



МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ
ФЕДЕРАЦИИ
ФГБОУ ВО «ИРКУТСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ ИНСТИТУТ

Кафедра психодиагностики и практической психологии

УТВЕРЖДАЮ
Директор _____ А. В. Семиров

17 июня 2021 г.



Рабочая программа дисциплины (модуля)

Наименование дисциплины (модуля) - *Б1.В.04 Психология самосознания, самопознания и самопрезентации*

Направление подготовки - *44.03.02 - Психолого-педагогическое образование*

Направленность (профиль) подготовки - *Психология личности*

Квалификация (степень) выпускника - *Бакалавр*

Форма обучения – *заочная*

Согласована с УМС ПИ ИГУ

Протокол № 10 от «15» июня 2021 г.

Председатель _____ М.С. Павлова

Рекомендовано кафедрой:

Протокол № 6
от «10» июня 2021 г.

Зав. кафедрой _____ Петров В.Г.

Иркутск 2021 г.

1. Цели и задачи дисциплины:

Цель: формирование способности к рефлексии своей профессиональной деятельности.

Задачи:

1. Формирование способности к рефлексии способов и результатов своих профессиональных действий.
2. Формирование психологической готовности будущего специалиста к профессиональной деятельности.

2. Место дисциплины в структуре ОПОП:

Дисциплина «Психология самосознания, саморазвития и саморегуляции» является обязательной дисциплиной профессионального цикла ООП вариативной его части на 1 курсе во втором семестре.

Для освоения данной дисциплины необходимы знания, умения и готовности обучающегося, приобретенные в результате освоения дисциплины «Введение в психолого-педагогическую деятельность».

Знания, полученные в результате изучения дисциплины «Психология самосознания, саморазвития и саморегуляции» будут в дальнейшем необходимы при изучении следующих дисциплин: «Профилактика и коррекция профессионального стресса», «Профилактика и коррекция учебного стресса», «Психология духовно-нравственного развития», «Психология отклоняющегося поведения и его коррекция», а также при прохождении практики по получению профессиональных умений и опыта профессиональной деятельности и государственной итоговой аттестации.

3. Требования к результатам освоения дисциплины:

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций:

ПК – 25 – способностью к рефлексии способов и результатов своих профессиональных действий.

ПК – 29 - способностью формировать психологическую готовность будущего специалиста к профессиональной деятельности.

В результате изучения дисциплины студент должен:

Знать:

- значение рефлексии для саморазвития и развития умений саморегуляции (ПК – 25);
- основы специфики психического функционирования человека (ПК – 29).

Уметь:

- осуществлять саморазвитие в процессе своих профессиональных действий (ПК – 25);
- выявлять особенности психического функционирования человека с учетом особенностей возрастных этапов (ПК – 29).

Владеть:

- методами рефлексии способов и результатов своих профессиональных действий (ПК – 25);
- навыками психолого-педагогического сопровождения (ПК – 29).

1.4. Саморегуляция в профессиональной деятельности психолога. Самоменеджмент психолога.

Особенности профессиональной деятельности психолога. Психические состояния психолога как одно из важнейших условий его труда. Источники напряженности в практике работы психолога и их анализ. Связь продуктивности профессиональной деятельности с умением использовать адекватные приемы и способы саморегуляции. Самоменеджмент как самоуправление, самоорганизация своей профессиональной деятельности.

Раздел 2. Самосознание и его роль в рефлексии и саморегуляции личности

2.1. Общая характеристика самосознания личности. Самосознание личности как ключевая проблема психологической науки. Зарубежные концепции самосознания личности. Отечественные концепции самосознания личности. Самосознание как ориентировка человека в собственной личности, осознание себя как «Я». Структура самосознания личности и роль его составляющих в рефлексии и саморегуляции личности.

2.2. Роль составляющих самосознания личности в самопознании и рефлексии своей деятельности.

Я-концепция и Я-образ как составляющие самосознания личности. Самоотношение как эмоционально-оценочная подсистема самосознания и его роль в самопознании, рефлексии и саморегуляции личности. Самооценка и уровень притязаний как составляющие самосознания личности. Уровень притязаний как реализации самооценки личности. Психологические защиты как составляющая самосознания личности. Локус контроля как составляющая самосознания личности.

2.3. Рефлексия как необходимое условие саморегуляции в профессиональной деятельности. Сущность процессов самопознания и рефлексии как начального этапа саморегуляции активности. Рефлексия в саморегуляции как осознание собственных состояний, причин их возникновения и возможностей изменения. Рефлексия своей деятельности как основа развития способностей к самосовершенствованию и саморазвитию.

Раздел 3. Психология саморазвития и организация работы по саморазвитию личности

Тема 3.1. Теоретические подходы к пониманию саморазвития личности.

Исторический обзор становления категории «саморазвитие» личности. Направленность на саморазвитие личности как характерная черта отечественной и зарубежной терапии. Особенности работы по саморазвитию в рамках гуманистической психотерапии. Специфика работы по саморазвитию в рамках гештальттерапии. Методы и техники саморазвития в рамках других направлений психотерапии.

Тема 3.2. Психология саморазвития.

Общая характеристика саморазвития. Проблемы саморазвития личности в психологии. Характеристика и признаки саморазвития. Саморазвитие и жизненный путь личности. Саморазвитие как процесс. Формы саморазвития: самоутверждение, самосовершенствование, актуализация. Самопринятие и самопрогнозирование как механизм саморазвития. Психологические механизмы, барьеры и этапы процесса саморазвития. Типичные трудности самопознания и саморазвития.

Тема 3.3. Формы работы по саморазвитию личности.

Индивидуальные формы работы по саморазвитию личности. Групповые формы работы по саморазвитию личности. Структура программы по саморазвитию личности: цель, задачи, блоки, используемые методы и техники. Структура занятия по саморазвитию личности. Методы и техники по саморазвитию личности, используемые в разных частях занятия по саморазвитию личности.

Тема 3.4. Профессиональное саморазвитие и саморегуляция психолога.

Общая характеристика личности и профессиональной компетентности психолога. Особенности процесса саморазвития психолога. Общая характеристика профессионального самосознания психолога. Структурная модель саморазвития психолога. Психологические особенности профессионального саморазвития психолога. Барьеры саморазвития психолога. Психолого-педагогическая поддержка профессионального саморазвития

5.2 Разделы дисциплины и междисциплинарные связи с обеспечиваемыми (последующими) дисциплинами

№ п/п	Наименование обеспечиваемых (последующих) дисциплин	№№ разделов и тем данной дисциплины, необходимых для изучения обеспечиваемых (последующих) дисциплин								
		1.1	1.2	1.3	1.4	2.1	2.2	2.3	3.3	3.4
1.	«Профилактика и коррекция профессионального стресса»	1.1	1.2	1.3	1.4	2.1	2.2	2.3	3.3	3.4
2	«Профилактика и коррекция учебного стресса»	1.1	1.2	1.3	1.4	2.1	2.2	2.3	3.3	3.4
3	«Психология духовно-нравственного развития»	1.1	1.2	1.3	1.4	2.1	2.2	2.3	3.3	3.4
4	«Психология отклоняющегося поведения и его коррекция»	1.1	1.2	1.3	1.4	2.1	2.2	2.3	3.3	3.4
5	Практика по получению профессиональных умений и опыта профессиональной деятельности, государственная итоговая аттестация.	1.1	1.2	1.3	1.4	2.1	2.2	2.3	3.3	3.4

5.3. Разделы и темы дисциплин и виды занятий

№ п/п	Наименование раздела и темы дисциплины	Лекц.	Пр/Сем зан.	СРС	Всего
	Раздел 1. Саморегуляция как системная и всеобщая форма психической активности.	8	16	4	28
1	1.1. Саморегуляция как один из уровней регуляции активности человека. Развитие научных представлений о саморегуляции личности. Современные подходы к саморегуляции личности.	2	4	1	7
2	1. 2. Сущность процесса саморегуляции. Способы и приемы саморегуляции личности.	2	4	1	7
3	1.3. Методы саморегуляции.	2	4	1	7
4	1.4. Саморегуляция в профессиональной деятельности психолога. Самоменеджмент психолога.	2	4	1	7
	Раздел 2. Самосознание и его роль в рефлексии и саморегуляции личности	12	24	8	44
5	2.1. Общая характеристика самосознания личности.	2	4	1	7
6	2.2. Роль составляющих самосознания	2	4	1	7

	личности в самопознании и рефлексии своей деятельности.				
7	2.3. Рефлексия как необходимое условие саморегуляции в профессиональной деятельности.	2	4	1	7
	Раздел 3. Психология саморазвития и организация работы по саморазвитию личности				
	3.1. Теоретические подходы к пониманию саморазвития личности.	2	2	1	5
	3.2. Психология саморазвития.	2	2	1	5
	3.3. Формы работы по саморазвитию личности.	2	4	1	7
	3.4. Профессиональное саморазвитие и саморегуляция психолога.		4	2	6
8	Экзамен				36
9	ВСЕГО	20	40	12	108

6. Перечень практических занятий

№ п/п	№ раздела и темы дисциплины	Наименование практических работ	Трудоемкость очное (часы)	Оценочные средства	Формируемые компетенции
1	Раздел 1 Тема 1.1.	Саморегуляция как один из уровней регуляции активности человека. Развитие научных представлений о саморегуляции личности. Современные подходы к саморегуляции личности.	4	учебные индивидуальные и групповые задания в ходе практических занятий	ПК-25
2	Раздел 1 Тема 1.2.	Сущность процесса саморегуляции. Способы и приемы саморегуляции личности.	4	учебные индивидуальные и групповые задания в ходе практических занятий	ПК-25
3	Раздел 1 Тема 1.3.	Методы саморегуляции.	4	учебные индивидуальные и групповые задания в ходе практических занятий	ПК-25
4	Раздел 1 Тема 1.4.	Саморегуляция в профессиональной деятельности психолога. Самоменеджмент психолога.	4	учебные индивидуальные и групповые задания в ходе практических занятий	ПК-25
5	Раздел 2 Тема 2.1.	Общая характеристика самосознания личности.	4	учебные индивидуальные и групповые задания в ходе практических занятий	ПК-29
6	Раздел 2 Тема 2.2.	Роль составляющих самосознания личности в самопознании и рефлексии своей деятельности.	4	учебные индивидуальные и групповые задания в ходе практических занятий	ПК-29

7	Раздел 2 Тема 2.3.	Рефлексия как необходимое условие саморегуляции в профессиональной деятельности.	4	учебные индивидуальные и групповые задания в ходе практических занятий	ПК-29
8	Раздел 3 Тема 3.1.	Теоретические подходы к пониманию саморазвития личности.	2		ПК-29
9	Раздел 3 Тема 3.2.	Психология саморазвития.	2		ПК-29
10	Раздел 4 Тема 3.3.	Формы работы по саморазвитию личности.	4		ПК-29
11	Раздел 3 Тема 3.4.	Профессиональное саморазвитие и саморегуляция психолога.	4		ПК-29

6.1. План самостоятельной работы студентов

№ нед.	Тема	Вид самостоятельной работы	Задание	Рекомендуемая литература	Количество часов
Раздел 1. Саморегуляция как системная и всеобщая форма психической активности.					
1-2 не- де- ля	1.1. Саморегуляция как один из уровней регуляции активности человека. Развитие научных представлений о саморегуляции личности. Современные подходы к саморегуляции личности.	Эссе, коллаж, таблица сравнительного анализа, решение задач	Написание эссе на тему: «Значение данного курса для профессиональной подготовки психолога». Рефлексия своих умений саморегуляции, составление коллажа «Моя саморегуляция». Проведение сравнительного анализа современных концепций саморегуляции, систематизация в виде таблицы. Решение задач. Форма отчета – представить в письменном виде преподавателю.	Киселевская, Нина Алексеевна. Стили саморегуляции учебной деятельности и их формирование у студентов вуза [Текст] : монография / Н. А. Киселевская ; Вост.-Сиб. гос. акад. образования. - Иркутск : Изд-во ВСГАО, 2013.	1
3-5 не- де- ли	1. 2. Сущность процесса саморегуляции. Способы и приемы само-	Доклад, опорной графическая схема, табли-	Подготовка к групповой дискуссии по теме: «Значение саморегуляции для жизнедеятельности и	Киселевская, Нина Алексеевна. Стили саморегуляции учебной деятельно-	1

	регуляции личности.	ца, диагностика умений, решение задач	<p>профессиональной деятельности человека».</p> <p>Форма отчета - участие в дискуссии.</p> <p>Составление опорной графической схемы по теме: «Сущность саморегуляции» с текстовыми пояснениями.</p> <p>Составление классификации способов и приемов саморегуляции в виде таблицы со столбцами: суть, достоинства, недостатки, специфика применения.</p> <p>Проведение диагностики умений саморегуляции и написание заключения для одного испытуемого.</p> <p>Решение задач.</p> <p>Форма отчета – представить в письменном виде преподавателю</p>	сти и их формирование у студентов вуза [Текст] : монография / Н. А. Киселевская ; Вост.-Сиб. гос. акад. образования. - Иркутск : Изд-во ВСГАО, 2013.	
6-9 недели	1.3. Методы саморегуляции.	Таблица, доклад, структурированный дневник, решение задач	<p>Составление классификации методов саморегуляции в виде таблицы со столбцами: суть, достоинства, недостатки, специфика применения.</p> <p>Подготовка доклада и мультимедиапрезентации по одному из методов саморегуляции.</p> <p>Форма отчета – выступление с докладом на занятии.</p> <p>Составление структурированного дневника по результатам овладения способами и методами саморегуляции в течение 6 недель в виде таб-</p>	Киселевская, Нина Алексеевна. Стили саморегуляции учебной деятельности и их формирование у студентов вуза [Текст] : монография / Н. А. Киселевская ; Вост.-Сиб. гос. акад. образования. - Иркутск : Изд-во ВСГАО, 2013.	1

			<p>лицы со столбцами: способ/метод саморегуляции, выбранный для овладения; временной интервал и ситуация применения способа/метода саморегуляции; рефлексия результатов применения способа/метода саморегуляции; оценка развития способности осуществлять саморегуляцию с помощью данного способа/метода.</p> <p>Решение задач.</p> <p>Форма отчета – представить в письменном виде преподавателю.</p>		
10-11 недели	<p>1.4. Саморегуляция в профессиональной деятельности психолога. Самоменеджмент психолога.</p>	<p>Эссе, карточка упражнений, разработка задач и кейсов, решение задач</p>	<p>Написание эссе на тему: «Саморегуляция и профессиональная деятельность человека». Составление карточки упражнений для развития умений саморегуляции.</p> <p>Написание эссе: «Способы и методы саморегуляции: мой выбор».</p> <p>Разработка задач и кейсов по темам раздела.</p> <p>Решение задач.</p> <p>Форма отчета – представить в письменном виде преподавателю.</p>	<p>Семенова, Анастасия Анатольевна. Саморегуляция в профессиональной деятельности [Текст] : учеб.-метод. пособие / А. А. Семенова ; Вост.-Сиб. гос. акад. образования. - Иркутск : Изд-во ВСГАО, 2011. - 76 с.</p>	4
Раздел 2. Самосознание и его роль в рефлексии и саморегуляции личности.					
12 недели	<p>2.1. Общая характеристика самосознания личности.</p>	<p>Контрольная работа</p>	<p>Решение задач.</p> <p>Форма отчета – представить в письменном виде преподавателю.</p>	<p>Семенова, Анастасия Анатольевна. Саморегуляция в профессиональной деятельности [Текст] : учеб.-</p>	1

				метод. пособие / А. А. Семенова ; Вост.-Сиб. гос. акад. образования. - Иркутск : Изд-во ВСГАО, 2011. - 76 с.	
13 не- де- ли	2.2. Роль составляющих самосознания личности в самопознании и рефлексии своей деятельности.	Контрольная работа	Проведение диагностики рефлексивных умений и написание заключения для одного испытуемого. Провести рефлексию своей деятельности в ходе изучения данного курса, используя предложенный преподавателем алгоритм. Составление структурированного дневника по результатам рефлексии своей деятельности в течение 3-х недель в виде таблицы со столбцами: вид деятельности, временной интервал, используемые способы деятельности, результаты деятельности, психические состояния, сопровождающие деятельность, используемые способы и методы саморегуляции. Решение задач.	Семенова, Анастасия Анатольевна. Саморегуляция в профессиональной деятельности [Текст] : учеб.-метод. пособие / А. А. Семенова ; Вост.-Сиб. гос. акад. образования. - Иркутск : Изд-во ВСГАО, 2011. - 76 с.	4
14- 15 не- де- ли	2.3. Рефлексия как необходимое условие саморегуляции в профессиональной деятельности.	Эссе, решение задач	Написание эссе: «Роль непрерывного самообразования в профессиональной деятельности». Разработка задач и кейсов по темам раздела. Решение задач. Форма отчета – представить в письменном виде преподавателю.	Семенова, Анастасия Анатольевна. Саморегуляция в профессиональной деятельности [Текст] : учеб.-метод. пособие / А. А. Семенова ; Вост.-Сиб. гос. акад. образования. - Иркутск : Изд-во ВСГАО,	1

				2011. - 76 с.	
Раздел 3. Психология саморазвития и организация работы по саморазвитию личности					
16 не- де- ля	3.1. Теоретические подходы к пониманию саморазвития личности.	Эссе, решение задач	Написание эссе: «Роль непрерывного самообразования в саморазвитии личности». Составление плана самообразования на следующие 10 лет профессиональной жизни. Составление плана саморазвития на следующие 10 лет. Разработка задач и кейсов по темам раздела. Решение задач. Форма отчета – представить в письменном виде преподавателю.	Пузиков, Василий Григорьевич. Технология ведения тренинга [Текст] / В. Г. Пузиков. - СПб.: Речь, 2010. - 213 с. 15 экз.	1
17 не- де- ля	3.2. Психология саморазвития.	Таблица, ментальная карта	Проведение сравнительного анализа современных концепций саморазвития, систематизация в виде таблицы. Составление ментальной карты на тему «Саморазвитие личности».	Пузиков, Василий Григорьевич. Технология ведения тренинга [Текст] / В. Г. Пузиков. - СПб.: Речь, 2010. - 213 с. 15 экз.	1
18 не- де- ля	3.3. Формы работы по саморазвитию личности.	заключение, памятка	Проведение диагностики стремления личности к саморазвитию, написание заключения для одного испытуемого. Составление памятки или методического пособия на тему: «Психологические рекомендации для людей, стремящихся к саморазвитию».	Пузиков, Василий Григорьевич. Технология ведения тренинга [Текст] / В. Г. Пузиков. - СПб.: Речь, 2010. - 213 с. 15 экз.	2
19 не- де- ля	3.4. Профессиональное саморазвитие и саморегуляция психолога.	Коллаж, анализ коллажа	Составление коллажа на тему: «Моя саморегуляция и саморазвитие»	Пузиков, Василий Григорьевич. Технология ведения тренинга [Текст] / В. Г.	2

				Пузиков. - СПб.: Речь, 2010. - 213 с. 15 экз.	
--	--	--	--	---	--

6.2. Методические указания по организации самостоятельной работы студентов

Самостоятельная работа организуется с целью формирования общекультурных компетенций (предусмотренных данной программой), понимаемых как способность применять знания, умения и личностные качества.

Основные формы организации СР:

Аудиторная СР под методическим руководством преподавателя на практических занятиях.

Внеаудиторная СР под методическим руководством и контролем преподавателя, но без его непосредственного участия при подготовке к аудиторным занятиям, текущим и промежуточным формам контроля.

Виды СР обучающихся:

1. Методические рекомендации студентам по изучению рекомендованной литературы. Изучение дисциплины следует начинать с проработки настоящей рабочей программы, особое внимание, уделяя целям и задачам, структуре и содержанию дисциплины. Для подготовки к занятиям, текущему контролю и промежуточной аттестации студенты могут воспользоваться электронной библиотекой ВУЗа, они имеют возможность получить доступ к учебно-методическим материалам как библиотеки ВУЗа, так и иных электронных библиотечных систем. В свою очередь, студенты могут взять на дом необходимую литературу на абонементе вузовской библиотеки, а также воспользоваться читальными залами вуза.

2. Подготовка к семинарскому занятию на основе изучения научной и учебной литературы. Изучение дисциплины следует начинать с проработки настоящей рабочей программы, особое внимание, уделяя целям и задачам, структуре и содержанию дисциплины. Для подготовки к занятиям, текущему контролю и промежуточной аттестации студенты могут воспользоваться электронной библиотекой ВУЗа, они имеют возможность получить доступ к учебно-методическим материалам как библиотеки ВУЗа, так и иных электронных библиотечных систем. В свою очередь, студенты могут взять на дом необходимую литературу на абонементе вузовской библиотеки, а также воспользоваться читальными залами вуза.

3. Подготовка доклада.

Доклад сопровождается мультимедийной презентацией, сделанной в MS PowerPoint. Регламент выступления – 7 минут. Композиция выступления – вступление (установить контакт с аудиторией, вызвать интерес к теме выступления), основная часть (последовательно разъяснить выдвинутые положения, доказать их правильность, подвести слушателей к необходимым выводам), заключение (обобщить сказанное, повысить интерес к предмету выступления, подчеркнуть значение сказанного). Мультимедийная презентация представлена 10-12 слайдами: титульный слайд содержит общую информацию (название темы, Ф.И. автора презентации, время её создания; заключительный слайд содержит информацию об использованных источниках; текст слайдов строится на использовании ключевых слов и фраз (комментарии докладчика должны соответствовать слайду); один слайд – одна мысль; факты – только самые существенные. Размер шрифта и объектов, их расположение должны позволять использовать пространство слайдов максимально эффективно. Заглавные буквы – для заголовков или для выделения особенно важного, жирный шрифт – для подзаголовков, строчные буквы – для основного текста, 30 букв или цифр на одну строчку, 6-8 строчек на слайде, выравнивание преимущественно по левому краю. Текст слайдов должен быть тщательно отредактирован. Использование графики, звуковых эффектов и эффектов анимации должно иллюстрировать устное выступление и не отвлекать внимание слушателей.

Критерии оценивания доклада: соответствие содержания выступления теме доклада; выступающий не зачитывает информацию с экрана; в выступлении дополняются и раскрываются ключевые моменты, представленные в слайдах; материал представлен в хорошо структуриро-

ванном виде; выступающий демонстрирует высокий уровень владения материалом, в том числе при ответе на вопросы; общее оформление презентации соответствует предъявляемым требованиям и теме доклада; выступающий точно укладывается в рамки регламента.

4. Написание эссе.

Эссе – вид письменной работы, отражающий индивидуальное рассуждение и мнение автора по конкретному вопросу. В процессе написания эссе важно продемонстрировать: умение осмыслить конкретную проблему и сформулировать в связи с ней определённую позицию, умение самостоятельно проводить поиск литературы по определённой тематике, умение на основании прочитанного материала по определённой проблеме проанализировать конкретную ситуацию, умение аргументированно изложить свою позицию по определённому вопросу, умение правильно оформлять цитаты и ссылки на литературу. В качестве литературных источников используются преимущественно монографии и журнальные статьи (вышедшие за последние 5-7 лет). Объём эссе – 7-8 страниц, включая титульный лист и список литературы. В содержании эссе могут быть проанализированы конкретный случай (взятый из литературы, кинофильмов, общественной жизни или собственного опыта) или проблема, не имеющая очевидного ответа и предложить свой вариант её решения и представлен критический анализ какого-либо значимого для понимания определённой темы тезиса. Эссе не имеет жёстко заданной структуры, поскольку она зависит от специфики конкретной темы и предпочтений автора. Однако в общем виде эссе может иметь следующую структуру: титульный лист; введение (обычно не имеет своего подзаголовка и его объём 0,5-1 стр.), в котором излагается суть проблемы, обосновывается её выбор, актуальность и значимость, формулируется цель эссе, а также вопрос, ответ на который автор намерен изложить в ходе написания эссе; основная часть представлена в виде единого текста или может быть разделена на несколько частей, имеющих свой подзаголовок, по принципу «один раздел – один тезис, мысль» (заголовок «Основная часть» недопустим); заключение (объёмом 0,5-2 стр.) содержит выводы, вытекающие из рассмотрения основного вопроса, обобщение авторской позиции; список литературы включает библиографические описания (оформленные в соответствии с требованиями) только тех источников, к которым есть отсылка в тексте (учебная литература при написании эссе должна использоваться в минимальном объёме).

Критерии оценивание эссе: знание и понимание теоретического материала: студент определяет рассматриваемые понятия четко и полно, приводя соответствующие примеры; используемые понятия строго соответствуют теме; самостоятельность выполнения работы; анализ и оценка информации: студент грамотно применяет категории анализа; умело использует приёмы сравнения и обобщения для анализа взаимосвязи понятий и явлений; в работе студент приводит и объясняет альтернативные взгляды на рассматриваемую проблему и приходит к сбалансированному заключению; диапазон используемого информационного пространства: студент использует большое количество различных источников информации; обоснованно интерпретирует текстовую информацию с помощью графиков и диаграмм; дает личную оценку проблеме; построение суждений: ясность и четкость изложения; логика структурирования доказательств; выдвинутые тезисы сопровождаются грамотной аргументацией; приводятся различные точки зрения и их личная оценка; общая форма изложения полученных результатов и их интерпретации соответствует жанру проблемной научной статьи; оформление работы: работа отвечает основным требованиям к оформлению и использованию цитат; соблюдение лексических, фразеологических, грамматических и стилистических норм русского литературного языка; оформление текста с полным соблюдением правил русской орфографии и пунктуации.

5. Подготовка к практическому занятию. Практическое занятие – это занятие, проводимое под руководством преподавателя в учебной аудитории, направленное на углубление научно-теоретических знаний и овладение определенными методами самостоятельной работы. В процессе таких занятий вырабатываются практические умения. Перед практическим занятием следует изучить конспект лекции и рекомендованную преподавателем литературу, обращая внимание на практическое применение теории и на методику решения типовых задач. На практическом занятии главное – уяснить связь решаемых задач с теоретическими положениями.

6. Компьютерная презентация по теме – вид самостоятельной работы студента, предусматривающий упорядочивание учебного материала в формат визуального организатора. Основные принципы при составлении компьютерной презентации: лаконичность (простота содержания), ясность (доступность, понятность содержания), уместность (соответствие содержанию доклада), сдержанность (умеренно яркое оформление), наглядность (подчеркивание, выделение ключевых моментов), запоминаемость (разумное использование ярких эффектов).

Основное требование – каждый слайд должен иметь заголовок, количество слов в слайде не должно превышать 40 – текст должен быть читаемым. Не должно быть много текста.

При составлении КП следует соблюдать стандарты WORD: размер (кегель) шрифта заголовка должен быть на 2 позиции крупнее (выше), чем кегль текста.

Используйте шаблоны для подготовки профессиональной КП – дизайн шаблонов (Формат – Применить оформление). Не следует увлекаться яркими шаблонами; информация на слайде должна быть контрастна фону (на темном фоне – светлые буквы или наоборот). Подберите 2-3 различных фоновых оформления, чтобы иметь возможность их менять при плохой проекции (т.е. демонстрации, показе: если нет возможности затенить помещение, то излишняя его освещенность может помешать). Следует учитывать возможности демонстрации презентации (имеется ли специальное оборудование, экран или нет)

Не злоупотребляйте эффектами анимации. Оптимальной (наиболее удачной) настройкой эффектов анимации является появление в первую очередь заголовка слайда, а затем – текста по абзацам (т.е. появление текста по направлению главной диагонали – заголовок – первым, а затем текст). При этом, если несколько слайдов имеют одинаковое название, то заголовок слайда должен оставаться на экране (на каждом слайде). Динамическая анимация эффективна тогда, когда в процессе выступления происходит логическая трансформация (изменение) существующей структуры в новую. Настройка анимации, при которой происходит появление текста по буквам или словам, может вызвать негативную реакцию со стороны членов комиссии (аудитории), которые должны одновременно выполнять 3 различных дела: слушать выступление, бегло изучать текст работы и вникать в то, что происходит на экране. Ведь визуальное (зрительное) восприятие слайда презентации занимает от 3 до 5 секунд, в то время как продолжительность некоторых видов анимации может превышать 20 секунд (т.е. много времени тратится на демонстрацию одного слайда, отсюда - несовпадение с устным выступлением студента).

Стиль оформления компьютерной презентации (слайдов) должен быть единым..

Правилом «хорошего тона» считается указание авторства и ссылки на использованные источники информации в тексте компьютерной презентации.

Презентация и руководство к ней могут быть выполнены в виде презентации Power Point (файл формата .ppt(x)), PDF-презентации (файл формата .pdf), флэш-презентации (файл формата .swf), текстового документа (формат файла .doc(x)), веб-документа либо интернет-ресурса (формат файла .html или url-адрес ресурса), исполняемого файла скомпилированной программы (файл формата .exe). В случае предоставления презентации Power Point с встроенными аудио и видео фрагментами необходимо предоставить все аудио и видео фрагменты отдельными файлами (аудио файл формата .wav, .mp3, .wma; видео файл формата .wmv, .avi.), все файлы должны находиться в одно каталоге с презентацией.

7. Подготовка к промежуточному контролю по дисциплине (экзамену)

Экзамен является неотъемлемой частью учебного процесса и призван закрепить и упорядочить знания студента, полученные на занятиях и самостоятельно. Сдачи экзамена предшествует работа студента на лекционных, семинарских занятиях и самостоятельная работа по изучению предмета. Отсутствие студента на занятиях без уважительной причины и невыполнение заданий самостоятельной работы является основанием для недопущения студента к экзамену. Готовиться к экзамену необходимо последовательно, с учётом примерных вопросов, содержащихся в программе. Сначала следует определить место каждого контрольного вопроса в соответствующем разделе темы учебной программы, а затем внимательно прочитать и осмыслить рекомендованную учебную и научную литературу. При этом полезно делать хотя бы самые краткие выписки и заметки. Работу над темой можно считать завершённой, если вы сможете

ответить на все контрольные вопросы и дать определение понятий по изучаемой теме. Для обеспечения полноты ответа на вопросы и лучшего запоминания теоретического материала рекомендуется составлять план ответа на контрольный вопрос. Это позволит сэкономить время для подготовки непосредственно перед экзаменом за счёт обращения не к литературе, а к своим записям. При подготовке необходимо выявлять наиболее сложные, дискуссионные вопросы, с тем, чтобы обсудить их с преподавателем на обзорных лекциях и консультациях. Нельзя ограничивать подготовку к экзамену простым повторением изученного материала. Необходимо углубить и расширить ранее приобретенные знания за счет новых идей и положений. Любой вопрос при сдаче экзамена необходимо излагать с позиции значения для профессиональной деятельности педагога-психолога. При этом важно показать значение и творческое осмысление задач, стоящих перед психологом в сфере образования.

7. Примерная тематика курсовых работ - курсовых работ не предусмотрено.

8. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины:

а) основная литература:

1. Немов, Роберт Семенович. Психология [Электронный ресурс] : учеб. для студ. вузов, обуч. по непсихолог. спец. / Р. С. Немов. - ЭВК. - М. : Юрайт : ИД Юрайт, 2010. - Режим доступа: ЭЧЗ "Библиотех". - Неогранич. доступ. - ISBN 978-5-9916-0728-5. - ISBN 978-5-9692-0940-4 : 10000.00 р.
2. Моросанова В. И. Саморегуляция и индивидуальность человека. [Текст] / В.И. Моросанова - М.: Изд-во Наука, 2010. - 519 с. (1 экз.)
3. Психологическое благополучие-неблагополучие ребенка на этапе дошкольного детства. Хрестоматия [Электронный ресурс] : учеб. пособие / Т. О. Смолева. - ЭВК. - Иркутск : Аспринт, 2013. - Режим доступа: ЭЧЗ "Библиотех". - Неогранич. доступ. - 50.00 р.

б) дополнительная литература:

1. Диянова, Зухра Васильевна. Самосознание личности [Электронный ресурс] : учеб. пособие / З. В. Диянова, Т. М. Щеголева ; Иркутский гос. ун-т, Науч. б-ка. - Электрон. текстовые дан. - Иркутск : Изд-во НБ ИГУ, 2005. - 1 эл. опт. диск (CD-ROM)
2. Киселевская, Нина Алексеевна. Стили саморегуляции учебной деятельности и их формирование у студентов вуза [Текст] : монография / Н. А. Киселевская ; Вост.-Сиб. гос. акад. образования. - Иркутск : Изд-во ВСГАО, 2013. - 124 с. 3 экз.
3. Минюрова С. А. Психология самопознания и саморазвития [Текст] : Учеб. для обуч. по напр. подгот. 050400 "Психол.-пед. образование". / С.А. Минюрова - М.: Изд-во Флинта, 2016. - 480 с. (1 экз.)
4. Саморегуляция и прогнозирование социального поведения личности: диспозиционная концепция [Текст] : [монография] / рук. проекта В. А. Ядов. - 2-е расшир. изд. - М. : ЦСПиМ, 2013. - 375 с. 1 экз.
5. Семенова, Анастасия Анатольевна. Саморегуляция в профессиональной деятельности [Текст] : учеб.-метод. пособие / А. А. Семенова ; Вост.-Сиб. гос. акад. образования. - Иркутск : Изд-во ВСГАО, 2011. - 76 с. 1 экз.
6. Смолева. Т. О. Психологическое благополучие-неблагополучие ребенка на этапе дошкольного детства. Хрестоматия [Электронный ресурс]: Учеб. пособие. / Т.О. Смолева - Иркутск: Изд-во Аспринт, 2013. - Неогранич. доступ
7. Широкова, Ирина Борисовна. Тренинг самопознания для подростков. Общение. Память [Текст] : 8-10 классы / И. Б. Широкова. - М. : Генезис, 2005. - 169 с. 1 экз.

в) программное обеспечение:

Стандартное программное обеспечение MS Office, в частности использование PowerPoint для создания презентаций.

9. Материально-техническое обеспечение дисциплины: Мультимедийное оборудование в лекционной аудитории.

10. Образовательные технологии:

Для достижения поставленных целей преподавания дисциплины реализуются следующие методы и формы активизации деятельности студентов:

- занятия лекционного типа с целью передачи учебной и научной информации;
- дискуссия как теоретического материала и формирования четко осознаваемой собственной точки зрения по проблемным вопросам (интерактивный метод);
- практические занятия по формированию способности к саморазвитию и саморегуляции (проведение исследования, составление аналитических таблиц, решение задач и упражнений);
- опережающая СРС как форма углубленного изучения и закрепления знаний, а также развитие практических умений, заключающаяся в работе студентов с лекционным материалом, поиск и анализ литературы и электронных источников информации по заданной проблеме, выполнении домашних заданий, изучении тем, вынесенных на самостоятельную проработку, решение задач и упражнений, подготовке к экзамену;
- индивидуальные консультации как средство мотивации студента к обучению и индивидуальной помощи ему в понимании материала;
- обучение на основе опыта – активизация познавательной деятельности студентов за счет ассоциации их собственного опыта с предметом изучения.

11.Оценочные средства (ОС):

11.1.Оценочные средства для входного контроля.

Входной контроль нацелен на выявление остаточных знаний, полученных способом закрепления студентами ранее, в процессе изучения основных понятий общей психологии при изучении дисциплин на первом курсе. Входной контроль осуществляется в виде тестирования.

11.2. Оценочные средства текущего контроля формируются в соответствии с ЛНА университета (могут быть в виде тестов, ситуационных задач, деловых и ролевых игр, диспутов, тренингов и др.) Назначение оценочных средств ТК – выявить сформированность компетенций, формируемых в ходе изучения той или иной темы.

11.3.Оценочные средства для промежуточной аттестации (в форме экзамена).

Экзамен осуществляется в форме ответа на вопросы билета. Каждый билет включает один теоретический вопрос и одну задачу.

Материалы для проведения текущего и промежуточного контроля знаний студентов:

№ п/п	Вид контроля	Контролируемые темы (разделы)	Компетенции, компоненты которых контролируются
1	Тест	Вводный контроль	
2	Эссе, коллаж, таблица сравнительного анализа, решение задач	1.1. Саморегуляция как один из уровней регуляции активности человека. Развитие научных представлений о саморегуляции личности. Современные подходы к саморегуляции личности.	ПК-25
3	Доклад, опорная графическая схема, таблица, диагностика умений, решение задач	1. 2. Сущность процесса саморегуляции. Способы и приемы саморегуляции личности.	ПК-25
4	Таблица, доклад, структурированный дневник, решение задач	1.3. Методы саморегуляции.	ПК-25
5	Эссе, картотека упражнений, разработка задач и кейсов, решение задач	1.4. Саморегуляция в профессиональной деятельности психолога. Самоменеджмент психолога.	ПК-25
6	Контрольная работа	2.1. Общая характеристика самосознания личности.	ПК-29
7	Контрольная работа	2.2. Роль составляющих самосознания личности в самопознании и рефлексии своей деятельности.	ПК-29
8	Эссе, решение задач	2.3. Рефлексия как необходимое условие саморегуляции в профессиональной деятельности.	ПК-29
	Эссе	3.1. Теоретические подходы к пониманию саморазвития личности.	ПК-29
	Таблица, ментальная карта	3.2. Психология саморазвития.	ПК-29
	заключение, памятка	3.3. Формы работы по саморазвитию личности.	ПК-29
	Коллаж, анализ коллажа	3.4. Профессиональное саморазвитие и саморегуляция психолога.	ПК-29
9	Промежуточный контроль (экзамен)	Раздел 1. Саморегуляция как системная и всеобщая форма психической активности. 1.1. Саморегуляция как один из уровней регуляции активности человека. Развитие научных представлений о саморегуляции личности. Современные подходы к саморегуляции личности. 1. 2. Сущность процесса саморегуляции. Способы и приемы саморегуля-	ПК-25, ПК-29

		<p>ции личности.</p> <p>1.3. Методы саморегуляции.</p> <p>1.4. Саморегуляция в профессиональной деятельности психолога. Самоменеджмент психолога.</p> <p>Раздел 2. Самосознание и его роль в рефлексии и саморегуляции личности.</p> <p>2.1. Общая характеристика самосознания личности.</p> <p>2.2. Роль составляющих самосознания личности в самопознании и рефлексии своей деятельности.</p> <p>2.3. Рефлексия как необходимое условие саморегуляции в профессиональной деятельности.</p> <p>Раздел 3. Психология саморазвития и организация работы по саморазвитию личности</p> <p>3.1. Теоретические подходы к пониманию саморазвития личности.</p> <p>3.2. Психология саморазвития.</p> <p>3.3. Формы работы по саморазвитию личности.</p> <p>3.4. Профессиональное саморазвитие и саморегуляция психолога.</p>	
--	--	---	--

**11.1. Примеры оценочных средств для входного контроля:
Образцы тестовых заданий.**

Выбрать все правильные ответы.

1. К особенностям саморегуляции относятся

- а. адекватность
- б. активность
- в. осознанность
- г. произвольность
- д. гибкость
- е. целесообразность
- ж. надежность и устойчивость

2. По мнению Осницкого А.К., благодаря развитию и совершенствованию у человека системы саморегуляции формируется совокупность

- а. операций саморегуляции
- б. умений саморегуляции
- в. способностей саморегуляции
- г. особенностей саморегуляции

3. Проблема активности выступает как проблема выбора самоуправляемой системой своего поведения в ответ на изменение внешних условий или свои внутренние изменения – точка зрения представителей

- а. субъектно-деятельностного подхода к проблеме саморегуляции
- б. системного подхода к проблеме саморегуляции

- в. структурно-функционального подхода к проблеме саморегуляции
- г. индивидуально-стилевого подхода к проблеме саморегуляции

Вставить пропущенное слово.

1. Саморегуляция в переводе с латинского – regulate – означает _____.
2. Осознанная саморегуляция понимается как системно-организованная внутренняя _____ по инициации, построению, поддержанию и управлению разными видами и формами произвольной активности, непосредственно реализующей достижение принимаемых человеком _____.

11.2. Примеры оценочных средств текущего контроля.

Примерный перечень тем эссе

1. «Значение данного курса для профессиональной подготовки психолога».
2. «Саморегуляция и профессиональная деятельность человека».
3. «Способы и методы саморегуляции: мой выбор».
4. «Роль непрерывного самообразования в развитии самосознания личности».

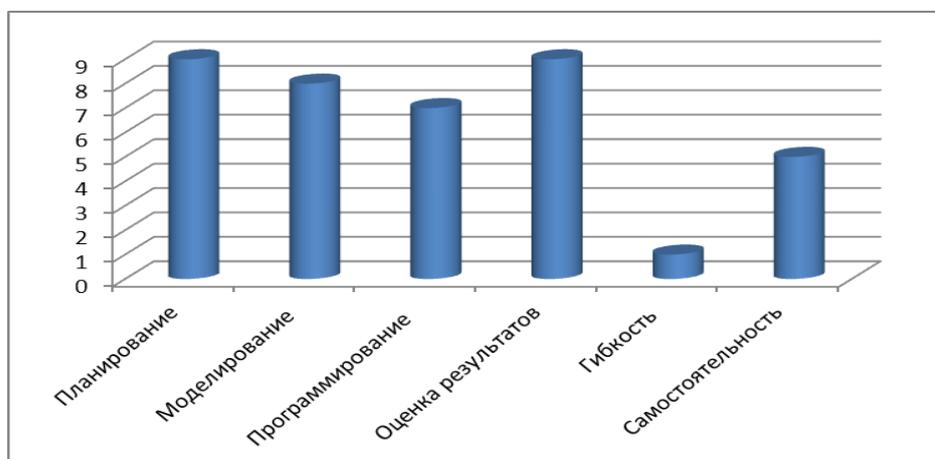
Примерные задачи и кейсы к теме «Сущность процесса саморегуляции. Способы и приемы саморегуляции личности».

1. К вам как к психологу обратился человек, испытывающий частые вспышки неконтролируемого гнева. Разработайте план работы с данным клиентом по развитию умений саморегуляции.

2. Проведите рефлексию способов своей учебной деятельности в ходе обучения в Институте психологии, оформите в виде эссе.

3. Вы ведете занятие по развитию внимания детей младшего школьного возраста. Дети вас не слушают, играют между собой. Вы чувствуете нарастающее раздражение. Как вы будете действовать?

1. Проинтерпретируйте приведенные на рисунке результаты изучения саморегуляции испытуемого. Сделайте выводы. Составьте психологические рекомендации.



11.3. Оценочные средства для промежуточной аттестации (в форме экзамена).

Средством промежуточной аттестации студентов по данной дисциплине является билет, в котором присутствует один теоретический вопрос и одно тестовое задание.

Примерные вопросы к экзамену:

На сформированность компетенции ПК-25:

1. Понятие саморегуляции. Соотношение понятий саморегуляция, воля, произвольные действия, самоконтроль, управление поведением, регуляция активности и деятельности, самоуправление, самоорганизация, психическая саморегуляция.
2. Психические состояния, благоприятные и неблагоприятные состояния. Саморегуляция и психологическое здоровье личности. Динамика и регуляция состояний.
3. Влияние неблагоприятных состояний на снижение эффективности профессиональной деятельности (в частности, обучения и воспитания), повышение конфликтности во взаимоотношениях с другими людьми, возникновение и закрепление в структуре характера и профессиональных качествах негативных черт, разрушение здоровья.
4. Представления И.М.Сеченова и И.П.Павлова о регуляторном характере протекания психических явлений и процессов, вклад в разработку проблемы саморегуляции В.М.Бехтерева и его последователей (Л.Ф.Лазурского, М.Я.Басова и др.). Представления Н.С.Лейтеса о саморегуляции как динамической характеристике общей активности. Исследования М.В.Бодунова и В.М.Русалова по проблеме саморегуляции.
5. Субъектно-деятельностный подход, функциональный подход к проблеме саморегуляции.
6. Системный подход к проблеме саморегуляции.
7. Структурно-функциональный и индивидуально-стилевой подход к саморегуляции активности (О.А.Конопкин, В.И.Моросанова, А.В.Либин, К.А.Осницкий, Л.Г.Дикая и другие).
8. Основные современные научные направления изучения саморегуляции, разрабатываемые в лаборатории психологии саморегуляции в Психологическом институте РАО. Структурно-функциональная модель саморегуляции.
9. Виды и уровни саморегуляции.
10. Структура саморегуляции.
11. Признаки развитой сферы саморегуляции.
12. Основные умения саморегуляции.
13. Индивидуальные особенности саморегуляции. Личностные детерминанты саморегуляции. Индивидуальный стиль саморегуляции.
14. Стрессовые ситуации в сфере профессиональной деятельности.
15. Трудные жизненные ситуации. Преодоление трудных жизненных ситуаций. Стратегия поведения в неблагоприятных ситуациях.
16. Психические средства саморегуляции. Естественные способы регуляции организма.
17. Способы и приемы саморегуляции личности: децентрация, самоприказ, самовнушение, самоодобрение, самокорректировка, самостимуляция, отключение-переключение, двигательная активность, поисковая активность, концентрация внимания, рационализация, использование логики, реакция «освобождения», отреагирование, пассивная разрядка, самоубеждение, сюжетное представление, самоанализ как средство защиты, речевая разрядка, расслабление.
18. Аутогенная тренировка.
19. Биологическая обратная связь.
20. Релаксация.
21. Визуализация.
22. Медитация.

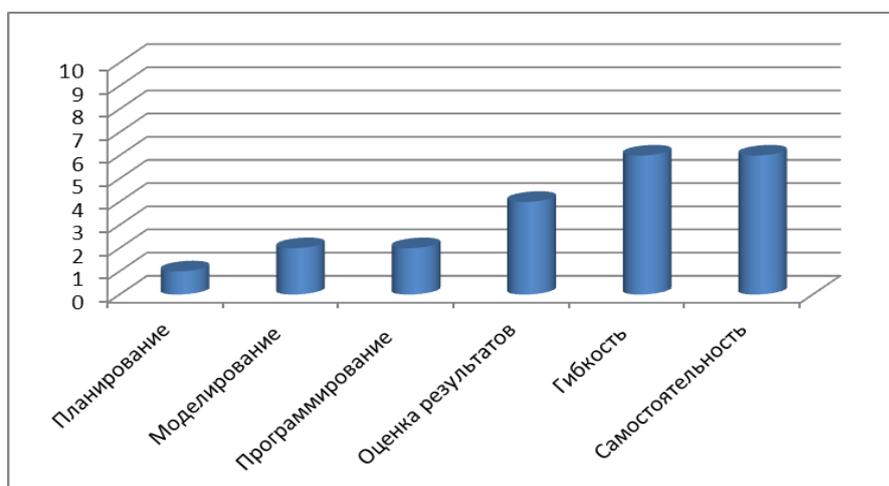
23. Роль дыхания в саморегуляции.
24. Психологический фактор йоги.
25. Структурированные дневники.
26. Управление эмоциональными состояниями.
27. Особенности профессиональной деятельности психолога. Психические состояния психолога как одно из важнейших условий его труда. Источники напряженности в практике работы психолога и их анализ.
28. Связь продуктивности профессиональной деятельности с умением использовать адекватные приемы и способы саморегуляции. Умение управлять собственными состояниями как одно из профессиональных качеств психолога.
29. Типичные ситуации в профессиональной деятельности, которые требуют применения саморегуляции. Самоменеджмент как самоуправление, самоорганизация своей профессиональной деятельности.
30. Функции самоменеджмента: постановка целей; планирование; принятие решений; реализация и организация; контроль; информация и коммуникация.
31. Таймменеджмент как один из важнейших навыков, необходимых современному человеку.

На сформированность компетенции ПК-29:

1. Саморазвитие личности как ключевая проблема психологической науки.
2. Зарубежные концепции саморазвития личности.
3. Отечественные концепции саморазвития личности.
4. Взаимосвязь саморазвития и ответственности. Гармония развития личности. Принципы саморазвития. Принцип личной ответственности.
5. Способы саморазвития.
6. Диагностика саморазвития.
7. Сущность процессов самопознания и рефлексии как начального этапа саморегуляции активности. Рефлексия в саморегуляции как осознание собственных состояний, причин их возникновения и возможностей изменения.
8. Рефлексия своей деятельности как основа развития способностей к самосовершенствованию и саморазвитию.
9. Саморегуляция как основа саморазвития.
10. Основные виды и способы рефлексии своей деятельности.
11. План саморазвития личности и способы его реализации. Саморегуляция как основа реализации плана саморазвития.
12. Самообразование как форма саморазвития личности.
13. Роль непрерывного самообразования на протяжении всей профессиональной жизни в саморазвитии личности.
14. Направленность на саморазвитие как характерная особенность самообразования психолога.

Примерный перечень заданий к экзамену

1. Проинтерпретируйте приведенные на рисунке результаты изучения саморегуляции испытуемого. Сделайте выводы. Разработайте план работы с данным испытуемым по развитию умений саморегуляции.



2. К вам как к психологу обратился молодой дефектолог, испытывающий постоянное раздражение при работе с детьми с ОВЗ. Разработайте план работы с данным клиентом по развитию умений саморегуляции.

3. Проведите рефлексию своей деятельности в ходе подготовки к экзамену по данной дисциплине, оформите в виде эссе.

4. Вы ведете занятие по развитию памяти детей школьного возраста с ОВЗ. Дети вас не слушают, постоянно отвлекаются. Вы чувствуете нарастающее раздражение. Как вы будете действовать?

5. К вам как к психологу обратилась молодая супружеская пара по поводу частых конфликтов в семье. Разработайте план работы с данными клиентами по развитию умений саморегуляции.

6. Вы ведете развивающее занятие с ребенком из неблагополучной семьи. В процессе занятия вы чувствуете, что нарастает негативное эмоциональное состояние, близкое к ощущению бесполезности и беспомощности. Как вы будете действовать?

7. К вам как к психологу обратился человек, испытывающий состояния панического страха перед начальником. Разработайте план работы с данным клиентом по развитию умений саморегуляции.

8. К вам как к психологу обратился человек, испытывающий сильный страх полетов на самолете. Разработайте план работы с данным клиентом по развитию умений саморегуляции.

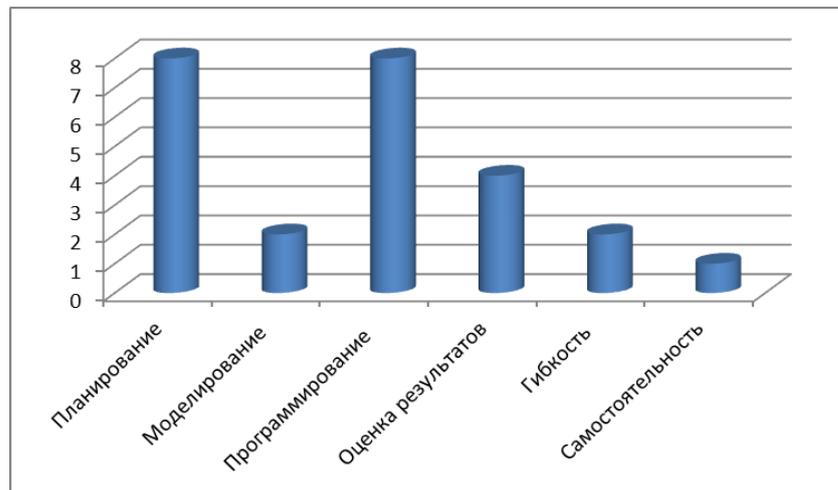
9. Вы работаете психологом в коммерческой организации. Перед вами поставили очень много разных задач, срок выполнения которых приближается, а вы не успеваете их сделать. Как вы будете действовать?

10. К вам как к психологу обратился молодой руководитель, испытывающий трудности при анализе собственной профессиональной деятельности. Разработайте план работы с данным клиентом по развитию умений рефлексии профессиональной деятельности.

11. Вы проводите консультацию с родителями. Ситуация складывается таким образом, что всю ответственность за развитие ребенка родители перекалывают на вас. Вы чувствуете нарастающую злость. Как вы будете действовать?

12. Вы работаете педагогом-психологом в учреждении образования. Во время педсовета вас обвинили в недостаточной эффективности вашей работы. Вы искренне уверены, что делаете все возможное, и данное обвинение вызывает чувство сильной обиды и желания обвинить в ответ. Как вы будете действовать?

13. Проинтерпретируйте приведенные на рисунке результаты изучения саморегуляции испытуемого. Сделайте выводы. Разработайте план работы с данным испытуемым по развитию умений саморегуляции.



14. Проведите рефлексию ваших профессионально важных качеств, оформите в виде эссе.

15. Вы работаете педагогом-психологом в учреждении образования. Ваш контингент составляет более 500 учащихся. В последнее время вы все чаще ощущаете бесполезность ваших усилий. Помочь удастся лишь единичным учащимся, все остальное время занимает выполнение заданий руководства и заполнение отчетности. Как вы будете действовать?

16. Вы работаете психологом в организации. Вам необходимо принять участие в городской конференции с докладом. Предстоящее выступление вызывает у вас панический страх. Как вы будете действовать?

17. К вам как к психологу обратился человек с жалобами на то, что в его жизни все происходит «само по себе». Разработайте план работы с данным клиентом по развитию умений рефлексии и саморегуляции.

18. Вы работаете психологом-консультантом в психологическом центре. Специфика вашей работы такова, что вы постоянно испытываете ощущение непосильной моральной ответственности. Как вы будете действовать?

19. К вам как к психологу обратился молодой педагог, испытывающий трудности при составлении отчетов. Разработайте план работы с данным клиентом по развитию умений рефлексии профессиональной деятельности.

20. Вы работаете педагогом-психологом в учреждении образования для детей с ОВЗ. Вам необходимо выступить на родительском собрании с анализом результатов диагностики детей. Родители настроены достаточно враждебно, считают что озвучиваемые вами проблемы в развитии детей – это вина педагогического коллектива. Вы чувствуете нарастающую злость и раздражение. Как вы будете действовать?

21. Проведите рефлексию своего эмоционального состояния в настоящий момент, оформите в виде эссе.

22. Вы недавно работаете психологом. Новый коллектив, большой объем работы, высокая эмоциональная вовлеченность в процесс психологической помощи очень сильно утомляют вас. Вы чувствуете постоянное напряжение и усталость. Как вы будете действовать?

23. Вы работаете педагогом-психологом в учреждении образования. Вам необходимо пройти аттестационные испытания для получения квалификационной категории. Предстоит выполнить большой объем работы в достаточно короткие сроки, а сама процедура аттестации вызывает у вас смешанные ощущения собственного недостаточного профессионального мастерства и страха. Как вы будете действовать?

24. К вам как к психологу обратился человек в состоянии хронического стресса с жалобами на то, что «ничего не успевает». Разработайте план работы с данным клиентом по развитию умений саморегуляции.

25. Вы работаете педагогом-психологом в учреждении образования. Вас вызывает руководитель учреждения. Когда вы заходите в его кабинет, вы видите там родителей одного из учащихся. Выясняется, что родители обвиняют вас в некомпетентности на основании написанного вами заключения для ПМПК. Вы испытываете смешанные чувства обиды, злости, страха, неуверенности. Как вы будете действовать?

26. К вам как к психологу обратился молодой воспитатель детского сада, испытывающий постоянное раздражение при работе с детьми. Разработайте план работы с данным клиентом по развитию умений саморегуляции.

27. Вы работаете психологом в банке. Вы провели диагностику мнения педагогического коллектива о руководителе учреждения. Руководитель желает ознакомиться с заполненными бланками испытуемых. Все ваши доводы о конфиденциальности данной информации его не интересуют. Вы чувствуете нарастающее давление руководителя. Как вы будете действовать?

28. Вы работаете психологом на предприятии. Все возникающие конфликтные ситуации разрешаются с вашим участием. Причем каждая из конфликтующих сторон пытается склонить вас на свою сторону и таким образом усилить свою позицию. Вы чувствуете сильное напряжение. Как вы будете действовать?

29. Проведите рефлексию результатов своей учебной деятельности в ходе обучения в Институте психологии, оформите в виде эссе.

Критерии оценки:

Оценки **«отлично»** заслуживает студент демонстрирующий в тестовом задании знание основных терминов и понятий, персоналий. Ответ на вопросы практической задачи носит конструктивный характер. Студент в ответе используется сравнение, сопоставление; демонстрирует умение соотносить теоретические положения с практикой (может привести пример). Студент демонстрирует доказательность своих суждений. Студент демонстрирует глубокое знание дополнительной литературы.

Оценки **«хорошо»** заслуживает студент, демонстрирующий знание основных терминов и понятий; умение выделять существенные характеристики психического. Ответ носит репродуктивный характер. Студент в ответе используется сравнение, сопоставление; демонстрирует умение соотносить теоретические положения с практикой (может привести пример).

Оценки **«удовлетворительно»** заслуживает студент, обнаруживающий знание основных терминов и понятий; умение выделять существенные характеристики психического. Однако ответ носит репродуктивный характер.

Полный перечень оценочных средств см. в ФОС по дисциплине.

Настоящая программа не может быть воспроизведена ни в какой форме без предварительного письменного разрешения кафедры-разработчика программы.