

федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«Тверской государственный медицинский университет»
Министерства здравоохранения Российской Федерации

**Кафедра философии и психологии с курсами биоэтики и
истории Отечества**

Рабочая программа дисциплины

ПРОГРАММА ЛИЧНОСТНОГО И ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО САМОРАЗВИТИЯ

для обучающихся 5 курса,

направление подготовки (специальность)

37.05.01 Клиническая психология

форма обучения
очная

Трудоемкость, зачетные единицы/часы	2 з.е. / 72 ч.
в том числе:	
контактная работа	50 ч.
самостоятельная работа	22 ч.
Промежуточная аттестация, форма/семестр	Зачет /10 семестр

Тверь, 2025

Разработчики:

доцент кафедры философии и психологии с курсами биоэтики и истории Отечества ФГБОУ ВО ТВЕРСКОЙ ГМУ МИНЗДРАВА РОССИИ к.п.н., доцент Мурашова Л.А.,

доцент кафедры философии и психологии с курсами биоэтики и истории Отечества ФГБОУ ВО ТВЕРСКОЙ ГМУ МИНЗДРАВА РОССИИ к.п.н., доцент Григорьева Д.Д.

Внешняя рецензия дана доцентом кафедры психологии, истории и философии ТвГТУ, к.п.н., Балакшиной Е.В. (прилагается)

Рабочая программа рассмотрена и одобрена на заседании кафедры философии и психологии с курсами биоэтики и истории Отечества «5» мая 2025 г. (протокол №10)

Рабочая программа рассмотрена и одобрена на заседании профильного методического совета «21» мая 2025 г. (протокол № 5)

Рабочая программа утверждена на заседании центрального координационно-методического совета «27» августа 2025 г. (протокол № 1)

I. Пояснительная записка

Рабочая программа дисциплины разработана в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом высшего образования (ФГОС ВО) по специальности 37.05.01 Клиническая психология, утвержденного приказом Минобрнауки России от 26.05.2020г. № 683, с учётом рекомендаций основной профессиональной образовательной программы (ОПОП) высшего образования.

1. Цель и задачи дисциплины

Целью освоения дисциплины является формирование у обучающихся профессиональных компетенций для оказания квалифицированной медицинской помощи в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом.

Задачами освоения дисциплины являются:

- познакомить студентов с фундаментальными понятиями психологии личности и психологии тренинга, основными теоретическими подходами и направлениями;
- изучить теоретические основы личностного и профессионального роста;
- сформировать научное мировоззрение, широкий профессиональный кругозор, мотивацию личностных и профессиональных достижений студента;
- повысить уровень профессионального и личностного самосознания, степень осознанности и ответственности за свои мысли, чувства, поведение и выборы;
- познакомить студентов на их практическом опыте с основными проблемами межличностного, внутригруппового и межгруппового взаимодействия, с особенностями, факторами и динамикой групповых процессов;
- способствовать пробуждению, сохранению и развитию интереса к собственным скрытым потенциальным возможностям, желания непрерывно развиваться путем конструктивного разрешения внутриличностных конфликтов и устранения внутриличностных барьеров роста, умения создавать и поддерживать благоприятные условия для личностного и профессионального роста в группе.

2. Планируемые результаты обучения по дисциплине

Формируемые компетенции	Индикатор достижения	Планируемые результаты обучения
УК-6. Способен определять и реализовывать приоритеты собственной деятельности и способы ее совершенствования на основе самооценки и образования в течение всей жизни	ИУК 6.1. Способен оценить важность планирования перспективных целей деятельности с учетом условий, средств, личностных возможностей, этапов карьерного роста, временной перспективы развития деятельности и требований рынка труда; технологию и методику самооценки; обладает основными принципами самовоспитания и самообразования, самостоятельно определяет приоритеты профессиональной деятельности и способы ее совершенствования на основе самооценки; контролирует и оценивает компоненты профессиональной деятельности; плани-	Знать: - основы планирования перспективных целей деятельности с учетом условий, средств, личностных возможностей, этапов карьерного роста, временной перспективы развития деятельности и требований рынка труда; технологию и методику самооценки; основные принципы самовоспитания и самообразования. Уметь:

	рует самостоятельную деятельность в решении профессиональных задач	- ставить приоритеты профессиональной деятельности и способы ее совершенствования на основе самооценки; контролировать и оценивать компоненты профессиональной деятельности; планировать самостоятельную деятельность в решении профессиональных задач.
ПК-7. Способность организовывать условия трудовой деятельности с учетом индивидуально-личностных возможностей работника с целью снижения риска последствий нервно-психического напряжения, стресса, предупреждения психосоматических заболеваний	ИПК 7.1. Использует инстументарий медицинских, физиологических и других естественнонаучных дисциплин, медицинские и естественнонаучные знания для выявления последствий нервно-психического напряжения, стресса, предупреждения психосоматических заболеваний, способен применять комплекс психодиагностических и психо-коррекционных методик, направленных на повышение трудовой деятельности с учетом индивидуально-личностных возможностей работника.	Знать: - основы медицинских, физиологических и других естественнонаучных дисциплин. Уметь: - использовать медицинские и естественнонаучные знания для выявления последствий нервно-психического напряжения, стресса, предупреждения психосоматических заболеваний. Владеть: - комплексом психодиагностических и психокоррекционных методик, направленных на повышение трудовой деятельности с учетом индивидуально-личностных возможностей работника.

3. Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы

Дисциплина «Программа личностного и профессионального саморазвития» входит в дисциплины (модули) по выбору 3 (ДВ.3) часть Блока 1 ОПОП специалитета.

При изучении данной дисциплины студенты опираются на теоретические знания и практические навыки, полученные в результате освоения ряда дисциплин Основной образовательной программы «Общая психология», «Общий психологический практикум», «Управление конфликтами (технологии безопасности, профилактика экстремизма)».

Изучение дисциплины ориентировано на теоретическую и практическую подготовку к профессиональной деятельности в системе образования и различных направлениях социальной сферы, связанных с психическим развитием личности и многоаспектным взаимодействием людей.

4. Объём дисциплины составляет 2 зачетные единицы, 72 академических часов, в том числе 50 часов, выделенных на контактную работу обучающихся с преподавателем, 22 часа самостоятельной работы обучающихся.

5. Образовательные технологии

В процессе преподавания дисциплины используются следующие образовательные технологии, способы и методы формирования компетенций:

- традиционная лекция (ориентирована на изложение и объяснение студентам научной информации, подлежащей осмыслению и запоминанию);

- проблемная лекция (новое знание вводится через проблемность вопроса, задачи или ситуации. При этом процесс познания студентов в сотрудничестве и диалоге с преподавателем приближается к исследовательской деятельности. Содержание проблемы раскрывается путем организации поиска ее решения или суммирования и анализа традиционных и современных точек зрения.);

- регламентированная дискуссия (проводится по регламенту и в установленном заранее порядке, имеет четкий план и структуру; отдельные студенты изучают частную проблему (вопрос) как часть какой-либо общей глобальной проблемы, которую предстоит решить всей группе);

- компьютерные обучающие программы (это программное средство, предназначенное для решения определенных педагогических задач, имеющее предметное содержание и ориентированное на взаимодействие с обучаемыми);

- психодиагностическое тестирование (стандартизированное испытание, по результатам выполнения которого судят о психофизиологических и личностных свойствах (чертах, способностях, состояниях испытуемого).

Элементы, входящие в самостоятельную работу студента: подготовка к семинарским и практическим занятиям, написание рефератов, подготовка докладов, работа с Интернет-ресурсами.

6. Формы промежуточной аттестации

Текущий контроль осуществляется в процессе проведения всех видов занятий. Формы текущего контроля: устные доклады, тесты и собеседования.

Рубежный контроль осуществляется при завершении раздела дисциплины путем проведения интегральных тестов.

Итоговый контроль заключается в сдаче зачёта в 10 семестре.

Контроль и оценка успеваемости студентов осуществляется с помощью накопительной балльно-рейтинговой системы.

II. Учебная программа дисциплины

Содержание дисциплины

Тема 1. Психологические основы профессионального становления личности

Становление профессионализма человека и проблемы профессионального развития личности. Понятие о профессионализме. Изменение человека в процессе профессионализации - уровень биологического индивида, уровень личности, уровень субъекта деятельности и уровень индивидуальности. Стратегии профессиональной адаптации по Л.М. Митиной. Психологическая модель профессии. Стадии профессионального развития личности. Фазы развития профессионала по Е.А. Климову.

Тема 2. Основные психологические подходы к исследованию становления профессионала

Теоретический анализ профессионального становления личности. Становление субъекта деятельности как результат прохождения им сложного пути своего развития, подготовки к вхождению в мир профессий, освоению профессиональной деятельности, адаптации к ней и

совершенствованию профессионального мастерства. Анализ концепций профессионального становления личности: Т.В. Кудрявцев, Э.Ф.Зеер, Ю.П. Поваренков, А.К. Маркова, Е.А. Климов и другие. Градация периодов профессионального становления личности. Сравнительный анализ понятий «становление» и «развитие». Компоненты профессиональной деятельности. Ресурсность профессионального развития: социально-экономический уровень родителей, свойства индивида, его профессиональные возможности; развитие и реализация «Я-концепции»; взаимодействие «Я-концепции» и реальности, исполнение профессиональных ролей; удовлетворенность работой, реализация способностей, интересов, свойств личности в профессиональной ситуации.

Тема 3. Сущность и особенности профессионального саморазвития

Понятие о профессиональном саморазвитии, анализ понятий. Проблема профессиональной самоактуализации. Теории профессионального развития. Психодинамическое направление. Сценарная теория, Концепция профессионального развития Д. Сьюпера, Теория профессионального выбора и другие. Процесс саморазвития как процесс различных изменений компонентов: мотивационно-целевого, когнитивного, эмоционально-волевого, конструктивно-деятельностного, рефлексивного и результативного, которые характеризуются неравномерностью развития и взаимосвязанностью, основных вида адаптации: конформный и неконформный. Формы адаптации: формальная, общественная, дидактическая. Внутренние и внешние условия подготовки будущего социального педагога к профессиональному саморазвитию.

Тема 4. Становление профессионального самосознания личности

Методологические и теоретические основы исследования профессионального самосознания. Самоизменение, самообогащение и саморазвитие. Развитие проблемы профессионального самосознания в отечественной и зарубежной теории. Самосознание и профессиональное самосознание. Я-концепция и ее становление в процессе профессионализации: З. Фрейд, К. Юнг и А. Адлер, К. Хорни, Э. Фромм, К. Роджерс, А. Бандура, Дж. Мид, Ч. Кули, В.С. Мерлин, Л.Д. Олейник, И.И. Чеснокова, В.В. Столин и другие. Современные психологические исследования проблемы педагогического самосознания. Сущность и структуры педагогического самосознания Ю.Н. Кулюткина и Г.С. Сухобской: «Актуальное Я», «Ретроспективное Я», «Идеальное Я», «Зеркальное Я». Исследование профессионального самосознания учителя (В.Н. Козиев, Л.М. Митина, В.П. Саврасов, В.А. Сластенин, А.И. Шутенко). Составляющие профессионального самосознания учителя: Я-концепция, самооценка, самопознание, самоанализ, самокритичность, рефлексия, эмпатия, профессиональная ответственность и другие. Подход Л.М. Митиной. Самовоспитание и его формы.

Тема 5. Психология развивающего профессионального образования

Профессиональное образование как фактор профессионального развития личности. Тенденции развития образования. Принципы развития образования. Направления модернизации современного образования. Образование как открытая система: социальный масштаб, ступень образования, ступень образования. Образование как процесс учения и обучения, обучаемость и обученность. Стандарты образования и образованность. Концепции развивающего профессионального образования. Парадигмы профессионального образования: когнитивно, деятельностно и личностно ориентированная. Профессиональное образование как развитие ключевой компетентности, ключевых компетенций и ключевой квалификации. Развивающие технологии профессионального образования. Этапы профессиональной подготовки. Развивающее профессиональное образование. Ведущие компоненты модели развивающих образовательных технологий. Стратегии образования: образование как процесс и результат освоения определенного стандартизированного содержания образования в форме знаний, умений, навыков, компетентностей и компетенций; образование как непрерывный процесс развития, становления личности: формирование потребностно-мотивационной и эмоционально-волевой сферы, познавательных способностей, социально и профессионально важных качеств.

Тема 6. Психологические барьеры профессионального развития личности

Кризисы профессионального становления личности как переход от одной стадии развития к другой, характеризующийся изменением социальной ситуации, сменой ведущей деятельности и возникновением психических новообразований. Стадии психосоциального развития. Типология кризисов личности. Факторы, детерминирующие кризисы профессионального развития: объективные и субъективные. Стадии профессионального становления личности: оптация, профессиональное образование и подготовка, профессиональная адаптация, первичная и вторичная профессионализация и мастерство. Варианты разрешения кризиса: конструктивный: активизация профессиональных усилий по скорейшей адаптации и приобретению опыта работы; деструктивный: увольнение, смена специальности; неадекватное, некачественное, непродуктивное выполнение профессиональных функций. Психотехнологии преодоления кризисов профессионального становления: психопрофилактика кризисов, диагностика социально-профессиональных качеств личности как информационная основа коррекции профессионально-психологического профиля личности, тренинги личностного и профессионального роста, рефлексия профессионального развития и составление альтернативных сценариев профессиональной жизни, индивидуальное консультирование, прогноз желаемых профессиональных достижений.

Тема 7. Профессиональная деформация личности в процессе профессиональной деятельности

Проблема влияния профессии на личность. Общие и специфичные комплексы психотравмирующих факторов. Основные подходы к изучению профессиональной деформации личности. Дифференциация профессионального труда как общий фактор профессиональной деформации. Профессиональное общение и профессиональные стереотипы и их в возникновении профдеформации. Сущность профессиональной деформации - влияние исполнения профессиональной роли у человека изменяет те или другие свойства личности. Профессиональный тип личности и его проявления вне профессиональной сферы. Классификации признаков профессиональной деформации, глубина деформированности личности; степень широты деформированности личности; степень устойчивости проявлений деформации; скорость наступления профдеформации. Причины профессиональной деформации, ролевая теория личности. Различия в профдеформации в различных отраслях трудовой деятельности.

Тема 8. Психическое выгорание в процессе профессиональной деятельности

Психическое выгорание как фактор профессиональной деструкции. Синдром выгорания как феномен личностной деформации. Выгорание как комплекс психических переживаний и поведения, которые сказываются на работоспособности, физическом и психологическом самочувствии, а также на интерперсональных отношениях работника. Синдром «профессионального выгорания» – ответная реакция на длительные рабочие стрессы межличностного общения. Социально-психологические, личностные и профессиональные факторы риска психического выгорания. Основные подходы авторов по проблеме психического выгорания. Факторы психического выгорания :переживание несправедливости, социальная незащищенность и переживание социальной несправедливости, неудовлетворенность работой как риск выгорания, выгорание и оплата труда, влияние возраста, стажа работы и удовлетворенности карьерой на выгорание, различия по полу, эмпатия и выгорание. Личностные, ролевые и организационные факторы процесса выгорания.

2. Учебно-тематический план дисциплины (в академических часах) и матрица компетенций*

Коды (номера) модулей(разделов) дисциплины и тем	Контактная работа обучающихся с преподавателем					Всего часов на контактную работу	Самостоятельная работа студента, включая подготовку к экзамену (зачету)	Итого часов	Формируемые компетенции		Используемые образовательные технологии, способы и методы обучения	Формы текущего, в т.ч. рубежного контроля успеваемости
	лекции	семинары	лабораторные занятия	практические занятия, клинические практические занятия	экзамен/зачет				ПК-7	УК-6		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13
1.	2	6				8	2	10	ПК-7	УК-6	Л,С	Т, С
2.	2	4				6	4	10	ПК-7	УК-6	Л,С	Т, С
3.	2	4				6	4	10	ПК-7	УК-6	Л,ПЛ	Т, С
4.	2	4				6	2	8	ПК-7	УК-6	Л,С	Т, С
5.	2	4				6	2	8	ПК-7	УК-6	Л,ПЛ	Т, С
6.	2	4				6	2	8	ПК-7	УК-6	Л,ПЛ	Т, С
7.	2	4				6	2	8	ПК-7	УК-6	Л,ПЛ	Т, С
8.	2	2				4	4	8	ПК-7	УК-6	Л,ПЛ	Т, С
Зачет		2				2		2				
ИТОГО:	16	34				50	22	72				

Список сокращений: традиционная лекция (Л), проблемная лекция (ПЛ)), Т – тестирование, Р – написание и защита реферата, С – собеседование, Д – подготовка доклада

III. Фонд оценочных средств для контроля уровня сформированности компетенций представлен в комплекте оценочных материалов

1.Оценочные средства для текущего, в т.ч. рубежного контроля успеваемости

Оценочным средством для текущего и рубежного контроля успеваемости, а также промежуточной аттестации является рейтинговая (балльная) система.

Основные положения балльно-рейтинговой накопительной системы оценки знаний студентов по предмету «Программа личностного и профессионального саморазвития»

Разделяется 2 вида работы студентов на семинарских занятиях и критерии их оценки:

1. – рубежный контроль по темам дисциплины,
2. – текущая работа студента на семинарских занятиях. При этом, баллы, набранные в ходе рубежного контроля являются основополагающими для формирования итоговой оценки.

Итоговая оценка «зачтено» выводится из общей суммы двух видов работы, при условии, что студент набрал необходимую минимальную сумму баллов по результатам рубежного контроля (табл.1).

Таблица 1. Минимальные суммы баллов.

Виды работы	Итоговая оценка «зачтено»
1.Рубежный контроль по темам дисциплины	9
2. Текущая работа студента на семинарских занятиях	45
3.Доклад и презентация	6
Итого:	60

Структура рейтинговой (балльной) оценки успеваемости в течение 10 семестра, по предмету «Программа личностного и профессионального саморазвития» для студентов (табл.2).

Таблица 2. Структура балльно-рейтинговой системы.

Количество	Вид работы или штрафа	Мин. оценка	Макс. Оценка	Итоговая оценка за два семестра	
				Мин.	Макс.
Основных баллов	1. Рубежный контроль*	0	5	0	30
	6 контрольных работ (на усмотрение лектора)				
Дополнительных баллов	1. Доклад на семинарском занятии (на усмотрение преподавателя)	0	5	0	5
	2. Участие в дискуссии на семинарском занятии	0	5	0	-
	3. Доклад на СНПК или научная работа (статья и т.п.)	0	10	0	10

Штрафных баллов	Невыполнение доклада на семинарском занятии без уважительной причины (фактический его срыв).	-	- 10	-	-

Примеры тестовых заданий рубежных контролей:
(Эталоны ответы выделены жирным шрифтом)

1. Индивид-это ...

- а) биологический организм;
- б) носитель общих генетических наследственных свойств биологического вида;**
- в) стремление личности отличаться от других людей;
- г) отдельно взятый человек в качестве носителя определенных биологических свойств, присущих человечеству как виду;**
- д) целостность социальных свойств человека.

2. Перечислите, что из перечисленного относится к личности в качестве устойчивой целостности психических процессов, Свойств и отношений:

- а) темперамент;
- б) характер;
- в) способности;
- г) мотивация;
- д) направленность;
- е) все ответы верны.**

3. Что относится к основным формам направленности?

- а) широта;
- б) влечение;**
- в) желание;**
- г) стремление;**
- д) гибкость
- е) интересы;**
- ж) идеалы;**
- з) убеждения.**

4. Какие связанные между собой моменты включает направленность?

- а) напряжение;**
- б) сцепление;
- в) абстракция;
- г) содержание;**
- д) мотивация;
- е) все ответы верны.

5. Какие бывают потенциалы личности?

- а) гносеологический;**
- б) аксиологический;**
- в) творческий;**

- г) смысловой
- д) осознанный
- е) коммуникативный;**
- ж) художественный.**

* - Рубежный контроль (письменное тестирование) проводится в установленные преподавателем сроки и оценивается по пятибалльной шкале, соответственно:

- 1 балл – от 51 до 60 % правильных ответов в тесте;**
- 2 балла – от 61 до 70% правильных ответов в тесте;**
- 3 балла – от 71 до 80% правильных ответов в тесте;**
- 4 балла – от 81 до 90% правильных ответов в тесте;**
- 5 баллов – от 91 до 100% правильных ответов в тесте.**

Итоговая рейтинговая оценка высчитывается по сумме основных и дополнительных баллов, минус сумма штрафных баллов.

Оценка «Зачтено» выставляется, если студент набрал 60 и более баллов.

Оценка «не зачтено» выставляется, если студент не отрабатывает все пропущенные практические занятия и лекции (при условии – более 50% пропусков) в установленном на кафедре порядке.

Отработки пропущенных практических занятий и лекций с учетом баллов соответственно:

- за каждое пропущенное практическое занятие без уважительной причины, студент обязан предоставить реферативную работу на тему предложенную преподавателем или пройти собеседование в заранее оговоренное время. Баллы в этом случае не начисляются.
- за каждое пропущенное практическое занятие по уважительной причине, студент обязан предоставить реферативную работу на тему, предложенную преподавателем или пройти собеседование в заранее оговоренное время. Работа в этом случае оценивается по пятибалльной шкале (от 0 до 5-ти баллов).

Критерии оценки докладов

Оценка докладов – производится по 5-бальной шкале:

«5» - доклад представлен в виде выступления без опорного материала (студент свободно излагает тему); выступление логично и имеет четкую структуру; в докладе раскрыта проблематика темы, сделаны соответствующие анализ и выводы; при подготовке к докладу использовалось не менее пяти литературных источников; студент демонстрирует не только знание представленной темы, но и ориентируется в релевантном материале; студент демонстрирует способность творчески осмысливать изложенный материал.

«4» - при выступлении студент прибегает к помощи текста; выступление логично и имеет четкую структуру; в докладе раскрыта проблематика темы, сделаны соответствующие выводы; при подготовке к докладу использовалось не менее пяти литературных источников; студент демонстрирует уверенное знание изложенного материала.

«3» - при выступлении студент прибегает к помощи текста; в структуре выступления прослеживаются методологические неточности и логические непоследовательности; тематика доклада раскрыта; при подготовке к выступлению использовалось не менее пяти литературных источников; студент демонстрирует способность ориентироваться в заявленной теме доклада.

«2» - студент демонстрирует неспособность свободно излагать тему доклада; допускает методологические и логические неточности в структуре представляемой работы;

проблематика доклада раскрыта; при подготовке к выступлению использовалось менее пяти литературных источников.

«1» - студент демонстрирует неспособность свободно излагать тему («читает по бумажке»); допускает методологические неточности и логические непоследовательности в структуре представляемого доклада; тематика доклада плохо проработана; при подготовке к докладу использовалось менее пяти литературных источников; студент демонстрирует формальное знание темы доклада.

2. Оценочные средства для промежуточной аттестации по итогам освоения дисциплины (зачёт):

Студент, который набрал менее 60 баллов по балльно-рейтинговой системе сдает зачет в форме интегрального тестирования (Приложение 1).

Критерии оценки интегрального теста:

- от 70% правильных ответов на вопросы теста – «зачтено»,
- менее 70% правильных ответов на вопросы теста – «не зачтено».

Студент, получивший оценку «не зачтено» за интегральный тест сдает зачет в полном объеме в установленном на кафедре порядке (Приложение 1).

Критерии оценки знаний студентов на зачете

Отметка «**зачтено**» выставляется в том случае, если ответ соответствует всем вышеуказанным критериям (в том числе с уточняющими вопросами экзаменатора).

Отметка «**зачтено**» выставляется также в тех случаях, если:

- студент достаточно полно отвечает на вопрос, но затрудняется в приведении примера;
- студент отвечает на вопрос недостаточно полно, но может привести пример или смоделировать ситуацию, демонстрирующие механизмы или закономерности рассматриваемого явления.

Отметка «**не зачтено**» выставляется в том случае, если:

- студент полностью не соответствует указанным критериям;
- студент знает только определение понятия; на бытовом уровне анализирует рассматриваемое явление.

Вопросы к зачету:

1. Профессиональное образование как процесс и как система.
2. Профессиональное образование как процесс учения и обучения, обучаемость и обученность.
3. Концепции и парадигмы развивающего профессионального образования.
4. Стратегии образования: образование как непрерывный процесс развития и становления личности.
5. Общие закономерности проявления кризисов профессионального становления.
6. Факторы, детерминирующие кризисы профессионального развития: объективные и субъективные.
7. Стадии профессионального становления личности: оптация, профессиональное образование и подготовка, профессиональная адаптации, первичная и вторичная профессионализация и мастерство.
8. Разрешение кризисов профессионального становления.
9. Технологии преодоления кризисов профессионального становления.
10. Кризисы профессионального становления личности в сфере образования;
11. Понятие о кризисе и технологии их преодоления;

12. Понятие о профессиональной деформации личности.
13. Основные подходы к изучению профессиональной деформации личности.
14. Классификации признаков профессиональной деформации.
15. Профессиональный тип личности и его проявления вне профессиональной сферы.
16. Особенности профессиональной деформации в образовательной сфере.
17. Психическое выгорание как фактор профессиональной деструкции.
18. Понятие о синдроме психического выгорания, как следствие взаимодействия личности и профессии.
19. Основные подходы авторов по проблеме психического выгорания.
20. Социально-психологические, личностные и профессиональные факторы риска психического выгорания.
21. Понятие о психическом выгорании в процессе профессиональной деятельности
22. Синдром психического выгорания как следствие профессионального стресса
23. Особенности психического выгорания в сфере образования и его симптомы.
24. Основные факторы психического выгорания в педагогической профессии
25. Профилактика синдрома психического выгорания и ее виды.
26. Понятие о профессиональных деструкциях в сфере образования.
27. Симптомы профессионального стресса в педагогической профессии

Фонды оценочных средств для проверки уровня сформированности компетенций по итогам освоения дисциплины для каждой формируемой компетенции создаются в соответствии с образцом, приведенным в Приложении № 1.

IV. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

1. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины:

а) Основная литература:

- 1 Глухов, В. П. Специальная педагогика и специальная психология : учебник для вузов В. П. Глухов. – 3-е изд., испр. и доп. – Москва : Юрайт, 2021 – 323 с. - Библиогр. в конце тем. - ISBN 978-5-534-13096-6. – URL : <http://192.168.16.5/OpacUnicode/index.php?url=/notices/index/111702/default>.
2. Абрамова, Г. С. Психология развития и возрастная психология / Г. С. Абрамова - Москва : Прометей, 2022. - 708 с. - ISBN 978-5-00172-091-1. - Текст : электронный // ЭБС "Консультант студента" : [сайт]. - URL : <https://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785001720911.html>
3. Старовойтенко, Е. Б. Психология личности в парадигме жизненных отношений : учебное пособие для студентов выс. учебных заведений / Старовойтенко Е. Б. - Москва : Академический Проект, 2020. - 256 с. ("Gaudeamus") - ISBN 978-5-8291-2847-0. - Текст : электронный // ЭБС "Консультант студента" : [сайт]. - URL : <https://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785829128470.html>

б) Дополнительная литература:

1. Столяренко, Л. Д. Психология личности. [Текст] : учебное пособие / Л. Д. Столяренко, С. И. Самыгин.- Изд. 3-е. – Ростов-на-Дону : Феникс, 2014 – 574 с. <http://192.168.16.5/OpacUnicode/index.php?url=/notices/index/51224/default>
2. Кулагина, И. Ю. Феномен взрослости : развитие личности и жизненный путь : учебное пособие для вузов / Кулагина И. Ю. , Апасова Е. В. , Метелина А. А. - Москва : Академический Проект, 2020. - 329 с. (Gaudeamus) - ISBN 978-5-8291-2746-6. - Текст : электронный // ЭБС "Консультант студента" : [сайт]. - URL : <https://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785829127466.html>

3. Кригер, Е. Э. Психология формирования личности и коллектива в мире неопределенности : сборник / под ред. Е. Э. Кригер. - 2-е изд. (эл.). - Москва : Рос. гос. гуманитарн. ун-т, 2019. - 231 с. Систем. требования: Adobe Reader XI либо Adobe Digital Editions 4.5 ; экран 10 (1 файл pdf : 231 с.). - ISBN 978-5-7281-2499-3. - Текст : электронный // ЭБС "Консультант студента" : [сайт]. - URL :

<https://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785728124993.html>

4. Коссов, Б. Б. Психология личности (теория, диагностика и развитие) : учебное пособие для высших учебных заведений / Коссов Б. Б. - 2-е изд. , доп. и испр. - Москва : Академический Проект, 2020. - 304 с. (Серия "Gaudeamus") - ISBN 978-5-8291-2741-1. - Текст : электронный // ЭБС "Консультант студента" : [сайт]. - URL :

<https://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785829127411.html>

Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине

1.Зеер, Э. Ф. Профориентология : Теория и практика / Зеер Э. Ф. , Павлова А. М. , Садовникова Н. О. - Москва : Академический Проект, 2020. - 192 с. ("Gaudeamus") - ISBN 978-5-8291-2724-4. - Текст : электронный // ЭБС "Консультант студента" : [сайт]. - URL :

<https://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785829127244.html>

2.Иванова, Е. Н. Конфликтологическое консультирование : учеб.пособие / Иванова Е. Н. - Новосибирск : Изд-во НГТУ, 2012. - 151 с. - ISBN 978-5-7782-2040-9. - Текст : электронный // ЭБС "Консультант студента" : [сайт]. - URL :

<https://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785778220409.html>

3.Ключко, В. Е. Образовательное взаимодействие : системно-антропологический контекст / Ключко В. Е. , Краснорядцева О. М. , Щеглова Э. А. - Томск : Издательский Дом Томского государственного университета, 2016. - 130 с. - ISBN 978-5-94621-584-8. - Текст : электронный // ЭБС "Консультант студента" : [сайт]. - URL :

<https://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785946215848.html>

При изучении курса предполагается выполнение следующих работ:

- изучение литературы по проблемам курса;
- подготовку к семинарским (практическим) занятиям;
- подготовку доклада (устного сообщения) для выступления в аудитории – отрабатываются навыки публичного выступления, умение грамотно излагать материал, рассуждать;
- написание аннотации научной статьи;
- работа с типовыми тестами – способствует усвоению основных понятий курса, закреплению лекционного материала;
- написание рубежной контрольной работы (тесты) – проверяется знание изученных тем;
- проведение зачета по дисциплине – вопросы служат для систематизации пройденного материала и подготовки к итоговой аттестации.

Успешное освоение дисциплины возможно только при правильной организации самостоятельной работы студентов по изучению курса. Самостоятельная работа студентов предполагает не пассивное «поглощение» готовой информации, а ее поиск и творческое усвоение.

3. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины

Профессиональные базы данных, информационные справочные системы и электронные образовательные ресурсы:

Электронный справочник «Информио» для высших учебных заведений (www.informuo.ru)

Российское образование. Федеральный образовательный портал.
<http://www.edu.ru/>

4. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине, включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем

4.1. Перечень лицензионного программного обеспечения:

1. MicrosoftOffice 2013:
 - Access 2013;
 - Excel 2013;
 - Outlook 2013 ;
 - PowerPoint 2013;
 - Word 2013;
 - Publisher 2013;
 - OneNote 2013.
2. Комплексные медицинские информационные системы «КМИС. Учебная версия» (редакция Standart) на базе IBM Lotus.
3. Программное обеспечение для тестирования обучающихся SUNRAVTestOfficePro

4.2. Перечень электронно-библиотечных систем (ЭБС):

1. Электронно-библиотечная система «Консультант студента».-Режим доступа:<https://www.studentlibrary.ru/book>;
2. Консультант врача. Электронная медицинская библиотека [Электронный ресурс]. – Москва: ГЭОТАР-Медиа. – Режим доступа: www.geotar.ru;
3. Электронная библиотечная система eLIBRARY.RU –Режим доступа: <http://www.elibrary.ru>

5. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины. Содержание курса практических занятий

Цель и задачи практических занятий.

Целью изучения дисциплины «Программа личностного и профессионального саморазвития» является повышение уровня личностной зрелости обучающихся для эффективного включения студентов в инклюзивное образовательное пространство на основе осознания своих индивидуальных возможностей и способностей. Необходимость достижения результатов образования на уровне магистратуры связано со становлением личности обучающегося с ограниченными возможностями здоровья и освоением им механизмов социальной и профессиональной адаптации, а также умения разрабатывать индивидуальную программу профессионально-личностного роста и саморазвития, формирования мотивации и личностных стимулов непрерывного самообразования для реализации в учебной и профессиональной деятельности в современных социально-экономических условиях.

Задачи:

-познакомить студентов с фундаментальными понятиями психологии личности и психологии тренинга, основными теоретическими подходами и направлениями;

- изучить теоретические основы личностного и профессионального роста;
- сформировать научное мировоззрение, широкий профессиональный кругозор, мотивацию личностных и профессиональных достижений студента;
- повысить уровень профессионального и личностного самосознания, степень осознанности и ответственности за свои мысли, чувства, поведение и выборы;
- познакомить студентов на их практическом опыте с основными проблемами межличностного, внутригруппового и межгруппового взаимодействия, с особенностями, факторами и динамикой групповых процессов;
- способствовать пробуждению, сохранению и развитию интереса к собственным скрытым потенциальным возможностям, желания непрерывно развиваться путем конструктивного разрешения внутриличностных конфликтов и устранения внутриличностных барьеров роста, умения создавать и поддерживать благоприятные условия для личностного и профессионального роста в группе.

Виды практических занятий

В зависимости от способа проведения выделяют следующие виды практических занятий:

- заслушивание и обсуждение докладов предполагает предварительное распределение вопросов между студентами и подготовку ими докладов и рефератов. Доклад представляет собой обобщенное изложение идей, концепций, точек зрения, выявленных и изученных студентом в ходе самостоятельного анализа рекомендованных и дополнительных научных источников, а также предложение на этой основе собственных (оригинальных) суждений. Студент вправе избрать для доклада и иную тему в пределах программы учебной дисциплины. Важно при этом учитывать ее актуальность, научную работанность, возможность нахождения необходимых источников для изучения темы сообщения, имеющиеся у студента знания и личный интерес к выбору данной темы.

Подготовка доклада предполагает хорошее знание студентом материала по избранной теме, а если проблема носит комплексный характер, то и по смежным темам, наличие определенного опыта умелой передачи его содержания в устной форме, умение делать обобщения и логичные выводы. Для подготовки голосового сообщения необходимо несколько литературных источников, в отдельных случаях требуется изучение значительного числа монографий, научных статей, справочной литературы. В докладе рекомендуется раскрыть содержание основных концепций, наиболее распространенных позиций тех или иных мыслителей, а также высказать свое аргументированное мнение по важнейшим проблемам данной темы. Сообщение должно носить творческий, поисковый характер, содержать элементы научного исследования. В докладе выделяют три основные части: вступительную, в которой определяется тема и ее значимость; основную, в которой излагается содержание темы; заключительную, в которой обобщается тема, делаются выводы. Особое внимание обращается на убедительность и доказательность доклада. После выступления докладчика, доклад обсуждается и после ответов на вопросы докладчик выступает с заключительным словом;

- подготовка презентации - более высокая форма творческой работы студента, по сути, он представляет собой законченный труд. Выполнение творческих работ, оказывает большое воздействие на развитие способностей студентов, повышает интерес к учебному предмету, учит связывать теорию с практикой. При работе над рефератами, как правило, проявляются особенности личности студента, его отношение к событиям окружающей жизни, понятие об этических нормах. Поэтому такие работы требуют более детального и обстоятельного разбора. С этой целью при распределении тем рефератов одновременно назначаются оппоненты, которые должны заранее ознакомиться с содержанием реферата и подготовить отзыв: отметить достоинства и недостатки, сделать замечание и дополнение по его содержанию. После выступления оппонентов в обсуждение

включаются студенты. В заключение преподаватель дает оценку презентации, оппонентам и другим выступающим; Практические занятия способствуют более глубокому пониманию теоретического материала учебного курса, а также развитию, формированию и становлению различных уровней составляющих профессиональной компетентности студентов.

Тема 1. Психологические основы профессионального становления личности (практические занятия 1,2)

Практическое занятие 1. Психологические основы профессионального становления личности.

Вопросы для обсуждения:

1. Предмет, задачи, основные понятия о профессиональном становлении личности;
2. Основные подходы и авторы в изучении профессионального становления личности;
3. Изменение личности в процессе профессионализации;
4. Стадии профессионального развития личности;
5. Стратегии профессиональной адаптации.

Практическое занятие 2. Представление о собственном профессиональном развитии.

Вопросы для обсуждения:

1. Выявление и оценка способов решения личностных и профессиональных проблем;
2. Интерпретация и обсуждение результатов методики И.Л. Соломина «Жизненный путь»;
3. Написание и анализ сочинения «Какие мы?».

Тема 2. Основные психологические подходы к исследованию становления профессионала (практические занятия 3,4)

Практическое занятие 3. Основные психологические подходы к исследованию становления профессионала

Вопросы для обсуждения:

1. Сравнительный анализ понятий «становление» и «развитие»;
2. Современные теории, концепции и модели профессионального становления личности в отечественной психологии;
3. Градация периодов профессионального становления личности;
4. Компоненты профессиональной деятельности;
5. Ресурсность профессионального развития.

Практическое занятие 4. Представление о целях профессионального развития.

Вопросы для обсуждения:

1. Цели профессионального развития и их осознание в процессе творческой деятельности (создание коллажа «Герой современности»);
2. Интерпретация и обсуждение содержания коллажа «Герой современности» с авторами и соотнесение его содержания с задачами профессионального развития

Тема 3. Сущность и особенности профессионального саморазвития (практические занятия 5,6)

Практическое занятие 5. Сущность и особенности профессионального саморазвития

Вопросы для обсуждения:

1. Понятие о профессиональном саморазвитии;
2. Соотнести понятия: саморазвитие, самоактуализация, самоорганизация, самопознание и других;
3. Теории профессионального развития в зарубежной психологии: психодинамическое направление, сценарная теория, концепция профессионального развития Д. Сьюпера, теория профессионального выбора и другие;
4. Профессиональное саморазвитие как процесс изменения компонентов: мотивационно-целевого, когнитивного, эмоционально-волевого, конструктивно-деятельностного, рефлексивного и результативного;
5. Профессиональное саморазвитие в сфере образования.

Практическое занятие 6. Профессиональное саморазвитие как целенаправленный процесс профессионального совершенствования личности

Вопросы для обсуждения:

1. Обсуждение понятия профессионального саморазвития;
2. Выполнение упражнений тренинга профессионального саморазвития;
3. Рефлексия тренинга.

Тема 4. Становление профессионального самосознания личности (практические занятия 7,8)

Практическое занятие 7. Становление профессионального самосознания личности.

Вопросы для обсуждения:

1. Понятие о профессиональном самосознании;
2. Понятия самосознания, самоизменения, самообогащения, самовоспитания и саморазвития;
3. Развитие проблемы профессионального самосознания в отечественной и зарубежной психологии;
4. Профессиональное самосознание в педагогической профессии.

Практическое занятие 8. Профессиональное самосознание как условие профессионального развития личности

Вопросы для обсуждения:

1. Обсуждение понятия профессионального самосознания;
2. Выполнение упражнений тренинга профессионального самосознания;
3. Рефлексия тренинга.

Тема 5. Психология развивающего профессионального образования (практические занятия 9,10)

Практическое занятие 9. Психология развивающего профессионального образования.

- Вопросы для обсуждения:
1. Понятие о профессиональном образовании;
 2. Профессиональное образование как процесс и как система;
 3. Образование как процесс учения и обучения, обучаемость и обученность.;
 4. Концепции и парадигмы развивающего профессионального образования;
 5. Стратегии образования: образование как непрерывный процесс развития и становления личности.

Практическое занятие 10. Становление личностной и профессиональной «Я-концепции» в процессе профессионального образования личности

Вопросы для обсуждения:

1. Обсуждение понятия развивающего профессионального обучения;
2. Выполнение упражнений рефлексивного тренинга;
3. Рефлексия в тренинге.

Тема 6. Психологические барьеры профессионального развития личности
(практические занятия 11,12)

Практическое занятие 11. Психологические барьеры профессионального развития личности

Вопросы для обсуждения

1. Общие закономерности проявления кризисов профессионального становления;
2. Факторы, детерминирующие кризисы профессионального развития: объективные и субъективные;
3. Стадии профессионального становления личности: оптация, профессиональное образование и подготовка, профессиональная адаптации, первичная и вторичная профессионализация и мастерство;

4. Разрешение кризисов профессионального становления;

5. Технологии преодоления кризисов профессионального становления;

6. Кризисы профессионального становления личности в сфере образования.

Практическое занятие 12. Кризисы профессионального развития личности.

Вопросы для обсуждения:

1. Понятие о кризисе и технологии их преодоления;
2. Выполнение упражнений тренинга профессионального роста;
3. Рефлексия тренинга профессионального роста.

Тема 7. Профессиональная деформация личности в процессе профессиональной деятельности (практические занятия 13,14)

Практическое занятие 13. Профессиональная деформация личности в процессе профессиональной деятельности

Вопросы для обсуждения:

1. Понятие о профессиональной деформации личности;
2. Основные подходы к изучению профессиональной деформации личности;
3. Классификации признаков профессиональной деформации;
4. Профессиональный тип личности и его проявления вне профессиональной сферы;
5. Особенности профессиональной деформации в образовательной сфере.

Практическое занятие 14. Психология влияния профессии на личность. Вопросы для обсуждения:

1. Понятие о профессиональном типе личности (Дж.Холланд);
2. Выполнение упражнений тренинга профессионального роста;
3. Рефлексия тренинга профессионального роста.

Тема 8. Психическое выгорание в процессе профессиональной деятельности
(практические занятия 15,16)

Практическое занятие 15. Психическое выгорание в процессе профессиональной деятельности

Вопросы для обсуждения:

1. Психическое выгорание как фактор профессиональной деструкции;

2. Понятие о синдроме психического выгорания, как следствие взаимодействия личности и профессии;
3. Основные подходы авторов по проблеме психического выгорания;
4. Социально-психологические, личностные и профессиональные факторы риска психического выгорания.

Практическое занятие 16. Психическое выгорание как профессиональная деформация личности.

Вопросы для обсуждения

1. Понятие о психическом выгорании в процессе профессиональной деятельности;
2. Анализ компонентов психического выгорания по результатам диагностики;
3. Выполнение упражнений тренинга по снижению проявлений психического выгорания;
4. Рефлексия тренинга.

Тематика практических занятий

№	Тема	Количество часов
1	Психологические основы профессионального становления личности	6
2	Основные психологические подходы к исследованию становления профессионала	4
3	Сущность и особенности профессионального саморазвития	4
4	Становление профессионального самосознания личности	4
5	Психология развивающего профессионального образования	4
6	Психологические барьеры профессионального развития личности	4
7	Профессиональная деформация личности в процессе профессиональной деятельности	4
8	Психическое выгорание в процессе профессиональной деятельности	4

V. Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине

Представлены в Приложении №2

VI. Научно-исследовательская работа студента

1. Осуществление сбора, обработки, анализа и систематизации научной информации по темам лекционных и семинарских занятий;
2. - подготовка и выступление с докладом на студенческой межвузовской научно-практической конференции, конференции СНО ТГМУ и др.;
3. участие в проведении научных исследований: осуществление сбора, обработки, анализа информации;
4. публикации статей, тезисов.

VII. Сведения об обновлении рабочей программы дисциплины

Представлены в Приложении № 3

Задания, позволяющие осуществлять оценку компетенции УК-6, установленной рабочей программой дисциплины «Программа личностного и профессионального саморазвития» ОПОП по специальности 37.05.01 Клиническая психология (Способен определять и реализовывать приоритеты собственной деятельности и способы ее совершенствования на основе самооценки и образования в течение всей жизни)

Задания закрытого типа на установление соответствия

Задание № 1

Установите правильное соответствие термина и его определения. К каждой позиции, данной в левом столбце, подберите соответствующую позицию из правого столбца:

Термин		Определение	
а	Самосовершенствование	1	Саморегулирующаяся динамическая функциональная система непрерывно взаимодействующих между собой свойств, отношений и действий, складывающихся в процессе онтогенеза человека, феномен общественного развития, конкретный живой человек, обладающий сознанием и самосознанием.
б	Личность	2	Двухкомпонентное свойство личности, которое побуждает ее самостоятельно, без посторонней помощи добиться чего-то
в	Самоутверждение	3	Процесс сознательного управления развитием личностных качеств и способностей.
г	Индивидуальность	4	Неповторимое своеобразие конкретной личности во всей совокупности ее унаследованных и приобретенных специфических особенностей

Запишите выбранные цифры под соответствующими буквами

а	б	в	г

Задание № 2

Установите правильное соответствие концепции профессионального становления личности с её ключевым тезисом. К каждой позиции, данной в левом столбце, подберите соответствующую позицию из правого столбца:

Концепция		Ключевой тезис	
а	Концепция Т.В. Кудрявцева	1	Профессиональное становление – это непрерывный процесс самоопределения и самореализации личности в профессии.
б	Концепция Э.Ф. Зеера	2	Профессиональное становление – это формирование системы ценностей и смыслов, связанных с профессиональной деятельностью.
в	Концепция Ю.П. Поваренкова	3	Профессиональное становление – это процесс раз-

		вития профессионально важных качеств и компетенций.
--	--	---

Запишите выбранные цифры под соответствующими буквами

а	б	в

Задания закрытого типа на установление последовательности

Задание № 3

Установите правильную последовательность стадий профессионального саморазвития.

а	Целенаправленная подготовка к избранной профессиональной деятельности
б	Возникновение и формирование профессиональных намерений
в	процесс вхождения в профессию
г	реализация личности в самостоятельном профессиональном труде

Запишите соответствующую последовательность букв слева направо

1	2	3	4

Задание № 4

Установите правильную последовательность этапов личностного саморазвития (по М.Р. Гинзбургу)

а	этап ученичества
б	неосознанное следование авторитету значимых лиц
в	выход из ученичества
г	проявление индивидуальности
д	самоопределение

Запишите соответствующую последовательность букв, определяющих личностное саморазвитие, слева направо

1	2	3	4	5

Задания комбинированного типа с выбором верного ответа и обоснованием выбора из предложенных

Задание № 5

Прочитайте текст, укажите один правильный ответ и запишите аргументы, обосновывающие его выбор.

Наиболее эффективная психотехнология для профилактики кризисов профессионального развития.

- а) Индивидуальное консультирование в период острого кризиса
- б) Тренинги личностного роста после увольнения
- в) Регулярная рефлексия профессионального развития и планирование карьеры
- г) Экстренная психологическая помощь при симптомах выгорания

Ответ

Обоснование:

Задание № 6

Прочитайте текст, укажите правильный ответ и запишите аргументы, обосновывающие выбор ответа

Личностный фактор, который чаще всего связывают с повышенным риском выгорания

- а) Экстраверсия
- б) Низкая эмпатия
- в) Перфекционизм
- г) Высокая самооценка

Ответ:

Обоснование выбора:

Задания открытого типа с кратким ответом/ вставить термин, словосочетание или дополнить предложенное

Задание № 7

Прочитайте текст и завершите его, дополнив недостающую информацию.

Личность – саморегулирующаяся динамическая функциональная система непрерывно взаимодействующих между собой свойств, отношений и действий, складывающихся в процессе онтогенеза человека, феномен общественного развития, конкретный живой человек, обладающий _____.

Ответ:

Задание № 8

Прочитайте текст и завершите его, дополнив недостающую информацию.

К личности в качестве устойчивой целостности психических процессов, свойств и отношений относится темперамент, характер, способности _____.

Ответ:

Задания открытого типа с развернутым ответом

Задание № 9

Прочитайте текст и запишите развернутый ответ на вопрос: какие психологические механизмы лежат в основе сопротивления преподавателей.

В педагогическом колледже проводится эксперимент по внедрению активных методов обучения, направленных на развитие у студентов критического мышления, креативности и самостоятельности. Однако, часть преподавателей сопротивляются нововведениям, считая, что традиционные лекции и заучивание материала являются более эффективными способами подготовки будущих учителей. Они аргументируют это тем, что "студенты не готовы к самостоятельной работе" и "активные методы требуют слишком много времени и ресурсов".

Ответ:

Задание № 10

Прочитайте текст и запишите развернутый ответ на вопрос: наличие каких симптомов эмоционального выгорания можно отметить в данной ситуации.

Дмитрий работает врачом скорой помощи уже 7 лет. В последнее время он стал замечать, что все чаще испытывает чувство усталости и истощения, даже после полноценного отдыха. Ему трудно сопереживать пациентам, он стал более циничным и отстраненным. Дмитрий чувствует, что теряет смысл в своей работе и все чаще

задумывается о смене профессии. Он страдает от бессонницы, головных болей и проблем с пищеварением.

Ответ:

Задания, позволяющие осуществлять оценку компетенции ПК-9, установленной рабочей программой дисциплины «Программа личностного и профессионального саморазвития» ОПОП по специальности 37.05.01 Клиническая психология (Готовность сопровождать инновации, направленные на повышение качества жизни, психологического благополучия и здоровья людей)

Задания закрытого типа на установление соответствия

Задание № 11

Установите правильное соответствие между стадией профессионального развития личности с её характеристикой. К каждой позиции, данной в левом столбце, подберите соответствующую позицию из правого столбца:

Стадия		Характеристика	
а	Оптация	1	Освоение нового рабочего места и должностных обязанностей, приспособление к коллективу.
б	Адаптация	2	Период размышлений о выборе профессии, ознакомление с различными вариантами.
в	Интернализация	3	Принятие профессиональных норм и ценностей, формирование профессиональной идентичности.
г	Мастерство	4	Освоение нового рабочего места и должностных обязанностей, приспособление к коллективу.

Запишите выбранные буквы под соответствующими цифрами

а	б	в	г

Задание № 12

Установите соответствие между автором и его концепцией профессиональной идентичности. К каждой позиции, данной в левом столбце, подберите соответствующую позицию из правого столбца:

Автор		Концепция	
а	Зигмунд Фрейд	1.	"Я" как результат социального взаимодействия и принятия ролей
б	Карл Роджерс	2.	Безусловное позитивное принятие и стремление к самоактуализации.
в	Джордж Герберт Мид	3.	Структура личности, включающая Ид, Эго и Суперэго

Запишите выбранные цифры под соответствующими буквами

а	б	в

Задания закрытого типа на установление последовательности

Задание № 13

Установите правильную последовательность уровней рефлексии в порядке возрастания глубины самоанализа:

Уровни рефлексии	
а	Рефлексия деятельности (анализ действий и результатов)
б	Рефлексия личностная (анализ мотивов, ценностей, установок)
в	Рефлексия ситуации (осознание контекста и влияния внешних факторов)

Запишите соответствующую последовательность букв, определяющих последовательность уровней рефлексии в порядке возрастания глубины самоанализа (слева направо)

1	2	3

Задание № 14

Установите правильную последовательность этапов консультативной помощи при кризисе профессионального становления личности.

Этапы консультативной помощи	
а	Составление альтернативных сценариев профессиональной жизни
б	Установление контакта, сбор информации, определение проблемы
в	Оценка ресурсов личности и анализ способов преодоления кризиса
г	Выработка стратегии действий и ее реализация
д	Завершение консультирования и оценка результатов

Запишите соответствующую последовательность букв, определяющих последовательность этапов консультативной помощи (слева направо)

1	2	3	4	5

Задания комбинированного типа с выбором верного ответа и обоснованием выбора из предложенных

Задание № 15

Прочитайте текст, укажите один правильный ответ и запишите аргументы, обосновывающие его выбор. К факторам, оказывающим наибольшее влияние на формирование "Зеркального Я", учителя относятся:

- а) Самооценка учителя
- б) Отзывы учеников и коллег о его работе
- в) Уровень профессиональной компетентности
- г) Стаж педагогической деятельности

Ответ:

Обоснование:

Задание № 16

Прочитайте текст, укажите один правильный ответ и запишите аргументы, обосновывающие его выбор.

Компонент синдрома выгорания, характеризующийся циничным отношением к пациентам/клиентам.

- а) Эмоциональное истощение

- б) Деперсонализация
- в) Редукция личных достижений
- г) Физическое истощение

Ответ:

Обоснование:

Задания открытого типа с кратким ответом/ вставить термин, словосочетание или дополнить предложенное

Задание № 17

Прочитайте текст и завершите его, дополнив недостающую информацию.

Согласно К. Роджерсу, главным условием для развития здоровой Я-концепции является безусловное _____.

Ответ:

Задание № 18

Прочитайте текст и завершите его, дополнив недостающую информацию.

Согласно концепции Э. Ф. Зеера, профессиональное становление охватывает значительную часть _____.

Ответ:

Задания открытого типа с развернутым ответом

Задание № 19

Прочитайте текст и запишите развернутый ответ на вопрос: наличие каких признаков профессиональной деформации личности можно наблюдать у пациентки.

Елена работает учителем начальных классов уже 15 лет. В последние годы она стала замечать, что все чаще испытывает раздражение по отношению к ученикам, особенно к тем, кто проявляет невнимательность или медленно усваивает материал. Она ловит себя на мысли, что относится к ним с меньшим терпением, чем раньше, и иногда даже позволяет себе саркастичные замечания в их адрес. Елена чувствует, что теряет интерес к своей работе, а общение с родителями учеников становится для нее все более формальным и тягостным. Дома она часто срывается на близких, жалуясь на усталость и отсутствие понимания.

Ответ:

Задание № 20

Прочитайте текст и запишите развернутый ответ на вопрос: наличие каких психологических барьеров могут препятствовать профессиональному развитию.

Сергей, талантливый инженер с 5-летним стажем, получил предложение о повышении до руководителя отдела. Однако он отказывается от этой возможности, объясняя это тем, что "не обладает необходимыми лидерскими качествами" и "боится не справиться с возросшей ответственностью". Его коллеги и руководство считают, что он вполне способен успешно руководить отделом, но Сергей остается непреклонен в своем решении.

Ответ:

Ключи к заданиям по дисциплине «Программа личностного и профессионального саморазвития»

Задание № 1

Ответ:

а	б	в	г
3	1	2	4

Задание № 2

Ответ:

а	б	в
1	3	2

Задание № 3

Ответ:

1	2	3	4
б	а	в	г

Задание № 4

Ответ:

1	2	3	4	5
б	а	в	г	д

Задание №5

Ответ: в

Обоснование выбора: Профилактика направлена на предотвращение последствий, рефлексия и планирование помогают осознанно управлять профессиональным развитием.

Задание №6

Ответ: в

Обоснование выбора: Перфекционисты склонны предъявлять к себе завышенные требования, что приводит к перегрузкам и эмоциональному истощению.

Задание №7

Ответ: сознанием и самосознанием

Задание № 8

Ответ: мотивация, направленность

Задание № 9

Ответ: установки, отсутствие мотивации к изменениям, когнитивный диссонанс, страх изменений

Задание № 10

Ответ: физиологические (чувство усталости и истощения, бессонница, головные боли, проблемы с пищеварением); психологические (потеря профессиональной мотивации, снижение эмпатии; социальные (отстраненное и негативное отношение к пациентам, потеря интереса к работе)

Задание № 11

Ответ:

а	б	в	г
---	---	---	---

2	4	3	1
---	---	---	---

Задание № 12

Ответ:

а	б	в
3	2	1

Задание № 13

Ответ:

1	2	3
а	в	б

Задание № 14

Ответ:

1	2	3	4	5
б	в	а	г	д

Задание №15

Ответ: б

Обоснование выбора: "Зеркальное Я" формируется на основе восприятия того, как нас видят другие люди.

Задание №16

Ответ:б

Обоснование выбора: Деперсонализация – это отчуждение от людей, к которым работник должен проявлять сочувствие и оказывать помощь

Задание №17

Ответ: позитивное принятие

Задание № 18

Ответ: онтогенеза человека

Задание № 19

Ответ: Признаки профессиональной деформации: Эмоциональное выгорание (раздражительность, снижение интереса к работе), ригидность (негибкость в общении с учениками и родителями), негативизм (саркастичные замечания), перенос негативных эмоций на близких.

Задание № 20

Ответ: Страх неудачи, низкая самооценка, перфекционизм, синдром самозванца, негативные установки.

Справка

о материально-техническом обеспечении рабочей программы дисциплины
Программа личностного и профессионального саморазвития

№ п\п	Наименование специальных* помещений и помещений для самостоятельной работы	Оснащенность специальных помещений и помещений для самостоятельной работы
	Кабинет экономики (уч. ком. №502)	Компьютеры (ноутбук) Мультимедийный проектор

*Специальные помещения - учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, курсового проектирования (выполнения курсовых работ), групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации, а также помещения для самостоятельной работы.

**Лист регистрации изменений и дополнений на _____ учебный год
в рабочую программу дисциплины (модуля, практики)**

(название дисциплины, модуля, практики)
для студентов _____ курса,

специальность: _____
(название специальности)

форма обучения: очная/заочная

Изменения и дополнения в рабочую программу дисциплины рассмотрены на заседании кафедры «___» _____ 202__ г. (протокол № ___)

Зав. кафедрой _____ (ФИО)

подпись

Содержание изменений и дополнений

№ п/п	Раздел, пункт, номер страницы, абзац	Старый текст	Новый текст	Комментарий
1.				
2.				
3.				