла жизни как процесс становления зрелой личности

Тема 2. Проблема самореализации личности в психологии: модели и стратегии (УК-6.1, УК-6.2, УК-6.3)

1. Идея самореализации в философии
2. Культурно-исторические типы самореализации личности
3. идея самореализации в средневековой восточной традиции
4. самореализации в эпоху Возрождения
5. Проблемы самоорганизации жизненного пути личности

Тема 3. Психологические детерминанты самореализации личности (УК-6.1, УК-6.2, УК-6.3)

1. Понятие самореализации в трудах К.Д. Ушинского
2. Понятие самореализации в трудах А.С. Макаренко
3. Понятие самореализации в работах по психологии личности А. Адлера

4. Феноменологическая теория К. Роджерса
5. Система «организм — среда», как предмет исследований Роджерса и Гольдштейна

Тема 4. Практические подходы к измерению самооценки личности (УК-6.1, УК-6.2, УК-6.3)

1. Самостоятельность как универсальная способность.
2. Биографические кризисы личности.
3. Самореализация и гендерная идентичность человека.
4. Целенаправленность собственной деятельности плюс рефлексия.
5. Личность и творческая деятельность.

Тема 5. Методики оценки возможностей и ресурсов человека (УК-6.1, УК-6.2, УК-6.3)

1. Свобода, как универсальная способность личности к автономному поведению.
2. Проблемы самореализации личности.
3. Готовность студентов к самореализации в профессиональной деятельности.
4. Творчество как универсальная способность к концентрации творческих усилий и креативной деятельности.
5. Самоактуализация и самореализация личности.

Тема 6. Уровни, механизмы и барьеры самореализации личности (УК-6.3)

1. Портрет самоактуализированного человека по А. Маслоу
2. Комплементарность как важнейший закон саморазвития.
3. Концепция «жизненного мира» А. Шутца
4. Понятие смысла в работах Л. С. Выготского и А. Н. Леонтьева.
5. Самореализация как междисциплинарная проблема

Тестирование

Тема 7. Проблема самореализации личности в профессиональной сфере (УК-6.3)

1. Профессиональная самореализация – это:
 - а) тенденция ядра личности, которая иногда побуждает человека к деятельности и актуализации врожденных потенциальных возможностей;
 - б) промежуточная стадия развития зрелой человеческой личности;
 - в) путь принятых и ситуативно-возможных способов поведения личности в деятельности, который проявляется у всего человечества по одной и той же схеме.
 - г) необходимый атрибут жизнедеятельности человека, который обуславливает не только состояние удовлетворенности личности своей профессиональной деятельностью, но и её психологическое благополучие.

2. Самореализация в профессиональной деятельности понимается представителями гуманизма как:

а) особенности специфической уникальности личности и ее самооценности;

б) творческий путь, который позволяет раскрыть способности человека.

в) соответствие общественно одобряемому образцу;

г) несоответствие общественно одобряемому образцу.

3. Основоположниками акмеологического подхода к профессиональной деятельности являются:

а) С.Л. Рубинштейн;

б) Б.Г. Ананьев;

в) Л.С. Выготский;

г) В.М. Бехтерев.

4. Понятие «Самореализация», как центральное понятие в научных дисциплинах, начинает рассматриваться в философии в:

а) 1970-1980 гг.;

б) 1930-1940 гг.;

в) 1950-1960 гг.;

г) 1980-1990 гг.

5. Важным условием саморазвития личности в деятельности Н.А. Бердяев, В.С. Библер считают:

а) честность и доброту;

б) ответственность и свободу;

в) трудолюбие и аккуратность;

г) преданность делу и ум.

6. Мотив как ядро субъекта в силу его тесной связи с направленностью личности, поведением и деятельностью в целом рассматривал:

а) С. Л. Рубинштейн

б) В.И. Чирнов

в) Е. Ю. Патяева

г) Э. Дики

7. Е. Ю. Патяева предложила модель мотивации:

а) одноуровневую

б) двухуровневую

в) многоуровневую

г) трехуровневую

8. Фразы «Я бы предпочел...», «Я сделаю выводы и не буду изводить себя» свойственны (по Э.Берну)

а) Ребенку

б) Взрослому

в) Родителю

г) Всем вышеперечисленным

9. Положение о психологическом единстве человека и окружающего его мира принадлежит

а) А. Маслоу

- б) Х. Томэ
- в) Г. Мюррею
- г) К. Левину

10. Механизм идентификации по отношению к социальной группе действует на уровне:

- а) низком
- б) среднем
- в) высоком
- г) не действует ни на каком

14.2. Материалы для проведения текущей аттестации

Для проверки сформированности компетенции (части компетенции – индикатора): УК-6.1, УК-6.2, УК-6.3.

Текущая аттестация обучающихся проводится с учетом своевременности, полноты и правильности работы на коллоквиумах в разрезе тем дисциплины, активности обучающихся, подготовки рефератов. При проведении текущей аттестации проводится тестирование.

Пример заданий для контрольной работы по дисциплине «Психология самореализации личности»

1. Непрерывный процесс целеполагания, деятельности и поведения человека – это характеристика саморазвития _____

- а) Активность личности
- б) Уровень развития самосознания
- в) Жизнедеятельность

2. «Человек считает, что смерть неизбежна, жизнь лишена смысла» – это жизненный сценарий (по В.В. Дружинину) _____

- а) Жизнь начинается завтра.
- б) Жизнь как творчество.
- в) Жизнь как достижение.
- г) Жизнь есть сон.
- д) Жизнь по правилам.
- е) Жизнь трата времени.
- ж) Жизнь против жизни.
- з) Жизнь как предмет творчества.

3. _____ характеризуется тем, что во внешней жизни человек реализуется как самоактуализирующаяся личность; он – человек действия, деловой человек, человек, сделавший себя – это люди, стремящиеся к достижениям, они и связывают себя с окружающим миром: ведь любая цель лежит вне человека достижений.

- а) Жизнь начинается завтра.
- б) Жизнь как творчество.
- в) Жизнь как достижение.
- г) Жизнь есть сон.
- д) Жизнь по правилам.
- е) Жизнь трата времени.
- ж) Жизнь против жизни.
- з) Жизнь как предмет творчества.

4. Человек смыслом жизни считает приятное времяпровождение.

Главная цель – увлечения (хобби), которые заполняют все свободное время, в процессе которого у человека могут возникнуть мысли, связанные с проблемой экзистенциальности, тревоги, страха. Это сценарий _____.

- а) Жизнь начинается завтра.
- б) Жизнь как творчество.
- в) Жизнь как достижение.
- г) Жизнь есть сон.
- д) Жизнь по правилам.
- е) Жизнь трата времени.
- ж) Жизнь против жизни.
- з) Жизнь как предмет творчества.

5. «Вечно детское состояние, настоящая жизнь – взрослость, ещё только предстоит» – это жизненный сценарий (по В.В. Дружинину) _____

- а) Жизнь начинается завтра.
- б) Жизнь как творчество.
- в) Жизнь как достижение.
- г) Жизнь есть сон.
- д) Жизнь по правилам.
- е) Жизнь трата времени.
- ж) Жизнь против жизни.
- з) Жизнь как предмет творчества.

6. Этот вариант свойственен людям с агрессивной направленностью, которая сформировалась в социальной ситуации развития на более ранних возрастных этапах.

- а) Жизнь начинается завтра.
- б) Жизнь как творчество.
- в) Жизнь как достижение.
- г) Жизнь есть сон.
- д) Жизнь по правилам.
- е) Жизнь трата времени.
- ж) Жизнь против жизни.
- з) Жизнь как предмет творчества.

7. Выделяют три формы саморазвития:

- а) самопринятие, самосовершенствование, самопрогнозирование
- б) самосовершенствование, самопрогнозирование, самоактуализация
- в) самопринятие, самопрогнозирование, самоутверждение
- г) самоутверждение, самосовершенствование, самоактуализация

8. _____ – это признание права на существование всех аспектов собственной личности, как личности в целом.

- а) самосовершенствование личности
- б) саморазвитие личности

- в) самоактуализация личности
- г) самопринятие личности
- д) самопрогнозирование личности

9.Способность к предвосхищению событий внешней и внутренней жизни, связанных с решением задач предстоящей деятельности и саморазвития – это...

- а) самосовершенствование личности
- б) самоактуализация личности
- в) самопринятие личности
- г) самопрогнозирование личности

10.К группам самопрогнозов не относятся:

- а) альтернативные
- б) ситуативные
- в) перспективные
- г) жизненно-целевые

11.Наиболее серьезными и труднопреодолимыми барьерами саморазвития являются:

1. барьер отсутствия ответственности за собственную жизнь
2. неразвитость способности к самопознанию
3. влияние сложившихся стереотипов и установок
4. несформированность механизмов саморазвития
5. препятствия, создаваемые другими людьми

- а) 1,2
- б) 1-4
- в) 1-5
- г) 4,5
- д) 2-5

12.В основе _____ лежит первичная потребность конкурентного существования, которая имеет форму трех мотивов: «Быть как все», «Быть лучше других», «Быть хуже других».

- а) самосовершенствования
- б) самоактуализации
- в) самоутверждения

13._____ – процесс сознательного управления развитием личностных качеств и способностей.

- а) самосовершенствование
- б) самоактуализация
- в) самоутверждение

14.По определению А. Маслоу, _____ – это умение человека

стать тем, кем он способен стать, т.е. он обязан выполнить свою миссию – реализовать то, что в нем заложено в соответствии с собственными высшими потребностями: Истиной, Красотой, совершенством и т.д.

- а) самосовершенствование
- б) самоактуализация
- в) самоутверждение

15. Фактором, препятствующим процессу саморазвития магистра, является:

- а) мотивация достижения
- б) мотивация саморазвития
- в) толерантность к ситуациям неопределенности
- г) открытость новому опыту
- д) эмоциональная устойчивость
- е) ригидность восприятия и поведения
- ж) навыки конгруэнтного взаимодействия
- з) ассертивность
- и) наличие совладающего интеллекта
- к) интеллектуальная и поведенческая гибкость

16. Выстраивание системы жизненных целей и смыслов как основа качества профессиональной деятельности, актуализация потребности в самоизменении и способности к самоизучению, поиск новых внутренних смыслов и целей, направленность на осознание и преобразование себя и окружающего мира – это _____ функция структурной модели саморазвития магистра.

- а) смысло-образующая
- б) деятельностно-регулятивная
- в) рефлексивная
- г) содержательно-процессуальная
- д) коммуникативная

17. Развитие креативности как способности к осуществлению инновационно-методической и научно-исследовательской профессиональной деятельности – это _____ функция структурной модели саморазвития магистра.

- а) смыслообразующая
- б) деятельностно-регулятивная
- в) рефлексивная
- г) содержательно-процессуальная
- д) коммуникативная

18. Переход от адаптивной системы профессиональной деятельности к активной субъектной позиции, поиск баланса между своими целями, возможностями и способностями – это _____ функция структурной модели

саморазвития магистра.

- а) смыслообразующая
- б) деятельностно-регулятивная
- в) рефлексивная
- г) содержательно-процессуальная
- д) коммуникативная

19. Стремление к обогащающему конструктивному взаимодействию, поиски адекватных средств самовыражения, развитие способностей к эмпатии, активному слушанию и пониманию другого – это _____ функция структурной модели саморазвития магистра.

- а) смыслообразующая
- б) деятельностно-регулятивная
- в) рефлексивная
- г) содержательно-процессуальная
- д) коммуникативная

20. Эмпатия, умение реализовывать полисубъектное взаимодействие и разрешать конфликтные ситуации – это составляющие _____ блока профессионально значимых личностных качеств (ПЗЛК) профессионала.

- а) мотивационно-смыслового
- б) содержательно-процессуального
- в) коммуникативно-экспрессивного
- г) рефлексивно-оценочного
- д) деятельностно-регулятивного

Методические рекомендации: проверка знаний, умений и навыков сформированности компетенций по всем темам изучаемой дисциплины.

Критерии оценивания:
для контрольной работы

Оценка	Баллы
Отлично	18-20
Хорошо	15-17
Удовлетворительно	11-14
Неудовлетворительно	10 и менее

Материалы для проведения текущей аттестации

Для проверки сформированности компетенции (части компетенции – индикатора): УК-6.1, УК-6.2, УК-6.3.

Комплект заданий для проведения текущей аттестации №1 (в форме контрольной работы)

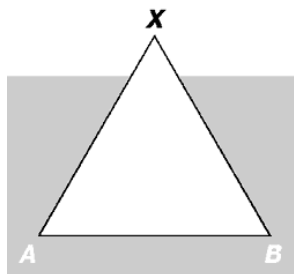
по дисциплине «Психология самореализации личности»

Вариант 1.

1. О каком психологическом орудии, по выражению Л. С. Выготского, идет речь в следующем примере из рассказа В. К. Арсеньева?

Однажды Арсеньев посетил адыгейское селение, и при расставании жители попросили его передать начальству во Владивосток, что китаец Тау Ку с ними жестоко обращается. Писатель согласился это сделать, и тогда из толпы вышел седой старик, дал ему коготь рыси и сказал: «Положи себе в карман этот коготь, и, когда приедешь туда, пусть этот коготь напомнит тебе, что ты должен сказать о жестоком обращении китайца».

2. На рисунке представлена схема структуры запоминания как психического процесса по Выготскому. Опишите, как происходит запоминание.



3. По справедливому требованию родителей шестилетнего ребенка, он должен сам одеваться, когда идет гулять. На улице зима, и нужно надеть на себя много разных вещей, соблюдая при этом определенную последовательность. И вот он регулярно не справляется с этой задачей, постоянно, что называется, «буксует»: то наденет только носки — и сядет в простратии, не зная, что делать дальше, то, надев шубу и шапку, пытается выйти на улицу в домашних тапочках. Родители приписывают все неудачи ребенка его лености и невнимательности. Они упрекают, понукают ребенка. Однако в лучшем случае он наденет еще какую-нибудь вещь — и снова остановится. В общем, конфликты на этой почве продолжаются изо дня в день. Как можно помочь ребенку и родителям с позиции теории Л. С. Выготского (путем опосредствованного запоминания)?

Вариант 2.

1. Существуют разные точки зрения на соотношение биологического и социального в структуре личности. Первая: личность формируется обществом; биологические же особенности человека не оказывают на этот процесс существенного влияния. Вторая: личность определяется биологическими, наследственными факторами; никакое общество не может изменить то, что заложено в человеке природой. Третья: личность есть феномен общественного развития человека; сложный процесс развития и формирования личности обусловлен единством биологического и социального. В этом процессе биологические факторы выступают как природные предпосылки, а социальные — как движущая сила психического развития человека в формировании его личности. Какую из указанных точек зрения следует считать правильной? Докажите, почему при диагностике развития личности следует учитывать биологические (природные) предпосылки и общественную сторону (социальные условия) бытия личности.

2. Дайте краткую характеристику трем стадиям процесса социализации личности: дотрудовая, трудовая и послетрудовая.

3. Используя методику О. И. Моткова «Психологическая культура личности», проведите самодиагностику и определите свой уровень развития психологической культуры

Критерии оценки:

Оценка «отлично» выставляется студенту, показавшему всесторонние, систематизированные, глубокие знания вопросов практического контрольного задания и умение уверенно применять их на практике при решении конкретных задач, свободное и правильное обоснование принятых решений.

Оценка «хорошо» выставляется студенту, если он твердо знает материал, грамотно и по существу излагает его, умеет применять полученные знания на практике, но допускает в ответе или в решении задач некоторые неточности, которые может устранить с помощью дополнительных вопросов преподавателя.

Оценка «удовлетворительно» выставляется студенту, показавшему фрагментарный, разрозненный характер знаний, недостаточно правильные формулировки базовых понятий, нарушения логической последовательности в изложении программного материала, но при этом он владеет основными понятиями выносимых на практическое контрольное задание тем, необходимыми для дальнейшего обучения и может применять полученные знания по образцу в стандартной ситуации.

Оценка «неудовлетворительно» - выставляется студенту, который не знает большей части основного содержания выносимых на практическое контрольное задание вопросов тем дисциплины, допускает грубые ошибки в

формулировках основных понятий и не умеет использовать полученные знания при решении типовых практических задач.

«Аттестован» - выставляется студенту, если он выполнил контрольную работу на оценки «отлично», «хорошо», «удовлетворительно».

«Не аттестован» - выставляется, если студент выполнил контрольную работу на оценку «неудовлетворительно».

Комплект заданий для проведения текущей аттестации №2 (в форме контрольной работы)

по дисциплине «Психология самореализации личности»

Вариант 1.

1. В одном из исследований испытуемым (студентам) предъявляли фотографии лиц людей, на которых требовалось составить характеристики. При первом предъявлении испытуемые давали «свободные» характеристики на основе информации, которую они получали при восприятии только внешности данных людей. При втором предъявлении им говорили, что это— «старосты курса», при третьем—что это «отличники» и при четвертом—что это «хвостисты». Оказалось, что во всех случаях, испытуемые об одном и том же человеке-объекте давали разные характеристики, приписывали ему различные потребности и способности, неодинаковое отношение к учению, к жизни. Какая особенность личности испытуемых оказала решающее влияние на характеристику людей-объектов? Какую положительную роль выполняет эта особенность в жизни человека?

2. Учащиеся обычно по-разному реагируют на неудачи в деятельности, направленной на достижение целей. Например, при решении задачи одни после первой неудачи пытаются решить ее во второй и третий раз, другие, наоборот, после первой же попытки оставляют эту задачу и хотят решать только более легкие. Чем можно объяснить это различие в поведении учащихся? Как называется лежащая в его основе особенность личности? Назовите возможные пути изменения поведения последних учащихся.

3. Выдающийся педагог К. Д. Ушинский писал: «...ничто - ни слова, ни мысли, ни даже поступки наши не выражают так ясно и верно нас самих и наши отношения к миру, как наши чувствования: в них слышен характер не отдельной мысли, не отдельного решения, а всего содержания души нашей и ее строя». Дайте психологическое обоснование правомерности этого высказывания.

Вариант 2.

1. Из жизни и литературы известно, насколько неожиданными иной раз становятся решения и поступки личности в необычных условиях. Люди, которые были для нас образцом мужества и благородства, на проверку оказываются трусами и эгоистами, и, напротив, у тех, кого мы считали как будто бы посредственностью, в определенных условиях проявляются незаурядные качества, о которых мы не подозревали. Чем можно объяснить подобное проявление личности? Какова роль конкретной ситуации для проявления личности?

2. Перечисленные ниже особенности поведения человека характеризуют его либо как индивида, либо как личность. Старательность, низкая адаптация к темноте, общительность, хорошая координация обеих рук, медленная скорость узнавания, большая эмоциональная возбудимость,

трудолюбие, аккуратность, малая моторная ригидность, высокая сенсорная чувствительность. Выделите особенности, которые отражают поведение индивида, и особенности, которые отражают поведение личности. Дайте обоснование своего выбора.

3. Проанализируйте с позиции целостности психологического поля известный театральный афоризм: «Если в начале акта на стене висит ружье, то в конце оно обязательно выстрелит...».

Критерии оценки:

Оценка «отлично» выставляется студенту, показавшему всесторонние, систематизированные, глубокие знания вопросов практического контрольного задания и умение уверенно применять их на практике при решении конкретных задач, свободное и правильное обоснование принятых решений.

Оценка «хорошо» выставляется студенту, если он твердо знает материал, грамотно и по существу излагает его, умеет применять полученные знания на практике, но допускает в ответе или в решении задач некоторые неточности, которые может устранить с помощью дополнительных вопросов преподавателя.

Оценка «удовлетворительно» выставляется студенту, показавшему фрагментарный, разрозненный характер знаний, недостаточно правильные формулировки базовых понятий, нарушения логической последовательности в изложении программного материала, но при этом он владеет основными понятиями выносимых на практическое контрольное задание тем, необходимыми для дальнейшего обучения и может применять полученные знания по образцу в стандартной ситуации.

Оценка «неудовлетворительно» - выставляется студенту, который не знает большей части основного содержания выносимых на практическое контрольное задание вопросов тем дисциплины, допускает грубые ошибки в формулировках основных понятий и не умеет использовать полученные знания при решении типовых практических задач.

«Аттестован» - выставляется студенту, если он выполнил контрольную работу на оценки «отлично», «хорошо», «удовлетворительно».

«Не аттестован» - выставляется, если студент выполнил контрольную работу на оценку «неудовлетворительно».

Обновление рабочей программы дисциплины (модуля)

Наименование раздела рабочей программы, в который внесены изменения

(измененное содержание раздела)

Наименование раздела рабочей программы, в который внесены изменения

(измененное содержание раздела)

Наименование раздела рабочей программы, в который внесены изменения

(измененное содержание раздела)

Рабочая программа:
обновлена, рассмотрена и одобрена на 20___/___ учебный год на заседании
кафедры менеджмента и индустрии питания от _____ 20___ г.,
протокол № _____