

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации  
Федеральное государственное автономное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Уральский федеральный университет имени первого Президента России Б.Н. Ельцина»

УТВЕРЖДАЮ  
Директор по образовательной  
деятельности

\_\_\_\_\_ С.Т. Князев  
«\_\_» \_\_\_\_\_

### РАБОЧАЯ ПРОГРАММА МОДУЛЯ

<b>Код модуля</b>	<b>Модуль</b>
1155217	Благополучие личности

Екатеринбург

<b>Перечень сведений о рабочей программе модуля</b>	<b>Учетные данные</b>
<b>Образовательная программа</b> 1. Психология служебной деятельности	<b>Код ОП</b> 1. 37.05.02/33.01
<b>Направление подготовки</b> 1. Психология служебной деятельности	<b>Код направления и уровня подготовки</b> 1. 37.05.02

Программа модуля составлена авторами:

<b>№ п/п</b>	<b>Фамилия Имя Отчество</b>	<b>Ученая степень, ученое звание</b>	<b>Должность</b>	<b>Подразделение</b>
1	Борисов Георгий Игоревич	без ученой степени, без ученого звания	Старший преподаватель	общей и социальной психологии
2	Виндекер Ольга Сергеевна	кандидат психологических наук, доцент	Доцент	педагогики и психологии образования
3	Гизулина Анна Владимировна	без ученой степени, Без ученого звания	старший преподаватель	Клиническая психология и психофизиология

**Согласовано:**

Управление образовательных программ

Е.С. Комарова

# 1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА МОДУЛЯ Благополучие личности

## 1.1. Аннотация содержания модуля

В модуль входят дисциплины: Психология здоровья, Психология личностного роста. Целью изучения модуля является использование психологических знаний для понимания проблемы сохранения и развития здоровья, обоснования механизмов развития личности и направлений личностного роста.

## 1.2. Структура и объем модуля

Таблица 1

№ п/п	Перечень дисциплин модуля в последовательности их освоения	Объем дисциплин модуля и всего модуля в зачетных единицах
1	Психология здоровья	3
2	Психология личностного роста	3
ИТОГО по модулю:		6

## 1.3. Последовательность освоения модуля в образовательной программе

<b>Пререквизиты модуля</b>	1. Клинические аспекты психологии 2. Фундаментальные основы психологии
<b>Постреквизиты и кореквизиты модуля</b>	1. Нетрадиционные методы диагностики

## 1.4. Распределение компетенций по дисциплинам модуля, планируемые результаты обучения (индикаторы) по модулю

Таблица 2

Перечень дисциплин модуля	Код и наименование компетенции	Планируемые результаты обучения (индикаторы)
1	2	3
Психология здоровья	ПК-4 - Способен проводить работу по психологической реабилитации лиц, получивших психические травмы, осуществлять комплекс мер по социально-	З-1 - Описать теоретические основы психологической реабилитации лиц, получивших психические травмы У-1 - Обосновать методы и приемы психологической реабилитации лиц, получивших психические травмы

	<p>психологической реадaptации сотрудников, военнослужащих и (или) отдельных лиц, действовавших в экстремальных условиях</p>	<p>П-1 - Разработать программу психологической реабилитации лиц, получивших психические травмы</p> <p>Д-1 - Проявлять коммуникабельность и эмпатию</p>
	<p>ПК-5 - Способен проводить работу по социальной реабилитации и коррекции лиц, находящихся в ситуации социальной дезадаптации, с различными проявлениями девиаций, зависимостей, с суицидальными наклонностями, осуществлять психологическую интервенцию с целью изменения негативных состояний лиц, находящихся в трудной жизненной ситуации</p>	<p>З-1 - Сделать обзор основных методов и приемов социальной реабилитации и коррекции лиц, находящихся в ситуации социальной дезадаптации, лиц с различными проявлениями девиаций, зависимостей, с суицидальными наклонностями</p>
Психология личностного роста	<p>ПК-2 - Способен формировать устойчивые внутренние мотивы профессионально-служебной деятельности, основанные на гражданской позиции, патриотизме, ответственном отношении к выполнению профессионального долга</p>	<p>П-1 - Предлагать формы и методы формирования устойчивых внутренних мотивов профессионально-служебной деятельности, основанные на гражданской позиции, патриотизме, ответственном отношении к выполнению профессионального долга</p> <p>Д-1 - Проявлять гражданскую позицию, патриотизм</p>
	<p>ПК-8 - Способен выявлять возможности (ресурсы) сотрудников с учетом развития личности, половозрастных особенностей и факторов риска в выполняемой</p>	<p>У-1 - Анализировать возможности (ресурсы) сотрудников с учетом особенностей развития личности, половозрастных особенностей и факторов риска в выполняемой профессиональной служебной деятельности</p> <p>П-1 - Разрабатывать рекомендации по раскрытию возможностей (ресурсов)</p>

	профессиональной служебной деятельности	сотрудников с учетом особенностей развития личности, половозрастных особенностей и факторов риска в выполняемой профессиональной служебной деятельности
--	--	---

### **1.5. Форма обучения**

Обучение по дисциплинам модуля может осуществляться в очной формах.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**  
**Психология здоровья**

Рабочая программа дисциплины составлена авторами:

<b>№ п/п</b>	<b>Фамилия Имя Отчество</b>	<b>Ученая степень, ученое звание</b>	<b>Должность</b>	<b>Подразделение</b>
1	Гизуллина Анна Владимировна	без ученой степени, Без ученого звания	старший преподавателе ль	Клиническая психология и психофизиология

**Рекомендовано учебно-методическим советом института** Уральский гуманитарный институт

Протокол № 33.00-08/22 от 08.02.2021 г.

# 1. СОДЕРЖАНИЕ И ОСОБЕННОСТИ РЕАЛИЗАЦИИ ДИСЦИПЛИНЫ

Авторы:

- Гизуллина Анна Владимировна, старший преподаватель, Клиническая психология и психофизиология

## 1.1. Технологии реализации, используемые при изучении дисциплины модуля

- Традиционная (репродуктивная) технология
- Разноуровневое (дифференцированное) обучение
  - Базовый уровень

*\*Базовый I уровень – сохраняет логику самой науки и позволяет получить упрощенное, но верное и полное представление о предмете дисциплины, требует знание системы понятий, умение решать проблемные ситуации. Освоение данного уровня результатов обучения должно обеспечить формирование запланированных компетенций и позволит обучающемуся на минимальном уровне самостоятельности и ответственности выполнять задания;*

*Продвинутый II уровень – углубляет и обогащает базовый уровень как по содержанию, так и по глубине проработки материала дисциплины. Это происходит за счет включения дополнительной информации. Данный уровень требует умения решать проблемы в рамках курса и смежных курсов посредством самостоятельной постановки цели и выбора программы действий. Освоение данного уровня результатов обучения позволит обучающемуся повысить уровень самостоятельности и ответственности до творческого применения знаний и умений.*

## 1.2. Содержание дисциплины

Таблица 1.1

Код раздела, темы	Раздел, тема дисциплины*	Содержание
P1	Проблемы здоровья. Психология здоровья. Жизненный путь человека и здоровье	Проблемы здоровья и здорового образа жизни в контексте российской культуры. Здоровье как системное понятие. Аксиоматические положения сущности понятия «здоровье». Взаимосвязь уровней рассмотрения здоровья и болезни.  Определение психологии здоровья. Взаимосвязь психологии здоровья с другими науками.  Психосоматика: взаимосвязь психики и тела. Психологическая культура и ее компоненты. Психологические факторы здоровья: независимые, передающие и мотиваторы. Взаимодействие факторов.  Критерии психического и социального здоровья. Гендер и здоровье. Проблемы психического здоровья мужчин и женщин.  Жизненный путь человека и здоровье. Перинатальная, постнатальная психология, психология старения и долголетия.
P2	Отношение к здоровью. Психология здорового образа жизни	Понятие «отношение к здоровью», «внутренняя картина здоровья». Компоненты отношения к здоровью: когнитивный, эмоциональный, мотивационно-поведенческий. Критерии степени адекватности / неадекватности отношения к здоровью. Причины, препятствующие формированию адекватного

		<p>отношения человека к собственному здоровью. Факторы, оказывающие влияние на отношение к здоровью: гендерные, возрастные, профессиональные.</p> <p>Здоровье и образ жизни. Принципы здорового образа жизни: социальные и биологические. Кодекс здоровья. Психология здорового образа жизни в контексте нового просвещения. ЗОЖ – закон природы. Психо-логические проблемы, связанные с индивидуальным здоровьем. Приоритеты на пути к здоровому образу жизни. Принципы ЗОЖ. Законы здорового образа жизни. Концепция индивидуального здорового образа жизни. Аддиктология и ЗОЖ. ЗОЖ в профилактике различных видов зависимостей.</p>
<b>Р3</b>	Индивидуально-типологические аспекты психического здоровья	<p>Гармония личности и здоровье. Психологическая устойчивость личности. Критерии психологического здоровья. Понятия «психологический тип личности», «акцентуация личности». Психологические типы как формы психического здоровья: интуитивно-логический, сенсорно-планирующий, интуитивно-чувственный, сенсорно-импульсивный. Рекомендации по психокоррекции и психологической самопомощи с учетом типов. Акцентуации личности и психическое здоровье. Шизоидная, паранойяльная, психастеническая, эксплозивная, депрессивная, гипертимная, астеническая, истероидная формы акцентуации во взаимосвязи с психологией здоровья.</p>
<b>Р4</b>	<p>Психология профессионального здоровья. Работоспособность как критерий профессионального здоровья. Профессиональное выгорание и ресурсы его преодоления</p>	<p>Понятие профессионального здоровья. Проблема профессионального здоровья. Психологическое обеспечение профессионального здоровья: профессиональное самоопределение, профессиональная подготовка, профессиональная адаптация. Стресс в профессиональной деятельности специалистов по ФКиС. Психологические причины несчастных случаев.</p> <p>Работоспособность как критерий профессионального здоровья. Факторы профессиональной работоспособности. Профессиональная реабилитация. Модели влияния трудовой деятельности на досуговую активность.</p> <p>Профессиональное выгорание и ресурсы его преодоления. Феномен «выгорания» и его причины. Факторы риска выгорания: личностные, статусно-ролевые, профессионально-организационные. Стадии выгорания. Выгорание, «душевные потери» и здоровье личности. Ресурсы стрессоустойчивости и преодоления выгорания.</p>
<b>Р5</b>	Психическое здоровье де-тей, школьников и студентов	<p>Факторы, влияющие на психическое здоровье детей и подростков. Характеристика современного до-школьного и школьного образования. Психоэмоциональное напряжение и здоровье детей. Внутренняя картина здоровья детей и подростков. Индивидуально-психологические факторы и их роль в формировании внутренней картины здоровья детей и подростков. Роль семьи в формировании адекватного отношения к своему здоровью и здоровому образу жизни. Психологическая помощь детям и подросткам.</p>



		<p>Факторы, влияющие на психическое здоровье студентов. Стресс в студенческой среде. Симптомы стресса и выгорания в студенческой среде. Ранняя профилактика психического здоровья студентов. Социальная поддержка как фактор психического здоровья студентов. Элементы социальной поддержки.</p>
<b>Р6</b>	<p>Методы психологической коррекции. Психическая саморегуляция и здоровье. Психотерапевтические возможности физической культуры</p>	<p>Психологическая коррекция и ее виды. Психологическая помощь: психодиагностика, психотерапия, психологическое консультирование. Методы психокоррекции: игротерапия, арттерапия, музыкотерапия, библиотерапия, танцевальная терапия, куклотерапия, сказкотерапия, психогимнастика, телесно-ориентированная терапия.</p> <p>Концепции психической саморегуляции. Понятия самоуправления и саморегулирования. Виды психической саморегуляции. Аутогенная тренировка: основные положения тела, классические формулы самовнушения, тренировка высших психических функций, биологическая обратная связь. Методика занятий медитацией, классификация техник (пассивной и динамической) медитаций. Визуomotorная тренировка поведения. Релаксация по Бенсону.</p> <p>Психотерапевтические возможности физической культуры. Рекреационная сущность движения. Влияние физических упражнений на психоэмоциональное состояние. Физиологическая саморегуляция. Психомышечная тренировка. Идеомоторная тренировка. Физические упражнения для повышения работоспособности головного мозга. Йога – как средство регуляции психического состояния. Гимнастика Эверли.</p>

### 1.3. Направление, виды воспитательной деятельности и используемые технологии

Таблица 1.2

Направление воспитательной деятельности	Вид воспитательной деятельности	Технология воспитательной деятельности	Компетенция	Результаты обучения
Воспитание навыков жизнедеятельности в условиях глобальных вызовов и неопределенностей	деятельность по формированию ЗОЖ	Технология формирования уверенности и готовности к самостоятельной успешной профессиональной деятельности	ПК-4 - Способен проводить работу по психологической реабилитации лиц, получивших психические травмы, осуществлять комплекс мер по социально-психологической	<p>П-1 - Разработать программу психологической реабилитации лиц, получивших психические травмы</p> <p>Д-1 - Проявлять коммуникативность и эмпатию</p>

			реадаптации сотрудников, военнослужащих и (или) отдельных лиц, действовавших в экстремальных условиях	
--	--	--	--	--

1.4. Программа дисциплины реализуется на государственном языке Российской Федерации .

## **2. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ**

### **Психология здоровья**

#### **Электронные ресурсы (издания)**

1. Васильева, О. С.; Психология и культура здоровья: базовые понятия, концепции и подходы : учебное пособие для студентов вузов.; Издательство Южного федерального университета, Ростов-на-Дону; 2011; <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=241077> (Электронное издание)
2. Правдина, Л. Р.; Психология профессионального здоровья : учебное пособие.; Издательство Южного федерального университета, Ростов-на-Дону; 2016; <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=493283> (Электронное издание)
3. ; Психология здоровья : практикум.; СКФУ, Ставрополь; 2018; <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=494791> (Электронное издание)

#### **Печатные издания**

1. Секач, М. Ф.; Психология здоровья : Учеб. пособие для высшей школы по психологическим специальностям.; Академический Проект, Москва; 2003 (3 экз.)
2. , Никифоров, Г. С.; Психология здоровья : [учебник для вузов по направлению и специальностям психологии].; Питер, Санкт-Петербург [и др.]; 2006 (3 экз.)

#### **Профессиональные базы данных, информационно-справочные системы**

1. Международная база цитирований Web of Science - <https://apps.webofknowledge.com/>
2. Международная база цитирований Scopus - <https://www.scopus.com/>
3. Электронный научный архив УрФУ - <http://elar.urfu.ru/>
4. Российская государственная библиотека (Москва) – РГБ <http://www.rsl.ru/>
5. Российская национальная библиотека (Санкт-Петербург) - <http://www.nlr.ru/>
6. Свердловская областная универсальная научная библиотека им. В.Г. Белинского - [http://book.uraic.ru/el\\_library](http://book.uraic.ru/el_library)

#### **Материалы для лиц с ОВЗ**

Весь контент ЭБС представлен в виде файлов специального формата для воспроизведения синтезатором речи, а также в тестовом виде, пригодном для прочтения с использованием экранной лупы и настройкой контрастности.

### **Базы данных, информационно-справочные и поисковые системы**

IPRbooks: <http://www.iprbookshop.ru/>;

Библиокомплектатор: <http://www.bibliocomplectator.ru/available>;

Научная электронная библиотека <http://elibrary.ru>;

ЭБС Университетская библиотека онлайн «Директ-Медиа» <http://www.biblioclub.ru/>;

зональная научная библиотека (УрФУ) - <http://lib2.urfu.ru/>

электронная библиотека MYBRARY - <http://mybrary.ru/>

справочно-библиографическая система - <http://search.ebscohost.com/>

Электронные информационные ресурсы Российской государственной библиотеки (<https://www.rsl.ru/>)

Университетская информационная система Россия (<http://www.cir.ru>)

### **3. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ**

#### **Психология здоровья**

#### **Сведения об оснащении дисциплины специализированным и лабораторным оборудованием и программным обеспечением**

Таблица 3.1

<b>№ п/п</b>	<b>Виды занятий</b>	<b>Оснащенность специальных помещений и помещений для самостоятельной работы</b>	<b>Перечень лицензионного программного обеспечения</b>
1	Лекции	Мебель аудиторная с количеством рабочих мест в соответствии с количеством студентов Рабочее место преподавателя Доска аудиторная Периферийное устройство Подключение к сети Интернет	Операционная система Windows; Браузер Google Chrome или ему подобный; Adobe Reader; Пакет приложений Microsoft Office.
2	Практические занятия	Мебель аудиторная с количеством рабочих мест в соответствии с количеством студентов Рабочее место преподавателя Доска аудиторная Периферийное устройство	Операционная система Windows; Браузер Google Chrome или ему подобный; Adobe Reader; Пакет приложений Microsoft Office.

		Подключение к сети Интернет	
3	Текущий контроль и промежуточная аттестация	Мебель аудиторная с количеством рабочих мест в соответствии с количеством студентов Рабочее место преподавателя Доска аудиторная Подключение к сети Интернет	Операционная система Windows; Браузер Google Chrome или ему подобный; Adobe Reader; Пакет приложений Microsoft Office.
4	Самостоятельная работа студентов	Мебель аудиторная с количеством рабочих мест в соответствии с количеством студентов Подключение к сети Интернет	Операционная система Windows; Браузер Google Chrome или ему подобный; Adobe Reader; Пакет приложений Microsoft Office.
5	Консультации	Мебель аудиторная с количеством рабочих мест в соответствии с количеством студентов Рабочее место преподавателя Доска аудиторная Подключение к сети Интернет	Операционная система Windows; Браузер Google Chrome или ему подобный; Adobe Reader; Пакет приложений Microsoft Office.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**  
**Психология личностного роста**

Рабочая программа дисциплины составлена авторами:

<b>№ п/п</b>	<b>Фамилия Имя Отчество</b>	<b>Ученая степень, ученое звание</b>	<b>Должность</b>	<b>Подразделение</b>
1	Борисов Георгий Игоревич	без ученой степени, без ученого звания	Старший преподаватель	общей и социальной психологии
2	Виндекер Ольга Сергеевна	кандидат психологических наук, доцент	Доцент	педагогике и психологии образования

**Рекомендовано учебно-методическим советом института Уральский гуманитарный институт**

Протокол № 33.00-08/22 от 08.02.2021 г.

# 1. СОДЕРЖАНИЕ И ОСОБЕННОСТИ РЕАЛИЗАЦИИ ДИСЦИПЛИНЫ

Авторы:

- Борисов Георгий Игоревич, Старший преподаватель, общей и социальной психологии
- Виндекер Ольга Сергеевна, Доцент, педагогики и психологии образования

## 1.1. Технологии реализации, используемые при изучении дисциплины модуля

- Традиционная (репродуктивная) технология
- Разноуровневое (дифференцированное) обучение
  - Базовый уровень

*\*Базовый I уровень – сохраняет логику самой науки и позволяет получить упрощенное, но верное и полное представление о предмете дисциплины, требует знание системы понятий, умение решать проблемные ситуации. Освоение данного уровня результатов обучения должно обеспечить формирование запланированных компетенций и позволит обучающемуся на минимальном уровне самостоятельности и ответственности выполнять задания;*

*Продвинутый II уровень – углубляет и обогащает базовый уровень как по содержанию, так и по глубине проработки материала дисциплины. Это происходит за счет включения дополнительной информации. Данный уровень требует умения решать проблемы в рамках курса и смежных курсов посредством самостоятельной постановки цели и выбора программы действий. Освоение данного уровня результатов обучения позволит обучающемуся повысить уровень самостоятельности и ответственности до творческого применения знаний и умений.*

## 1.2. Содержание дисциплины

Таблица 1.1

Код раздела, темы	Раздел, тема дисциплины*	Содержание
P1	Феноменология роста личности	<p>Личностный рост как актуализация человеческого потенциала.</p> <p>Постоянное развитие, направленное на реализацию своих возможностей в деятельности и общении – основной способ существования личности.</p> <p>Личность как субъект самосознания: образ «Я», самооценка, уровень притязаний, самоуважение.</p> <p>Различные аспекты развития личности:</p> <p>Познавательное развитие. Качественные и количественные изменения в познавательной сфере человека в процессе роста и развития, формирование определенного представления о мире, о своем месте в нем. Локус контроля как результат восприятия человеком собственного поведения и его последствий, как склонность человека приписывать ответственность за результаты своей деятельности внешним силам (экстернального, внешний локус контроля) или же собственным способностям и усилием (интернальный).</p> <p>Развитие самосознания. Рефлексия – процесс самосознания субъектом внутренних психических основ и состояний, процесс самоанализа. Развитие способности к рефлексии.</p>

		<p>«Расширение» сознания: включение в область осознаваемого большего количества жизненных функций, привычек, психических состояний человека.</p> <p>«Узость» сознания как идентификации человека своего «Я».</p> <p>«Расширение» сознания как элемент не директивной психотерапии, предполагает развитие способности к самосознанию, рефлексии.</p> <p>Автономия как владение собой, определение собственной судьбы, принятие ответственности за свои действия и чувства, свободу выбора способа поведения, уместно в данной ситуации. Способность принятия сознательного решения в отношении себя,</p> <p>несмотря на наследственность и окружающее влияние.</p> <p>Автономная личность по Э. Берну: «Проявление или восстановление трех способностей: осознания, спонтанности, искренности (конгруэнтность, аутентичность).</p>
<p><b>P2</b></p>	<p>Личностный рост как актуализация человеческого потенциала</p>	<p>Индивидуация – процесс личностного развития в сторону целостности. Теория типов личности, разработанная К. Юнгом, Аттitudes: интроверсия и экстраверсия.</p> <p>Индивидуация как «путь к личности» или «самореализация», процесс достижения целостности, стремления к большей свободе. Препятствие росту по К. Юнгу.</p> <p>Психологический рост в теории А. Адлера. Взгляды А. Адлера на проблему «как жить конструктивно в окружающем нас мире».</p> <p>Препятствия роста: органическая неполноценность и заброшенность в детстве. Адлеровский подход к неврозам. Влияние теории Адлера на современную консультативную практику.</p> <p>Психологическое совершенствование по В. Райху. Препятствия к совершенствованию.</p> <p>Силы, поддерживающие и ограничивающие личное развитие по У. Джеймсу.</p>
<p><b>P3</b></p>	<p>Мотивация к изменению и актуализации</p>	<p>Самоактуализация – стремление человека к росту, развитию, самостоятельности, самовыражению, активизация всех возможностей. Клиент – центрированная терапия К. Роджерса. Полноценно функционирующая личность – личность, находящаяся в процессе изменения. Цель человека – стать самим собой. Фасад и реальное «Я». Открытость опыту, открытость осознанию своих собственных чувств и отношений.</p> <p>Понятие самоактуализации по А. Маслоу. Основные характерные черты самоактуализирующихся людей: креативность, непосредственность, смелость и упорная работа. Портрет психологически здорового человека по А. Маслоу. «Терапия основных потребностей и терапия «сути» (insight). Невроз как</p>

		преграда врожденного стремления к самоактуализации.
<b>P4</b>	Тенденция к самореализации (К. Роджерс)	«Я-концепция» как совокупность установок на себя. Когнитивная, эмоционально-оценочная, поведенческая составляющая.  Я-образ и Я-концепция. Я-образ – представление индивида о самом себе. Самооценка как аффективная оценка этого представления. Потенциальное поведение, которое может быть вызвано образом Я.  Методика консультирования, предусматривающая изменение Я-концепции.
<b>P5</b>	Самоотношение и Я-концепция личности	Программа консультативной помощи клиентам с нарушениями структуры самосознания.  Снятие неуверенности в себе.  Самосознание – относительно устойчивая, более или менее осознанная структура представления индивидуума о самом себе, включаются притязания на признание своего «Я», своего имени, своей внутренней психической сущности и внешних физических данных, притязаний на социальное признание, своей сущности.
<b>P6</b>	Программа саморегуляции при нарушениях самосознания	Характеристика основных упражнений. Общая цель тренинга на развитие уверенности в себе. Конкретные задачи тренинга. Принципы, лежащие в основе тренинговой программы. Формы проведения тренинга. Формы промежуточного и окончательного контроля.

### 1.3. Направление, виды воспитательной деятельности и используемые технологии

Таблица 1.2

Направление воспитательной деятельности	Вид воспитательной деятельности	Технология воспитательной деятельности	Компетенция	Результаты обучения
Воспитание навыков жизнедеятельности в условиях глобальных вызовов и неопределенностей	целенаправленная работа с информацией для использования в практических целях	Технология формирования уверенности и готовности к самостоятельной профессиональной деятельности	ПК-8 - Способен выявлять возможности (ресурсы) сотрудников с учетом развития личности, половозрастных особенностей и факторов риска в выполняемой профессиональной служебной деятельности	П-1 - Разрабатывать рекомендации по раскрытию возможностей (ресурсов) сотрудников с учетом особенностей развития личности, половозрастных особенностей и факторов риска в выполняемой



1.4. Программа дисциплины реализуется на государственном языке Российской Федерации .

## 2. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

### Психология личностного роста

#### Электронные ресурсы (издания)

1. , Гиппенрейтер, Ю. Б., Пузырей, А. А.; Психология личности : сборник текстов.; Директ-Медиа, Москва; 2008; <http://biblioclub.ru/index.phppage=book&id=39221> (Электронное издание)
2. Багадирова, С. К.; Материалы к курсу "Психология личности" : учебное пособие. 1. Раздел "Теории личности"; Директ-Медиа, Москва; 2014; <http://biblioclub.ru/index.phppage=book&id=232087> (Электронное издание)
3. Багадирова, С. К.; Материалы к курсу "Психология личности" : учебное пособие. 2. Раздел "Теории личности"; Директ-Медиа, Москва; 2014; <http://biblioclub.ru/index.phppage=book&id=232088> (Электронное издание)
4. Габдулина, Л. И.; Аксиологическая психология личности: теория и практика : учебное пособие.; Издательство Южного федерального университета, Ростов-на-Дону|Таганрог; 2017; <http://biblioclub.ru/index.phppage=book&id=493050> (Электронное издание)
5. Обухова, Ю. В.; Практическая психология личности: драматические и игровые техники в работе психолога : учебное пособие.; Издательство Южного федерального университета, Ростов-на-Дону|Таганрог; 2018; <http://biblioclub.ru/index.phppage=book&id=499916> (Электронное издание)
6. Гуревич, П. С.; Психология личности : учебное пособие.; Юнити, Москва; 2015; <http://biblioclub.ru/index.phppage=book&id=118128> (Электронное издание)
7. Мандель, Б. Р.; Психология развития (детство, юность, молодость): история и проблематика : учебное пособие для обучающихся в системе среднего профессионального образования.; Директ-Медиа, Москва|Берлин; 2018; <http://biblioclub.ru/index.phppage=book&id=482993> (Электронное издание)

#### Печатные издания

1. Аксенова, Ю. А.; Символы мироустройства в сознании детей; Деловая книга, Екатеринбург; 2000 (5 экз.)
2. Крэйн, У.; Теории развития. Секреты формирования личности; Прайм-ЕВРОЗНАК, Санкт-Петербург; 2002 (3 экз.)
3. Рогалева, Л. Н., Малкин, В. Р.; Психология развития : учеб. пособие.; УГТУ-УПИ, Екатеринбург; 2008 (4 экз.)
4. Бакирова, Г. Х.; Психология развития и мотивации персонала : учеб. пособие для студентов вузов, обучающихся по специальностям "Психология" (030301), "Менеджмент организации" (080507), "Упр. персоналом" (080505.); ЮНИТИ, Москва; 2009 (5 экз.)

#### Профессиональные базы данных, информационно-справочные системы

1. Международная база цитирований Web of Science - <https://apps.webofknowledge.com/>
2. Международная база цитирований Scopus - <https://www.scopus.com/>

3. Электронный научный архив УрФУ - <http://elar.urfu.ru/>
4. Российская государственная библиотека (Москва) – РГБ <http://www.rsl.ru/>
5. Российская национальная библиотека (Санкт-Петербург) - <http://www.nlr.ru/>
6. Свердловская областная универсальная научная библиотека им. В.Г. Белинского - [http://book.uraic.ru/el\\_library](http://book.uraic.ru/el_library)

### **Материалы для лиц с ОВЗ**

Весь контент ЭБС представлен в виде файлов специального формата для воспроизведения синтезатором речи, а также в тестовом виде, пригодном для прочтения с использованием экранной лупы и настройкой контрастности.

### **Базы данных, информационно-справочные и поисковые системы**

IPRbooks: <http://www.iprbookshop.ru/>;

Библиокомплектатор: <http://www.bibliocomplectator.ru/available>;

Научная электронная библиотека <http://elibrary.ru>;

ЭБС Университетская библиотека онлайн «Директ-Медиа» <http://www.biblioclub.ru/>;

зональная научная библиотека (УрФУ) - <http://lib2.urfu.ru/>

электронная библиотека MYBRARY - <http://mybrary.ru/>

справочно-библиографическая система - <http://search.ebscohost.com/>

Электронные информационные ресурсы Российской государственной библиотеки (<https://www.rsl.ru/>)

Университетская информационная система Россия (<http://www.cir.ru>)

## **3. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ**

### **Психология личностного роста**

**Сведения об оснащённости дисциплины специализированным и лабораторным оборудованием и программным обеспечением**

Таблица 3.1

№ п/п	Виды занятий	Оснащённость специальных помещений и помещений для самостоятельной работы	Перечень лицензионного программного обеспечения
1	Лекции	Мебель аудиторная с количеством рабочих мест в соответствии с количеством студентов  Рабочее место преподавателя	Операционная система Windows;  Браузер Google Chrome или ему подобный;  Adobe Reader;

		<p>Доска аудиторная</p> <p>Периферийное устройство</p> <p>Подключение к сети Интернет</p>	<p>Пакет приложений Microsoft Office.</p>
2	Практические занятия	<p>Мебель аудиторная с количеством рабочих мест в соответствии с количеством студентов</p> <p>Рабочее место преподавателя</p> <p>Доска аудиторная</p> <p>Периферийное устройство</p> <p>Подключение к сети Интернет</p>	<p>Операционная система Windows;</p> <p>Браузер Google Chrome или ему подобный;</p> <p>Adobe Reader;</p> <p>Пакет приложений Microsoft Office.</p>
3	Текущий контроль и промежуточная аттестация	<p>Мебель аудиторная с количеством рабочих мест в соответствии с количеством студентов</p> <p>Рабочее место преподавателя</p> <p>Доска аудиторная</p> <p>Подключение к сети Интернет</p>	<p>Операционная система Windows;</p> <p>Браузер Google Chrome или ему подобный;</p> <p>Adobe Reader;</p> <p>Пакет приложений Microsoft Office.</p>
4	Самостоятельная работа студентов	<p>Мебель аудиторная с количеством рабочих мест в соответствии с количеством студентов</p> <p>Подключение к сети Интернет</p>	<p>Операционная система Windows;</p> <p>Браузер Google Chrome или ему подобный;</p> <p>Adobe Reader;</p> <p>Пакет приложений Microsoft Office.</p>
5	Консультации	<p>Мебель аудиторная с количеством рабочих мест в соответствии с количеством студентов</p> <p>Рабочее место преподавателя</p> <p>Доска аудиторная</p> <p>Подключение к сети Интернет</p>	<p>Операционная система Windows;</p> <p>Браузер Google Chrome или ему подобный;</p> <p>Adobe Reader;</p> <p>Пакет приложений Microsoft Office.</p>