

Министерство сельского хозяйства Российской Федерации

Федеральное государственное бюджетное образовательное  
учреждение высшего образования

«ВОРОНЕЖСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ АГРАРНЫЙ УНИ-  
ВЕРСИТЕТ ИМЕНИ ИМПЕРАТОРА ПЕТРА I»

УТВЕРЖДАЮ

Декан факультета агрономии, агрохимии  
и экологии  Пичугин А.П.

« 16 » ИЮНЯ 2025 г.



## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ПО ДИСЦИПЛИНЕ

### Б1.О.03 Психология современного саморазвития

Направление подготовки 35.04.04 Агрономия

Направленность (профиль) Технология производства продукции растениеводства

Квалификация выпускника – магистр

Факультет – Агрономии, агрохимии и экологии

Кафедра истории, философии и социально-политических дисциплин

Разработчик рабочей программы:

доцент, кандидат психологических наук, доцент Алтухова Елена Владимировна

Воронеж – 2025 г.

Рабочая программа разработана в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом высшего образования – магистратура по направлению подготовки 35.04.04 Агрономия, утвержденным приказом Министра образования и науки Российской Федерации от 26 июля 2017 года №708.

Рабочая программа утверждена на заседании кафедры зав. кафедрой истории, философии и социально-политических дисциплин (Протокол № 9 от 13.05.2025 г.)

Заведующий кафедрой \_\_\_\_\_ (С.А. Иконников)  
подпись

Рабочая программа рекомендована к использованию в учебном процессе методической комиссией факультета агрономии, агрохимии и экологии (№ 11 от 16.06.2025 г.)

Председатель методической комиссии  Несмеянова М.А.  
подпись

Рецензент рабочей программы к. психол. н., доцент Воронежского института высоких технологий Казьмина Е.Г.

## **1. Общая характеристика дисциплины**

### **1.1. Цель дисциплины**

**Цель** – освоение обучающимися теоретических знаний в области планирования личного и профессионального саморазвития, а также методических подходов к самопрогнозированию и самореализации личности на основе современных научных подходов.

### **1.2. Задачи дисциплины**

**Задачи:**

- дать теоретико-практические знания о стратегиях саморазвития и управления личностными ресурсами;
- сформировать способность к самоорганизации и совершенствованию собственной деятельности;
- обеспечить готовность применять методы и технологии саморазвития для выстраивания путей самореализации и оптимальной профессионализации личности.

### **1.3. Предмет дисциплины**

**Предмет** – закономерности становления и функционирования человека (личности) как субъекта собственного развития.

### **1.4. Место дисциплины в образовательной программе**

Дисциплина Б1.О.03 «Психология современного саморазвития» относится к Блоку 1. Дисциплины (модули), обязательной части.

### **1.5. Взаимосвязь с другими дисциплинами**

Дисциплина Б1.О.03 «Психология современного саморазвития» связана со следующими дисциплинами учебного плана:

- Б1.О.04 Коммуникативные технологии профессионального общения.
- Б1.О.06 Основы межкультурного взаимодействия.
- Б1.О.09 Методика профессионального обучения

## 2. Планируемые результаты обучения по дисциплине

| Компетенция |   | Планируемые результаты обучения  |
|-------------|---|--|
| Код         | Название  |  |
| УК-3        | Способен организовывать и руководить работой команды, вырабатывая командную стратегию для достижения поставленной цели      | <p><b>Обучающийся должен знать:</b><br/>ИД-1УК – Знает методы и стили управления; принципы организации работы в команде, основные теории мотивации персонала<br/>ИД-2УК-3 – Знает принципы постановки целей и выработки стратегий их достижения, принципы и методические подходы разработки, принятия и реализации управленческих решений.</p>   |
|             |   | <p><b>Обучающийся должен уметь:</b><br/>ИД-3УК-3 – Умеет вырабатывать стратегию сотрудничества и на ее основе организовывать работу команды для достижения поставленной цели.<br/>ИД-4УК-3 – Учитывает в своей социальной и профессиональной деятельности интересы, особенности поведения и мнения (включая критические) людей, с которыми работает/взаимодействует, в том числе посредством корректировки своих действий.</p> |
|             |   | <p><b>Обучающийся должен иметь навыки и (или) опыт деятельности:</b><br/>ИД-5УК-3 – Обладает навыками преодоления возникающих в команде разногласий, споров и конфликтов на основе учета интересов всех сторон<br/>ИД-6УК-3 – Планирует командную работу, распределяет поручения и делегирует полномочия членам команды. Организует обсуждение разных идей и мнений.</p>   |
| УК-6        | Способен определять и реализовывать приоритеты собственной деятельности и способы ее совершенствования на основе самооценки | <p><b>Обучающийся должен знать:</b><br/>ИД-1УК-6 – Знает приоритеты собственной деятельности и способы их совершенствования.</p>   |
|             |   | <p><b>Обучающийся должен уметь:</b><br/>ИД-2УК-6 – Умеет самостоятельно выявлять мотивы и стимулы для саморазвития, определяя реалистические цели профессионального роста.</p>   |
|             |   | <p><b>Обучающийся должен иметь навыки и (или) опыт деятельности:</b><br/>ИД-3УК-6 – Планирует профессиональную траекторию с учетом особенностей как профессиональной, так и других видов деятельности и требований рынка труда.</p>  |

## 3. Объём дисциплины и виды работ

### 3.1. Очная форма обучения

| Показатели                 | Семестр | Всего  |
|----------------------------|---------|--------|
|                            | 2       |        |
| Общая трудоёмкость, з.е./ч | 2 / 72  | 2 / 72 |
| Общая контактная работа, ч | 20,15   | 20,15  |

|   |       |       |
|---|-------|-------|
| Общая самостоятельная работа, ч   | 51,85 | 51,85 |
| Контактная работа при проведении учебных занятий, в т.ч. (ч)                      | 72,00 | 72,00 |
| лекции  | 10    | 10,00 |
| практические-всего  | 10    | 10,00 |
| Самостоятельная работа при проведении учебных занятий, ч                          | 43,00 | 43,00 |
| Контактная работа при проведении промежуточной аттестации обучающихся, в т.ч. (ч) | 0,15  | 0,15  |
| зачет   | 0,15  | 0,15  |
| Самостоятельная работа при промежуточной аттестации, в т.ч. (ч)                   | 8,85  | 8,85  |
| подготовка к зачету   | 8,85  | 8,85  |
| Форма промежуточной аттестации  | зачет | зачет |

### 3.2. Заочная форма обучения

| Показатели  | Курс   | Всего  |
|---|--------|--------|
|   | 2      |        |
| Общая трудоёмкость, з.е./ч  | 2 / 72 | 2 / 72 |
| Общая контактная работа, ч  | 8,15   | 8,15   |
| Общая самостоятельная работа, ч   | 63,85  | 63,85  |
| Контактная работа при проведении учебных занятий, в т.ч. (ч)                      | 72,00  | 72,00  |
| лекции  | 4      | 4,00   |
| практические-всего  | 4      | 4,00   |
| Самостоятельная работа при проведении учебных занятий, ч                          | 55,00  | 55,00  |
| Контактная работа при проведении промежуточной аттестации обучающихся, в т.ч. (ч) | 0,15   | 0,15   |
| зачет   | 0,15   | 0,15   |
| Самостоятельная работа при промежуточной аттестации, в т.ч. (ч)                   | 8,85   | 8,85   |
| подготовка к зачету   | 8,85   | 8,85   |
| Форма промежуточной аттестации  | зачет  | зачет  |

## 4. Содержание дисциплины

### 4.1. Содержание дисциплины в разрезе разделов и подразделов

**Раздел I. Проблема саморазвития личности в контексте психологических исследований.**

*Подраздел 1.1. Общая характеристика саморазвития личности.*

Предмет, цели и задачи психологии саморазвития личности. Ценность и ограничения саморазвития. Соотношение понятий «развитие» и «саморазвитие». Определение по-

нения «саморазвитие». Сознание и самосознание как органы саморазвития личности. Психологические механизмы саморазвития. Барьеры саморазвития.

*Подраздел 1.2. Саморазвитие в контексте жизненного пути личности.*

Саморазвитие, становление внутреннего мира и жизненный путь личности. Понятие жизненного пути. Самопринятие и самопрогнозирование как механизм саморазвития. Назначение саморазвития на жизненном пути человека. Саморазвитие и зрелость личности.

**Раздел II. Саморазвитие как специфическая деятельность личности.**

*Подраздел 2.1. Цели, мотивы и формы саморазвития.*

Характеристика целей саморазвития. Базовые мотивы саморазвития. Жизненные принципы и жизненные ориентации как мотивирующие факторы саморазвития человека. Формы саморазвития: самоутверждение, самосовершенствование, самоактуализация. Специфические психологические средства саморазвития.

*Подраздел 2.2. Самопознание как условие саморазвития.*

Цели и мотивы самопознания. Способы и средства самопознания. Идентификация и рефлексия как механизмы самопознания. Самообразование как средство саморазвития. Самовоспитание как средство саморазвития. Проблемы формирования культуры самовоспитания личности.

**Раздел III. Проблема психологического сопровождения саморазвития личности.**

*Подраздел 3.1. Возрастные особенности саморазвития личности.*

Возрастные этапы саморазвития. Возрастные особенности развития самосознания и самопознания как необходимого условия саморазвития личности. Становление субъектной позиции и социальной активности как качественной характеристики саморазвития личности. Общая характеристика процесса психолого-педагогического сопровождения саморазвития: педагогические и психологические технологии, ориентированные на саморазвитие личности.

*Подраздел 3.2. Профессиональное саморазвитие личности.*

Общая характеристика профессионального саморазвития личности. Профессиональное самопознание как условие профессионального саморазвития личности. Профессиональное формирование и профессиональное развитие личности. Стратегии и техники оптимального формирования профессионала.

#### **4.2. Распределение контактной и самостоятельной работы при подготовке к занятиям по подразделам**

##### 4.2.1. Очная форма обучения

| Разделы, подразделы дисциплины   | Контактная работа |    |    | СР |
|--|-------------------|----|----|----|
|  | лек-ции           | ЛЗ | ПЗ |    |
| Раздел I. Проблема саморазвития личности в контексте психологических исследований. | 4                 | -  | 2  | 12 |
| Подраздел 1.1. Общая характеристика саморазвития личности.                         | 2                 | -  | 1  | 6  |
| Подраздел 1.2. Саморазвитие в контексте жизненного пути личности.                  | 2                 | -  | 1  | 6  |
| Раздел II. Саморазвитие как специфическая деятельность личности.                   | 2                 | -  | 4  | 15 |
| Подраздел 2.1. Цели, мотивы и формы саморазвития.                                  | 1                 | -  | 2  | 8  |

|  |           |   |           |           |
|--|-----------|---|-----------|-----------|
| Подраздел 2.2. Самопознание как условие саморазвития.                      | 1         | - | 2         | 7         |
| Раздел III. Проблема психологического сопровождения саморазвития личности. | <b>4</b>  | - | <b>4</b>  | <b>16</b> |
| Подраздел 3.1. Возрастные особенности саморазвития личности.               | 2         | - | 2         | 8         |
| Подраздел 3.2. Профессиональное саморазвитие личности.                     | 2         | - | 2         | 8         |
| <b>Всего</b>   | <b>10</b> | - | <b>10</b> | <b>43</b> |

## 4.2.2. Заочная форма обучения

| Разделы, подразделы дисциплины   | Контактная работа |    |          | СР        |
|--|-------------------|----|----------|-----------|
|  | лек-ции           | ЛЗ | ПЗ       |           |
| Раздел I. Проблема саморазвития личности в контексте психологических исследований. | <b>1</b>          | -  | <b>1</b> | <b>16</b> |
| Подраздел 1.1. Общая характеристика саморазвития личности.                         | 0,5               | -  | 0,5      | 8         |
| Подраздел 1.2. Саморазвитие в контексте жизненного пути личности.                  | 0,5               | -  | 0,5      | 8         |
| Раздел II. Саморазвитие как специфическая деятельность личности.                   | <b>2</b>          | -  | <b>1</b> | <b>19</b> |
| Подраздел 2.1. Цели, мотивы и формы саморазвития.                                  | 1                 | -  | 0,5      | 10        |
| Подраздел 2.2. Самопознание как условие саморазвития.                              | 1                 | -  | 0,5      | 9         |
| Раздел III. Проблема психологического сопровождения саморазвития личности.         | <b>1</b>          | -  | <b>2</b> | <b>20</b> |
| Подраздел 3.1. Возрастные особенности саморазвития личности.                       | 0,5               | -  | 1        | 10        |
| Подраздел 3.2. Профессиональное саморазвитие личности.                             | 0,5               | -  | 1        | 10        |
| <b>Всего</b>   | <b>4</b>          | -  | <b>4</b> | <b>55</b> |

## 4.3. Перечень тем и учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся

| № п/п  | Тема самостоятельной работы | Учебно-методическое обеспечение | Объём, ч       |         |
|--|-----------------------------|---------------------------------|----------------|---------|
|  |                             |                                 | форма обучения |         |
|  |                             |                                 | очная          | заочная |
| Раздел I. Проблема саморазвития личности в контексте психологических исследований. |                             |                                 |                |         |

|  |   |  |   |    |
|--|---|--|---|----|
| 1.   | Подраздел 1.1. Общая характеристика саморазвития личности.        | <p>Организация самостоятельной работы по дисциплине осуществляется в соответствии с методическими указаниями и курсом лекций:</p> <p>1. Психология современного саморазвития [Электронный ресурс]: курс лекций для обучающихся очной и заочной форм обучения (уровень магистратура) / Воронежский государственный аграрный университет ; [сост. О. Н. Князева ; под общ. ред. Г. М. Щевелевой] - Воронеж: Воронежский государственный аграрный университет, 2021 [ПТ] URL: <a href="http://catalog.vsau.ru/elib/metod/m163375.pdf">http://catalog.vsau.ru/elib/metod/m163375.pdf</a></p> | 8 | 10 |
| 2.   | Подраздел 1.2. Саморазвитие в контексте жизненного пути личности. | <p>2. Психология современного саморазвития [Электронный ресурс]: методические указания для самостоятельной работы обучающихся очной и заочной форм обучения (уровень магистратура) / Воронежский государственный аграрный университет ; [сост. О. Н. Князева ; под общ. ред. Г. М. Щевелевой] - Воронеж: Воронежский государственный аграрный университет, 2021 [ПТ] URL: <a href="http://catalog.vsau.ru/elib/metod/m163377.pdf">http://catalog.vsau.ru/elib/metod/m163377.pdf</a></p>  | 8 | 10 |
| Раздел II. Саморазвитие как специфическая деятельность личности. |   |  |   |    |

|  |   |  |      |      |
|--|---|--|------|------|
| 3.   | Подраздел 2.1. Цели, мотивы и формы саморазвития.     | <p>Организация самостоятельной работы по дисциплине осуществляется в соответствии с методическими указаниями и курсом лекций:</p> <p>1. Психология современного саморазвития [Электронный ресурс]: курс лекций для обучающихся очной и заочной форм обучения (уровень магистратура) / Воронежский государственный аграрный университет ; [сост. О. Н. Князева ; под общ. ред. Г. М. Щевелевой] - Воронеж: Воронежский государственный аграрный университет, 2021 [ПТ] URL: <a href="http://catalog.vsau.ru/elib/metod/m163375.pdf">http://catalog.vsau.ru/elib/metod/m163375.pdf</a></p> | 8,5  | 10,5 |
| 4.   | Подраздел 2.2. Самопознание как условие саморазвития. | <p>2. Психология современного саморазвития [Электронный ресурс]: методические указания для самостоятельной работы обучающихся очной и заочной форм обучения (уровень магистратура) / Воронежский государственный аграрный университет ; [сост. О. Н. Князева ; под общ. ред. Г. М. Щевелевой] - Воронеж: Воронежский государственный аграрный университет, 2021 [ПТ] URL: <a href="http://catalog.vsau.ru/elib/metod/m163377.pdf">http://catalog.vsau.ru/elib/metod/m163377.pdf</a></p>  | 10,5 | 12,5 |
| Раздел III. Проблема психологического сопровождения саморазвития личности. |   |  |      |      |

|        |  |  |              |              |
|--------|--|--|--------------|--------------|
| 5.     | Подраздел 3.1. Возрастные особенности саморазвития личности. | <p>Организация самостоятельной работы по дисциплине осуществляется в соответствии с методическими указаниями и курсом лекций:</p> <p>1. Психология современного саморазвития [Электронный ресурс]: курс лекций для обучающихся очной и заочной форм обучения (уровень магистратура) / Воронежский государственный аграрный университет ; [сост. О. Н. Князева ; под общ. ред. Г. М. Щевелевой] - Воронеж: Воронежский государственный аграрный университет, 2021 [ПТ] URL: <a href="http://catalog.vsau.ru/elib/metod/m163375.pdf">http://catalog.vsau.ru/elib/metod/m163375.pdf</a></p> <p>2. Психология современного саморазвития [Электронный ресурс]: методические указания для самостоятельной работы обучающихся очной и заочной форм обучения (уровень магистратура) / Воронежский государственный аграрный университет ; [сост. О. Н. Князева ; под общ. ред. Г. М. Щевелевой] - Воронеж: Воронежский государственный аграрный университет, 2021 [ПТ] URL: <a href="http://catalog.vsau.ru/elib/metod/m163377.pdf">http://catalog.vsau.ru/elib/metod/m163377.pdf</a></p> | 8            | 10           |
| 6.     | Подраздел 3.2. Профессиональное саморазвитие личности.       | <p>Организация самостоятельной работы обучающихся очной и заочной форм обучения (уровень магистратура) / Воронежский государственный аграрный университет ; [сост. О. Н. Князева ; под общ. ред. Г. М. Щевелевой] - Воронеж: Воронежский государственный аграрный университет, 2021 [ПТ] URL: <a href="http://catalog.vsau.ru/elib/metod/m163377.pdf">http://catalog.vsau.ru/elib/metod/m163377.pdf</a></p>  | 8,85         | 10,85        |
| Всего: |  |  | <b>51,85</b> | <b>63,85</b> |

## 5. Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации и текущего контроля

### 5.1. Этапы формирования компетенций

| Подраздел дисциплины  | Компетенция  | Индикатор достижения компетенции |
|---|--------------|----------------------------------|
| Подраздел 1.1. Общая характеристика саморазвития личности.        | УК-3<br>УК-6 | ИД-1УК-3<br>ИД-2УК-3<br>ИД-1УК-6 |
| Подраздел 1.2. Саморазвитие в контексте жизненного пути личности. | УК-3<br>УК-6 | ИД-1УК-3<br>ИД-2УК-3<br>ИД-1УК-6 |

|  |              |  |
|--|--------------|--|
| Подраздел 2.1. Цели, мотивы и формы саморазвития.            | УК-3<br>УК-6 | ИД-1УК-3<br>ИД-2УК-3<br>ИД-3УК-3<br>ИД-4УК-3<br>ИД-1УК-6<br>ИД-2УК-6                                     |
| Подраздел 2.2. Самопознание как условие саморазвития.        | УК-3<br>УК-6 | ИД-1УК-3<br>ИД-2УК-3<br>ИД-3УК-3<br>ИД-4УК-3<br>ИД-5УК-3<br>ИД-6УК-3<br>ИД-1УК-6<br>ИД-2УК-6             |
| Подраздел 3.1. Возрастные особенности саморазвития личности. | УК-3<br>УК-6 | ИД-1УК-3<br>ИД-2УК-3<br>ИД-3УК-3<br>ИД-4УК-3<br>ИД-5УК-3<br>ИД-6УК-3<br>ИД-1УК-6<br>ИД-2УК-6<br>ИД-3УК-6 |
| Подраздел 3.2. Профессиональное саморазвитие личности.       | УК-3<br>УК-6 | ИД-1УК-3<br>ИД-2УК-3<br>ИД-3УК-3<br>ИД-4УК-3<br>ИД-5УК-3<br>ИД-6УК-3<br>ИД-1УК-6<br>ИД-2УК-6<br>ИД-3УК-6 |

## 5.2. Шкалы и критерии оценивания достижения компетенций

### 5.2.1. Шкалы оценивания достижения компетенций

| Вид оценки                                 | Оценки     |         |
|--|------------|---------|
| Академическая оценка по 2-х балльной шкале | не зачтено | зачтено |

### 5.2.2. Критерии оценивания достижения компетенций

#### Критерии оценки на зачете

| Оценка, уровень достижения компетенций | Описание критериев   |
|--|--|
| Зачтено, высокий                       | Студент выполнил все задания, предусмотренные рабочей программой, отчитался об их выполнении, демонстрируя отличное знание освоенного материала и умение самостоятельно решать сложные задачи дисциплины |

|                                    |   |
|------------------------------------|---|
| Зачтено, продвинутый               | Студент выполнил все задания, предусмотренные рабочей программой, отчитался об их выполнении, демонстрируя хорошее знание освоенного материала и умение самостоятельно решать стандартные задачи дисциплины                     |
| Зачтено, пороговый                 | Студент выполнил все задания, предусмотренные рабочей программой, отчитался об их выполнении, демонстрируя знание основ освоенного материала и умение решать стандартные задачи дисциплины с помощью преподавателя              |
| Не зачтено, компетенция не освоена | Студент выполнил не все задания, предусмотренные рабочей программой или не отчитался об их выполнении, не подтверждает знание освоенного материала и не умеет решать стандартные задачи дисциплины даже с помощью преподавателя |

## Критерии оценки тестов

| Оценка, уровень достижения компетенций      | Описание критериев                                 |
|---|--|
| Отлично, высокий                            | Содержание правильных ответов в тесте не менее 90% |
| Хорошо, продвинутый                         | Содержание правильных ответов в тесте не менее 75% |
| Удовлетворительно, пороговый                | Содержание правильных ответов в тесте не менее 50% |
| Неудовлетворительно, компетенция не освоена | Содержание правильных ответов в тесте менее 50%    |

## Критерии оценки устного опроса

| Оценка, уровень достижения компетенций | Описание критериев  |
|--|---|
| Зачтено, высокий                       | Студент демонстрирует уверенное знание материала, четко выражает свою точку зрения по рассматриваемому вопросу, приводя соответствующие примеры |
| Зачтено, продвинутый                   | Студент демонстрирует уверенное знание материала, но допускает отдельные погрешности в ответе   |
| Зачтено, пороговый                     | Студент демонстрирует существенные пробелы в знаниях материала, допускает ошибки в ответах  |
| Не зачтено, компетенция не освоена     | Студент демонстрирует незнание материала, допускает грубые ошибки в ответах   |

## Критерии оценки решения задач

| Оценка, уровень достижения компетенций | Описание критериев |
|--|--------------------|
|--|--------------------|

|                                    |  |
|------------------------------------|--|
| Зачтено, высокий                   | Студент уверенно знает методику и алгоритм решения задачи, не допускает ошибок при ее выполнении.  |
| Зачтено, продвинутый               | Студент в целом знает методику и алгоритм решения задачи, не допускает грубых ошибок при ее выполнении.  |
| Зачтено, пороговый                 | Студент в целом знает методику и алгоритм решения задачи, допускает ошибок при ее выполнении, но способен исправить их при помощи преподавателя.   |
| Не зачтено, компетенция не освоена | Студент не знает методику и алгоритм решения задачи, допускает грубые ошибки при ее выполнении, не способен исправить их при помощи преподавателя. |

## Критерии оценки докладов

| Оценка, уровень достижения компетенций | Описание критериев  |
|--|---|
| Зачтено, высокий                       | Структура, содержание и оформление доклада полностью соответствуют предъявляемым требованиям, обоснована актуальность темы, даны четкие формулировки, использованы актуальные источники информации, отсутствуют орфографические, синтаксические и стилистические ошибки                                     |
| Зачтено, продвинутый                   | Структура, содержание и оформление доклада полностью соответствуют предъявляемым требованиям, обоснована актуальность темы, даны четкие формулировки, использованы актуальные источники информации, имеются отдельные орфографические, синтаксические и стилистические ошибки                               |
| Зачтено, пороговый                     | Структура, содержание и оформление доклада в целом соответствуют предъявляемым требованиям, обоснована актуальность темы, даны четкие формулировки, использованы как актуальные, так и устаревшие источники информации, имеются отдельные орфографические, синтаксические и стилистические ошибки           |
| Не зачтено, компетенция не освоена     | Структура, содержание и оформление доклада не соответствуют предъявляемым требованиям, актуальность темы не обоснована, отсутствуют четкие формулировки, использованы преимущественно устаревшие источники информации, имеются в большом количестве орфографические, синтаксические и стилистические ошибки |

**5.3. Материалы для оценки достижения компетенций****5.3.1. Оценочные материалы промежуточной аттестации****5.3.1.1. Вопросы к экзамену - «Не предусмотрены»****5.3.1.2. Задачи к экзамену - «Не предусмотрены»****5.3.1.3. Вопросы к зачету с оценкой - «Не предусмотрены»****5.3.1.4. Вопросы к зачету**

| № | Содержание | Компетенция | ИДК |
|---|------------|-------------|-----|
|---|------------|-------------|-----|

|     |   |              |                                  |
|-----|---|--------------|----------------------------------|
| 1.  | Обозначьте основные исследовательские задачи психологии современного саморазвития.              | УК-3         | ИД-1УК-3                         |
| 2.  | Понятие о личности. Человек как активный субъект своей жизни.                                   | УК-3         | ИД-1УК-3                         |
| 3.  | Основные положения психологии современного саморазвития в отечественной и зарубежной науке.     | УК-3         | ИД-1УК-3                         |
| 4.  | Дайте определение понятиям «самосознание», «самопознание», «саморазвитие» и охарактеризуйте их. | УК-3         | ИД-1УК-3                         |
| 5.  | Проблема идентичности в психологии современного саморазвития.                                   | УК-3         | ИД-1УК-3<br>ИД-2УК-3             |
| 6.  | Личность, ее саморазвитие в контексте теорий психологии.  | УК-3         | ИД-1УК-3                         |
| 7.  | Идентификация как механизм самопознания.  | УК-3<br>УК-6 | ИД-1УК-3<br>ИД-1УК-6             |
| 8.  | Рефлексия как механизм самопознания.  | УК-3<br>УК-6 | ИД-1УК-3<br>ИД-1УК-6             |
| 9.  | Самопринятие как механизм саморазвития.   | УК-3<br>УК-6 | ИД-1УК-3<br>ИД-1УК-6             |
| 10. | Самопрогнозирование личности как механизм саморазвития.   | УК-3<br>УК-6 | ИД-1УК-3<br>ИД-1УК-6             |
| 11. | Проблема самоактуализации в теории А. Маслоу.   | УК-3         | ИД-1УК-3<br>ИД-2УК-3             |
| 12. | Барьеры саморазвития.   | УК-3<br>УК-6 | ИД-1УК-3<br>ИД-2УК-3<br>ИД-1УК-6 |
| 13. | Понятие личностного роста в психологии современного саморазвития.                               | УК-3<br>УК-6 | ИД-1УК-3<br>ИД-2УК-3<br>ИД-1УК-6 |
| 14. | Биография, жизненный путь человека.   | УК-3<br>УК-6 | ИД-1УК-3<br>ИД-2УК-3<br>ИД-1УК-6 |
| 15. | Само-менеджмент и тайм-менеджмент.  | УК-3<br>УК-6 | ИД-1УК-3<br>ИД-2УК-3<br>ИД-1УК-6 |
| 16. | Профессиональное становление и профессиональное развитие личности.                              | УК-3<br>УК-6 | ИД-1УК-3<br>ИД-2УК-3<br>ИД-1УК-6 |
| 17. | Компетентность и пути самосовершенствования в профессиональной области.                         | УК-3<br>УК-6 | ИД-1УК-3<br>ИД-2УК-3<br>ИД-1УК-6 |
| 18. | Профессиональное самопознание как условие профессионального саморазвития личности.              | УК-3<br>УК-6 | ИД-1УК-3<br>ИД-2УК-3<br>ИД-1УК-6 |
| 19. | Формы саморазвития: самоутверждение, самосовершенствование, самоактуализация.                   | УК-3<br>УК-6 | ИД-1УК-3<br>ИД-2УК-3<br>ИД-1УК-6 |
| 20. | Возрастные особенности развития самосознания и самопознания.                                    | УК-3<br>УК-6 | ИД-1УК-3<br>ИД-2УК-3<br>ИД-1УК-6 |
| 21. | Общая характеристика процесса психолого-педагогического сопровождения саморазвития.             | УК-3         | ИД-1УК-3<br>ИД-2УК-3             |
| 22. | Барьеры на пути профессионального развития, варианты их   | УК-3         | ИД-1УК-3                         |

|     |  |              |                                  |
|-----|--|--------------|----------------------------------|
|     | преодоления.   | УК-6         | ИД-2УК-3<br>ИД-1УК-6             |
| 23. | Методика разработки личных жизненных планов.                             | УК-3<br>УК-6 | ИД-1УК-3<br>ИД-2УК-3<br>ИД-1УК-6 |
| 24. | Кризисы профессионального развития                                       | УК-3<br>УК-6 | ИД-1УК-3<br>ИД-2УК-3<br>ИД-1УК-6 |
| 25. | Условия саморазвития и оптимизации профессиональных достижений личности. | УК-3<br>УК-6 | ИД-1УК-3<br>ИД-2УК-3<br>ИД-1УК-6 |

### 5.3.1.5. Перечень тем курсовых проектов (работ) - «Не предусмотрен»

### 5.3.1.6. Вопросы к защите курсового проекта (работы) - «Не предусмотрены»

## 5.3.2. Оценочные материалы текущего контроля

### 5.3.2.1. Вопросы тестов

| №                                       | Содержание  | Компетенция                             | ИДК         |             |   |                |  |                         |   |  |  |
|---|---|---|-------------|-------------|---|----------------|--|-------------------------|---|--|--|
| 1.                                      | <b>Установите правильное соответствие</b> между понятиями (левый столбец) и их определениями (правый столбец). Каждый ответ правого столбца может быть использован один раз.  | УК-3                                    | 31          |             |   |                |  |                         |   |  |  |
|   | <table border="1"> <thead> <tr> <th>Понятия</th> <th>Определения</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>А. Личность</td> <td>1. человек как единичное природное существо</td> </tr> <tr> <td>Б. Индивид</td> <td>2. характеристика человека как социального существа</td> </tr> <tr> <td>В. Субъект деятельности</td> <td>3. Носитель сознания, обладающий способностью к деятельности</td> </tr> </tbody> </table>   | Понятия                                 | Определения | А. Личность | 1. человек как единичное природное существо   | Б. Индивид     | 2. характеристика человека как социального существа  | В. Субъект деятельности | 3. Носитель сознания, обладающий способностью к деятельности                              |  |  |
| Понятия                                 | Определения   |   |             |             |   |                |  |                         |   |  |  |
| А. Личность                             | 1. человек как единичное природное существо   |   |             |             |   |                |  |                         |   |  |  |
| Б. Индивид                              | 2. характеристика человека как социального существа   |   |             |             |   |                |  |                         |   |  |  |
| В. Субъект деятельности                 | 3. Носитель сознания, обладающий способностью к деятельности  |   |             |             |   |                |  |                         |   |  |  |
| 2.                                      | <b>Выберите правильный ответ.</b> Деятельность – это...<br>1. динамическая система взаимодействия субъекта с миром;<br>2. взаимодействие человека с животным миром;<br>3. система трудовых отношений.   | УК-3                                    | 31          |             |   |                |  |                         |   |  |  |
| 3.                                      | <b>Установите правильное соответствие</b> между психологическими характеристиками личности (левый столбец) и их определениями (правый столбец). Каждый ответ правого столбца может быть использован один раз.   | УК-3                                    | 31          |             |   |                |  |                         |   |  |  |
|   | <table border="1"> <thead> <tr> <th>Психологические характеристики личности</th> <th>Определения</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>А. Характер</td> <td>1. Сознательное регулирование человеком своего поведения, связанного с преодолением внутренних и внешних препятствий.</td> </tr> <tr> <td>Б. Темперамент</td> <td>2. Система устойчивых свойств личности, проявляющихся в отношениях человека к себе, к людям, к выполняемой работе.</td> </tr> <tr> <td>В. Воля</td> <td>3. Совокупность индивидуальных особенностей, характеризующих динамическую и эмоциональную</td> </tr> </tbody> </table> | Психологические характеристики личности | Определения | А. Характер | 1. Сознательное регулирование человеком своего поведения, связанного с преодолением внутренних и внешних препятствий. | Б. Темперамент | 2. Система устойчивых свойств личности, проявляющихся в отношениях человека к себе, к людям, к выполняемой работе. | В. Воля                 | 3. Совокупность индивидуальных особенностей, характеризующих динамическую и эмоциональную |  |  |
| Психологические характеристики личности | Определения   |   |             |             |   |                |  |                         |   |  |  |
| А. Характер                             | 1. Сознательное регулирование человеком своего поведения, связанного с преодолением внутренних и внешних препятствий.   |   |             |             |   |                |  |                         |   |  |  |
| Б. Темперамент                          | 2. Система устойчивых свойств личности, проявляющихся в отношениях человека к себе, к людям, к выполняемой работе.  |   |             |             |   |                |  |                         |   |  |  |
| В. Воля                                 | 3. Совокупность индивидуальных особенностей, характеризующих динамическую и эмоциональную   |   |             |             |   |                |  |                         |   |  |  |

|     |   | стороны поведения человека. |      |    |
|-----|---|-----------------------------|------|----|
| 4.  | <b>Выберите несколько правильных вариантов ответа.</b> В процессе познания другого человека одновременно осуществляется несколько процессов:<br>1. эмоциональная оценка другого;<br>2. интерпретация его поведения и попытка понять причины его поведения;<br>3. построение стратегии воздействия на собеседника;<br>4. построение собственной стратегии поведения;                               |                             | УК-3 | Н1 |
| 5.  | <b>Выберите правильный ответ.</b> Стратегия взаимодействия – это:<br>1. совокупность доминирующих особенностей поведения человека в отношениях с другими людьми;<br>2. типичная форма эмоционального реагирования на нестандартные ситуации общения;<br>3. совокупность когнитивных процессов, порождаемых ситуацией общения;<br>4. образ возможного поведения, существующий до ситуации общения; |                             | УК-3 | З1 |
| 6.  | <b>Выберите несколько правильных вариантов ответа.</b> Стремление добиться удовлетворения своих интересов в ущерб другому называется:<br>1. соперничество;<br>2. конкуренция;<br>3. компромисс;<br>4. приспособление;   |                             | УК-3 | У1 |
| 7.  | <b>Выберите правильный ответ.</b> Отсутствие стремления, как к достижению собственных целей, так и к удовлетворению интересов другого называется:<br>1. конкуренция<br>2. избегание<br>3. кооперация<br>4. сотрудничество   |                             | УК-3 | У1 |
| 8.  | <b>Выберите правильный ответ.</b> В психологии под рефлексией понимается<br>1. познание субъектом самого себя<br>2. осознание действующим субъектом того, как он воспринимается партнером по общению<br>3. бессознательное стремление откликнуться на проблемы человека<br>4. принятие позиции другого человека;  |                             | УК-3 | З1 |
| 9.  | <b>Выберите правильный ответ.</b> Структура личности в психологии:<br>1. классификация профессиональных навыков человека;<br>2. совокупность характеристик, которая демонстрирует психологические особенности человека;<br>3. этапы прохождения личностного роста индивидом.  |                             | УК-3 | З1 |
| 10. | <b>Выберите правильный ответ.</b> Под внутривидовой формой продвижения следует понимать:<br>1. повышение квалификационного разряда и профессионального мастерства<br>2. освоение смежных профессий<br>3. ротацию  |                             | УК-3 | У1 |
| 11. | <b>Установите правильное соответствие</b> между психическими сфе-   |                             | УК-3 | З1 |

|  |  |                                    |                                  |                                    |  |  |   |  |  |  |  |
|--|--|------------------------------------|----------------------------------|------------------------------------|--|--|---|--|--|--|--|
|  | рами личности (левый столбец) и их компонентами (правый столбец). Каждый ответ правого столбца может быть использован один раз   |                                    |                                  |                                    |  |  |   |  |  |  |  |
|  | <table border="1"> <tr> <td data-bbox="331 286 778 327">Психические сферы личности</td> <td data-bbox="786 286 1254 327">Компоненты сфер личности</td> </tr> <tr> <td data-bbox="331 327 778 400">А. Познавательная</td> <td data-bbox="786 327 1254 400">1. Задатки, способности, темперамент, характер.</td> </tr> <tr> <td data-bbox="331 400 778 512">Б. Эмоционально-волевая</td> <td data-bbox="786 400 1254 512">2. Мышление и воображение, память и ощущения, внимание и восприятие.</td> </tr> <tr> <td data-bbox="331 512 778 622">В. Индивидуально-психологические особенности</td> <td data-bbox="786 512 1254 622">3. Эмоциональные состояния, чувства, воля.</td> </tr> </table>   | Психические сферы личности         | Компоненты сфер личности         | А. Познавательная                  | 1. Задатки, способности, темперамент, характер.  | Б. Эмоционально-волевая                      | 2. Мышление и воображение, память и ощущения, внимание и восприятие.  | В. Индивидуально-психологические особенности | 3. Эмоциональные состояния, чувства, воля.   |  |  |
| Психические сферы личности                   | Компоненты сфер личности   |                                    |                                  |                                    |  |  |   |  |  |  |  |
| А. Познавательная                            | 1. Задатки, способности, темперамент, характер.  |                                    |                                  |                                    |  |  |   |  |  |  |  |
| Б. Эмоционально-волевая                      | 2. Мышление и воображение, память и ощущения, внимание и восприятие.   |                                    |                                  |                                    |  |  |   |  |  |  |  |
| В. Индивидуально-психологические особенности | 3. Эмоциональные состояния, чувства, воля.   |                                    |                                  |                                    |  |  |   |  |  |  |  |
| 12.  | <b>Установите правильное соответствие</b> между уровнями профессиональных деформаций (левый столбец) и их характеристиками (правый столбец). Каждый ответ правого столбца может быть использован один раз.   | УК-3                               | У1                               |                                    |  |  |   |  |  |  |  |
|  | <table border="1"> <tr> <td data-bbox="331 775 778 887">Уровни профессиональных деформаций</td> <td data-bbox="786 775 1254 887">Характеристика уровня деформации</td> </tr> <tr> <td data-bbox="331 887 778 1144">А. Общепрофессиональные деформации</td> <td data-bbox="786 887 1254 1144">1. Деформации, развивающиеся на основе каких-либо способностей – организаторских, коммуникативных, интеллектуальных и др. (комплекс превосходства, гипертрофированный уровень притязаний, нарциссизм).</td> </tr> <tr> <td data-bbox="331 1144 778 1839">Б. Профессионально-типологическим деформации</td> <td data-bbox="786 1144 1254 1839">2. Типичные для работников данной профессии. Для врачей характерен синдром «сострадательной усталости», выражающийся в эмоциональной индифферентности к страданиям больных. У сотрудников правоохранительных органов развивается синдром «асоциальной перцепции», при котором каждый гражданин воспринимается как потенциальный правонарушитель; у руководителей — синдром «вседозволенности», выражающийся в нарушении профессиональных и этических норм, стремлении манипулировать профессиональной жизнью подчиненных.</td> </tr> <tr> <td data-bbox="331 1839 778 2051">В. Специальные профессиональные деформации</td> <td data-bbox="786 1839 1254 2051">3. Возникают в процессе специализации по профессии. Любая профессия объединяет несколько специальностей. Каждая специальность имеет свой состав деформаций. Так, у следователя</td> </tr> </table> | Уровни профессиональных деформаций | Характеристика уровня деформации | А. Общепрофессиональные деформации | 1. Деформации, развивающиеся на основе каких-либо способностей – организаторских, коммуникативных, интеллектуальных и др. (комплекс превосходства, гипертрофированный уровень притязаний, нарциссизм). | Б. Профессионально-типологическим деформации | 2. Типичные для работников данной профессии. Для врачей характерен синдром «сострадательной усталости», выражающийся в эмоциональной индифферентности к страданиям больных. У сотрудников правоохранительных органов развивается синдром «асоциальной перцепции», при котором каждый гражданин воспринимается как потенциальный правонарушитель; у руководителей — синдром «вседозволенности», выражающийся в нарушении профессиональных и этических норм, стремлении манипулировать профессиональной жизнью подчиненных. | В. Специальные профессиональные деформации   | 3. Возникают в процессе специализации по профессии. Любая профессия объединяет несколько специальностей. Каждая специальность имеет свой состав деформаций. Так, у следователя |  |  |
| Уровни профессиональных деформаций           | Характеристика уровня деформации   |                                    |                                  |                                    |  |  |   |  |  |  |  |
| А. Общепрофессиональные деформации           | 1. Деформации, развивающиеся на основе каких-либо способностей – организаторских, коммуникативных, интеллектуальных и др. (комплекс превосходства, гипертрофированный уровень притязаний, нарциссизм).   |                                    |                                  |                                    |  |  |   |  |  |  |  |
| Б. Профессионально-типологическим деформации | 2. Типичные для работников данной профессии. Для врачей характерен синдром «сострадательной усталости», выражающийся в эмоциональной индифферентности к страданиям больных. У сотрудников правоохранительных органов развивается синдром «асоциальной перцепции», при котором каждый гражданин воспринимается как потенциальный правонарушитель; у руководителей — синдром «вседозволенности», выражающийся в нарушении профессиональных и этических норм, стремлении манипулировать профессиональной жизнью подчиненных.  |                                    |                                  |                                    |  |  |   |  |  |  |  |
| В. Специальные профессиональные деформации   | 3. Возникают в процессе специализации по профессии. Любая профессия объединяет несколько специальностей. Каждая специальность имеет свой состав деформаций. Так, у следователя   |                                    |                                  |                                    |  |  |   |  |  |  |  |

|     |   |  |      |    |
|-----|---|--|------|----|
|     |   | появляется правовая подозрительность, у оперативного работника — актуальная агрессивность, у адвоката — профессиональная изворотливость, у прокурора — обвинительность. Врачи разных специальностей тоже обрастают своими деформациями. Терапевты ставят угрожающие диагнозы, хирурги циничны, медсестры черствы и равнодушны. |      |    |
| 13. | <b>Выберите несколько правильных вариантов ответа.</b> Психологические теории личности позволяют:   |  | УК-3 | 31 |
|     | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Предсказывать определенные изменения в поведении субъекта</li> <li>2. Объяснять прошлые и настоящие события в жизни человека</li> <li>3. Определить судьбу человека</li> <li>4. Сформировать личность человека с заданными параметрами</li> </ol>   |  |      |    |
| 14. | <b>Выберите правильный ответ.</b> Сущностью активности личности является:   |  | УК-3 | У1 |
|     | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Способность человека многое делать в ограниченный срок</li> <li>2. Способность человека производить общественно значимые преобразования в мире на основе присвоения богатств материальной и духовной культуры, проявляющаяся в общении, волевых актах, творчестве</li> <li>3. Собственная динамика живого существа как источник преобразования и поддержания жизненно значимых связей с окружающим миром</li> <li>4. Высокая подвижность нервной системы</li> </ol> |  |      |    |
| 15. | <b>Выберите несколько правильных вариантов ответа.</b> Данные утверждения о жизненном пути личности являются верными:   |  | УК-3 | 31 |
|     | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. жизненный путь личности зависит от макро- и микросреды и ее развития</li> <li>2. жизненный путь личности зависит только от макросреды и ее развития</li> <li>3. основной единицей жизненного пути является переживание</li> <li>4. основной единицей жизненного пути является событие</li> </ol>  |  |      |    |
| 16. | <b>Выберите несколько правильных вариантов ответа.</b> Данные утверждения о личностном поведении являются верными:  |  | УК-3 | 31 |
|     | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Без ролей и статусов личностное поведение не сформировалось бы</li> <li>2. Личностное поведение – это преодоление ролевого и статусного поведения</li> <li>3. Самостоятельность и ответственность – ключевые характеристики личностного поведения</li> <li>4. Навык и привычка являются личностными актами</li> </ol>   |  |      |    |
| 17. | <b>Выберите правильный ответ.</b> Я-концепция оказывает влияние на жизнедеятельность человека:  |  | УК-3 | 31 |
|     | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Только в детском и подростковом возрасте</li> <li>2. В зрелом и пожилом возрасте</li> <li>3. Только в зрелом возрасте</li> </ol>  |  |      |    |

|     |   |      |    |
|-----|---|------|----|
|     | 4. На всех возрастных стадиях   |      |    |
| 18. | <b>Выберите несколько правильных вариантов ответа.</b> Понятие «развитие личности» отличается от понятия «формирование личности» тем, что:<br>1. развивать можно только то, что уже существует<br>2. формировать можно только то, что уже существует<br>3. в случае с формированием роль овладевает личностью<br>4. в случае с развитием личность овладевает ролью  | УК-3 | У1 |
| 19. | <b>Выберите несколько правильных вариантов ответа.</b> Самоэффективность личности в концепции А. Бандуры позволяет:<br>1. расширять возможности выбора деятельности, необходимой для достижения значимого результата<br>2. более отчетливо осознавать смысл жизни<br>3. с большей активностью преодолевать препятствия, стоящие на пути достижения цели<br>4. с большей степени верить в свои способности                 | УК-3 | У1 |
| 20. | <b>Выберите несколько правильных вариантов ответа.</b> Каковы критерии сформированности личности по Л.И. Божович?<br>1. Сознательное руководство собственным поведением<br>2. Спонтанность поведения<br>3. Иерархия мотивов<br>4. Опосредованность поведения  | УК-3 | З1 |
| 21. | <b>Выберите несколько правильных вариантов ответа.</b> Самоактуализация является, по мнению А. Маслоу, редким феноменом, т.к.:<br>1. Многие люди не понимают пользы, смысла самосовершенствования<br>2. Многие люди просто не видят своих возможностей, не подозревают об их существовании<br>3. У них присутствует страх успеха (комплекс Ионы)<br>4. У них слишком позитивное самовосприятие                            | УК-3 | Н1 |
| 22. | <b>Выберите несколько правильных вариантов ответа.</b> Люди, которые ориентированы, прежде всего, на потребление, имеют, с точки зрения гуманистической психологии, следующие симптомы:<br>1. Часто проявляют настойчивость в достижении значимых целей<br>2. Стремятся жить только сегодняшним днём<br>3. У них частым является неэтичное поведение<br>4. Они не желают видеть что-нибудь достойное, возвышенное в жизни | УК-3 | У1 |
| 23. | <b>Выберите несколько правильных вариантов ответа.</b> К характеристикам самоактуализирующейся личности А. Маслоу относил:<br>1. Полное поглощение культурой<br>2. Непосредственность, простота и естественность<br>3. Относительная независимость от других, потребность в уединении<br>4. Неглубокие межличностные отношения  | УК-3 | У1 |
| 24. | <b>Выберите несколько правильных вариантов ответа.</b> Условиями для укрепления психологического здоровья, развития психологического благополучия и становления качественной жизни выступают:<br>а) способность жить сообразно культуре и преодолевая культуру<br>б) творческие переживания личности<br>в) признание достоинства и безусловной ценности Другого   | УК-3 | Н1 |

|                                      | г) ответы а, б, в не верны  |                             |   |                                      |  |                      |  |                  |  |      |    |
|--------------------------------------|---|-----------------------------|---|--------------------------------------|--|----------------------|--|------------------|--|------|----|
| 25.                                  | <p><b>Установите правильную последовательность</b> возникновения последствий профессиональных деформаций:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Снижение продуктивности профессиональной деятельности личности</li> <li>2. Неудовлетворенность жизнью и социальным окружением</li> <li>3. Психическая напряженность</li> <li>4. Конфликты, кризисы</li> </ol>   | УК-3                        | Н1  |                                      |  |                      |  |                  |  |      |    |
| 26.                                  | <p><b>Установите правильное соответствие</b> между профессиональными деформациями (левый столбец) и их проявлениями (правый столбец). Каждый ответ правого столбца может быть использован один раз.</p> <table border="1" data-bbox="331 660 1257 1361"> <thead> <tr> <th>Профессиональная деформация</th> <th>Проявление деформации в профессиональной деятельности</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>А. Профессиональная индифферентность</td> <td>1. Превышение властных функций, склонность к распоряжениям и приказам. Требовательность и безапелляционность. Нетерпимость к критике со стороны коллег</td> </tr> <tr> <td>Б. Демонстративность</td> <td>2. Проявление равнодушия, эмоциональной сухости и жесткости. Игнорирование индивидуальных особенностей коллег. Негативное восприятие этических норм и правил поведения</td> </tr> <tr> <td>В. Доминантность</td> <td>3. Чрезмерная эмоциональность, самопрезентация. Управленческая деятельность — средство самоутверждения на фоне профессионального коллектива. Демонстрация своего превосходства</td> </tr> </tbody> </table> | Профессиональная деформация | Проявление деформации в профессиональной деятельности | А. Профессиональная индифферентность | 1. Превышение властных функций, склонность к распоряжениям и приказам. Требовательность и безапелляционность. Нетерпимость к критике со стороны коллег | Б. Демонстративность | 2. Проявление равнодушия, эмоциональной сухости и жесткости. Игнорирование индивидуальных особенностей коллег. Негативное восприятие этических норм и правил поведения | В. Доминантность | 3. Чрезмерная эмоциональность, самопрезентация. Управленческая деятельность — средство самоутверждения на фоне профессионального коллектива. Демонстрация своего превосходства | УК-3 | У1 |
| Профессиональная деформация          | Проявление деформации в профессиональной деятельности   |                             |   |                                      |  |                      |  |                  |  |      |    |
| А. Профессиональная индифферентность | 1. Превышение властных функций, склонность к распоряжениям и приказам. Требовательность и безапелляционность. Нетерпимость к критике со стороны коллег  |                             |   |                                      |  |                      |  |                  |  |      |    |
| Б. Демонстративность                 | 2. Проявление равнодушия, эмоциональной сухости и жесткости. Игнорирование индивидуальных особенностей коллег. Негативное восприятие этических норм и правил поведения  |                             |   |                                      |  |                      |  |                  |  |      |    |
| В. Доминантность                     | 3. Чрезмерная эмоциональность, самопрезентация. Управленческая деятельность — средство самоутверждения на фоне профессионального коллектива. Демонстрация своего превосходства  |                             |   |                                      |  |                      |  |                  |  |      |    |
| 27.                                  | <p><b>Установите правильную последовательность</b> стадий саморазвития личности</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Составление плана саморазвития</li> <li>2. Проведение самодиагностики, изучение слабых и сильных сторон</li> <li>3. Составление перечня наиболее важных компетенций, которые необходимо развить для реализации своей цели</li> <li>4. Определение перспектив развития своего персонального потенциала</li> </ol>  | УК-3                        | Н1  |                                      |  |                      |  |                  |  |      |    |
| 28.                                  | <p><b>Установите правильную последовательность</b> уровней составления программы саморазвития:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Уровень – текущий (периоды в пределах квартала, недели, дня).</li> <li>2. Уровень – оперативный (план на год);</li> <li>3. Уровень – перспективный или стратегический план саморазвития личности, что позволяет планировать деятельность примерно на три- пять лет;</li> </ol>   | УК-3                        | Н1  |                                      |  |                      |  |                  |  |      |    |
| 29.                                  | <p><b>Установите правильное соответствие</b> между инструментами тайм-менеджмента (левый столбец) и их характеристикой (правый</p>  | УК-3                        | Н1  |                                      |  |                      |  |                  |  |      |    |

|                              | <p>столбец). Каждый ответ правого столбца может быть использован один раз.</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th>Инструменты тайм-менеджмента</th> <th>Характеристика инструментов тайм-менеджмента</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>А. Метод Парето</td> <td>1. Это метод, который предполагает поминутную запись того, что делает человек</td> </tr> <tr> <td>Б. Хронометраж</td> <td>2. Предлагает разделять все дела по категориям срочности и важности</td> </tr> <tr> <td>В. «Матрица Эйзенхауэра»</td> <td>3. (закон 80/20) 80% задач может быть решено за 20% затрачиваемого времени; на оставшиеся 20% задач тратится 80% затрачиваемого времени</td> </tr> </tbody> </table> | Инструменты тайм-менеджмента | Характеристика инструментов тайм-менеджмента | А. Метод Парето | 1. Это метод, который предполагает поминутную запись того, что делает человек | Б. Хронометраж | 2. Предлагает разделять все дела по категориям срочности и важности | В. «Матрица Эйзенхауэра» | 3. (закон 80/20) 80% задач может быть решено за 20% затрачиваемого времени; на оставшиеся 20% задач тратится 80% затрачиваемого времени |  |  |
|------------------------------|--|------------------------------|--|-----------------|---|----------------|---|--------------------------|---|--|--|
| Инструменты тайм-менеджмента | Характеристика инструментов тайм-менеджмента   |                              |  |                 |   |                |   |                          |   |  |  |
| А. Метод Парето              | 1. Это метод, который предполагает поминутную запись того, что делает человек  |                              |  |                 |   |                |   |                          |   |  |  |
| Б. Хронометраж               | 2. Предлагает разделять все дела по категориям срочности и важности  |                              |  |                 |   |                |   |                          |   |  |  |
| В. «Матрица Эйзенхауэра»     | 3. (закон 80/20) 80% задач может быть решено за 20% затрачиваемого времени; на оставшиеся 20% задач тратится 80% затрачиваемого времени  |                              |  |                 |   |                |   |                          |   |  |  |
| 30.                          | <p><b>Установите правильную последовательность</b> этапов постановки целей:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Анализ своих ресурсов</li> <li>2. Формулирование своей цели</li> <li>3. Формулировка конкретных задач, контрольных показателей, которые в дальнейшем будут использоваться в планировании (ежедневное, недельное, месячное и т.п.) и оценке результативности плановых мероприятий по жизненной навигации</li> <li>4. Построение «дерева целей»</li> </ol>   | УК-3                         | Н1   |                 |   |                |   |                          |   |  |  |
| 31.                          | <p><b>Вставь недостающее слово в определение (имя существ., един. число).</b></p> <p>_____ – это совокупность внешних и внутренних условий, вызывающих активность субъекта и определяющих направленность деятельности.</p>   | УК-3                         | У1   |                 |   |                |   |                          |   |  |  |
| 32.                          | <p><b>Вставь недостающее слово в определение (имя существ., мн. число).</b></p> <p>_____ – это такие особенности человека, которые позволяют ему успешно овладеть тем или иным видом деятельности, профессией.</p>   | УК-3                         | 31   |                 |   |                |   |                          |   |  |  |
| 33.                          | <p><b>Запишите правильный ответ.</b></p> <p>Стремление субъектов взаимодействия идти на взаимные уступки и реализовывать свои интересы с учетом интересов противоположной стороны, называется _____.</p>   | УК-3                         | У1   |                 |   |                |   |                          |   |  |  |
| 34.                          | <p><b>Запишите правильный ответ.</b></p> <p>Стремление субъектов взаимодействия к поиску альтернатив, полностью удовлетворяющих интересы обеих сторон, называется _____.</p>   | УК-3                         | 31   |                 |   |                |   |                          |   |  |  |
| 35.                          | <p><b>Запишите правильный ответ.</b></p> <p>Открытое столкновение противоположных позиций, интересов, взглядов, мнений субъектов взаимодействия называется _____.</p>  | УК-3                         | 31   |                 |   |                |   |                          |   |  |  |
| 36.                          | <p><b>Запишите правильный ответ.</b></p> <p>Податливость человека давлению группы и принятие им группового мнения, которого он первоначально не разделял, проявляющееся в изменении его поведения и установок, называется _____.</p>   | УК-3                         | 31   |                 |   |                |   |                          |   |  |  |

|     |  |      |    |
|-----|--|------|----|
| 37. | <b>Запишите правильный ответ.</b><br>Совокупность внутригрупповых социально-психологических процессов и явлений, характеризующих весь цикл жизнедеятельности группы и его этапы – это _____.   | УК-3 | У1 |
| 38. | <b>Запишите правильный ответ.</b><br>Психологическое препятствие на пути адекватной передачи информации между партнерами по общению является _____ барьер.   | УК-3 | Н1 |
| 39. | <b>Запишите правильный ответ.</b><br>Человек, который в командной работе выводит команду из состояния равновесия, носит название (по классификации командных ролей) _____.   | УК-3 | У1 |
| 40. | <b>Запишите правильный ответ.</b><br>Состояние человека, вызываемое непреодолимыми трудностями, возникающими на пути к достижению цели, определяется как _____.  | УК-3 | З1 |
| 41. | <b>Запишите правильный ответ.</b><br>Люди, которые после неудачи проявляют больший интерес к деятельности, стремятся вернуться к нерешенной задаче, имеют мотивацию достижения _____.  | УК-3 | У1 |
| 42. | <b>Запишите правильный ответ.</b><br>Феномен социальной фасилитации проявляется в том случае, когда присутствие стороннего наблюдателя _____ эффективность работы.   | УК-3 | З1 |
| 43. | <b>Запишите правильный ответ.</b><br>Одно из отличий команды от группы – это _____ ролей, что позволяет ей более эффективно решать задачи.   | УК-3 | З1 |
| 44. | <b>Запишите правильный ответ.</b><br>_____ план развития (ИПР) – это комплекс мер по развитию сотрудника для повышения его эффективности.  | УК-3 | Н1 |
| 45. | <b>Вставь недостающее слово в определение (имя существ., мн. число).</b><br>Непрерывное _____ это процесс роста образовательного (общего и профессионального) потенциала личности в течение всей жизни на основе использования системы государственных и общественных институтов и в соответствии с потребностями личности и общества. | УК-3 | Н1 |
| 46. | <b>Вставь недостающее слово в определение (имя существ., мн. число).</b><br>Профессиональное _____ – совокупность негативных переживаний, связанных с работой, коллективом и всей организацией в целом. Проявляется в истощении психофизиологических ресурсов, необходимых для успешного выполнения профессиональной деятельности.     | УК-3 | Н1 |
| 47. | <b>Запишите правильный ответ.</b><br>Включенность в _____ деятельность является интегральным критерием взрослости.   | УК-3 | З1 |
| 48. | <b>Запишите правильный ответ.</b><br>Иерархическая система потребностей личности называется _____ А. Маслоу.   | УК-3 | З1 |
| 49. | <b>Запишите правильный ответ.</b><br>В качестве системообразующего основания, обеспечивающего при-   | УК-3 | З1 |

|     |  |      |    |
|-----|--|------|----|
|     | общение человека к миру культуры и его саморазвитие, выступает совместная _____.   |      |    |
| 50. | <b>Запишите правильный ответ.</b><br>Структуру самосогласующейся и единой личности А. Адлер определял как _____ жизни.   | УК-3 | 31 |
| 51. | <b>Запишите правильный ответ.</b><br>Тот предмет (идея, цель), который длительно и стойко насыщался положительными эмоциями, превращается в самостоятельный.   | УК-3 | У1 |
| 52. | <b>Запишите правильный ответ.</b><br>Деятельность человека, направленная на изменение и преобразование действительности ради удовлетворения своих потребностей, на создание материальных и духовных ценностей, называется _____.   | УК-3 | 31 |
| 53. | <b>Запишите правильный ответ.</b><br>Совокупность устойчивых мотивов, определяющих поведение личности независимо от конкретных условий, есть:  | УК-3 | У1 |
| 54. | <b>Запишите правильный ответ.</b><br>Склонность личности видеть источники управления своей жизнью либо преимущественно во внешней среде, либо в самой себе называется _____ контроля.  | УК-3 | У1 |
| 55. | <b>Запишите правильный ответ.</b><br>Осознаваемый результат, на достижение которого направлено поведение называется:   | УК-3 | У1 |
| 56. | <b>Запишите правильный ответ.</b><br>Личностный кризис всегда имеет _____ последствия для личности, изменяет что-то в человеке или в его образе жизни.   | УК-3 | 31 |
| 57. | <b>Запишите правильный ответ.</b><br>_____ личностного роста – занятия, направленные на раскрытие и совершенствование личностных качеств человека. На таких тренингах акцент делается не на то, чтобы лучше адаптировать человека в окружающем мире и социуме (этим занимаются, например, коммуникативные тренинги), а на самопознании, саморазвитии и самопринятии, изменении привычных стереотипов поведения и мышления, увеличении спонтанности, удовлетворенности собой и качеством своей жизни. | УК-3 | Н1 |
| 58. | <b>Запишите правильный ответ.</b><br>Прежде всего, нужно отметить, что _____ целей – это перечень задач, созданный по принципу иерархии и имеющий чёткую структуру. Здесь работает следующий принцип: более низкие задачи являются основой для достижения более высоких, а в самом верху пирамиды находится главная, генеральная цель. Поэтому для восхождения к вершине необходимо разложить её на более мелкие задания, совокупное прохождение которых способствует достижению главной установки.  | УК-3 | Н1 |
| 59. | <b>Запишите правильный ответ.</b><br>Техника неврологических уровней, или _____ Дилтса – это концепция, помогающая понять смысл действий человека на разных уровнях. Она исследует конкретную задачу/цель с помощью постепенного перехода от уровня повседневной жизни до уровня, где человек полностью осмысливает свою миссию и предназначение.  | УК-3 | Н1 |

| 60.  | <b>Запишите правильный ответ.</b><br>Для развития карьеры работнику необходимо наличие индивидуального плана развития, постановки цели, использование организации.   | УК-3   | Н1   |               |  |            |  |      |    |
|--|--|--|--|---------------|--|------------|--|------|----|
| 61.  | <b>Выберите правильный ответ.</b> Раскрытие творческого потенциала личности является<br>1. важным залогом роста профессионализма личности<br>2. способом организации рефлексивной деятельности<br>3. предпосылкой развития волевых качеств личности<br>4. переживанием радости от успеха в работе  | УК-6   | З1   |               |  |            |  |      |    |
| 62.  | <b>Выберите правильный ответ.</b> Активизация рефлексивно-инновационного потенциала развивающейся личности связана<br>1. с развитием рефлексивной культуры<br>2. с готовностью принять помощь и оказать ее другим<br>3. со склонностью сильно увлекаться своей работой<br>4. с переживанием радости от успеха в работе   | УК-6   | У1   |               |  |            |  |      |    |
| 63.  | <b>Выберите правильный ответ.</b> Жизненный путь личности с точки зрения психологии:<br>1. развитие и формирование личности в социуме;<br>2. прохождение этапов взросления с раннего возраста до глубокой старости;<br>3. профессиональный и карьерный рост индивида.  | УК-6   | У1   |               |  |            |  |      |    |
| 64.  | <b>Выберите правильный ответ.</b> Мотивы личности в психологии:<br>1. движущая и направляющая сила деятельности;<br>2. тайны и желания индивида;<br>3. факторы, объясняющие поведения индивида.  | УК-6   | З1   |               |  |            |  |      |    |
| 65.  | <b>Выберите правильный ответ.</b> Понятие успешной карьеры и успешного карьерного поведения связывают:<br>1. с последовательностью изменений профессий, статусов, ролей, видов работ и т.д.<br>2. с успешным профессиональным самоопределением<br>3. с социальной адаптивностью и успешностью жизненного пути<br>4. с более или менее структурированным и осознанным жизненным и профессиональным проектом   | УК-6   | У1   |               |  |            |  |      |    |
| 66.  | <b>Установите правильное соответствие</b> между группами факторов, детерминирующих профессиональное становление и развитие (левый столбец) и их перечнем (правый столбец). Каждый ответ правого столбца может быть использован два раза.<br><table border="1" data-bbox="316 1617 1254 2029"> <thead> <tr> <th>Группы факторов, детерминирующих профессиональное становление и развитие</th> <th>Перечень факторов, детерминирующих профессиональное становление и развитие</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>А. Внутренние</td> <td>1. Социально-профессиональная активность.<br/>2. Ведущая учебно-профессиональная и профессиональная деятельность.</td> </tr> <tr> <td>Б. Внешние</td> <td>3. Мотивы и смыслы профессиональной деятельности.<br/>4. Социально-экономические условия.</td> </tr> </tbody> </table> | Группы факторов, детерминирующих профессиональное становление и развитие | Перечень факторов, детерминирующих профессиональное становление и развитие | А. Внутренние | 1. Социально-профессиональная активность.<br>2. Ведущая учебно-профессиональная и профессиональная деятельность. | Б. Внешние | 3. Мотивы и смыслы профессиональной деятельности.<br>4. Социально-экономические условия. | УК-6 | Н1 |
| Группы факторов, детерминирующих профессиональное становление и развитие | Перечень факторов, детерминирующих профессиональное становление и развитие   |  |  |               |  |            |  |      |    |
| А. Внутренние  | 1. Социально-профессиональная активность.<br>2. Ведущая учебно-профессиональная и профессиональная деятельность.   |  |  |               |  |            |  |      |    |
| Б. Внешние   | 3. Мотивы и смыслы профессиональной деятельности.<br>4. Социально-экономические условия.   |  |  |               |  |            |  |      |    |
| 67.  | <b>Выберите правильный ответ.</b> К профессиональным деструкциям,  | УК-6   | Н1   |               |  |            |  |      |    |

|   | <p>которые отрицательно сказываются на динамике роста, искажают профиль личности, изменяют траекторию профессиональной жизни человека, относятся:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. вклад в развитие работников на заключительной стадии их карьеры слишком дорого обходится организации и не оправдывает себя</li> <li>2. заниматься любимым делом – главный приоритет</li> <li>3. стремиться озвучивать пожелания по зарплате первым в ходе собеседования</li> <li>4. смена работы раз в 5 лет влияет на карьеру в будущем</li> </ol>  |                                 |                      |   |   |                                      |   |   |  |      |    |
|---|--|---------------------------------|----------------------|---|---|--------------------------------------|---|---|--|------|----|
| 68.   | <p><b>Выберите несколько правильных вариантов ответа.</b> Факторы, влияющие на профессиональную успешность и карьерный рост:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. творческая и профессиональная активность, проявленная во время обучения в вузе</li> <li>2. смена сферы деятельности и возможность начинать все с нуля</li> <li>3. стаж деятельности на определенной должности или профессии</li> <li>4. ориентироваться на мнение коллектива в принятии решений</li> </ol>  | УК-6                            | У1                   |   |   |                                      |   |   |  |      |    |
| 69.   | <p><b>Выберите несколько правильных вариантов ответа.</b> Факторы, влияющие на профессиональную успешность и карьерный рост:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. уровень творческой активности в процессе трудовой деятельности</li> <li>2. возраст</li> <li>3. эмоционально-волевые состояния, такие как: воля, стрессоустойчивость и эмоциональная устойчивость</li> <li>4. гендерная принадлежность</li> </ol>  | УК-6                            | У1                   |   |   |                                      |   |   |  |      |    |
| 70.   | <p><b>Выберите правильный ответ.</b> Неформальным показателем профессионального становления НЕ является:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. диплом специалиста</li> <li>2. профессиональное мышление</li> <li>3. умение применять нестандартные средства для решения задач</li> <li>4. востребованность труда</li> </ol>  | УК-6                            | Н1                   |   |   |                                      |   |   |  |      |    |
| 71.   | <p><b>Установите правильное соответствие</b> между классификацией личностных тестов (левый столбец) и их общей характеристикой (правый столбец). Каждый ответ правого столбца может быть использован один раз.</p> <table border="1" data-bbox="316 1464 1233 2056"> <thead> <tr> <th>Классификация личностных тестов</th> <th>Общая характеристика</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>А. Направлены на комплексное описание типа личности</td> <td>1. Включают вопросы и задания для оценки степени продвинутости способностей, знаний, навыков, умений после прохождения человеком обучения, профессиональной и другой подготовки</td> </tr> <tr> <td>Б. Направлены на оценку способностей</td> <td>2. Звучат вопросы о вашей жизни и ваших привычках, ответы на которые позволяют сделать какое-то заключение о вас.</td> </tr> <tr> <td>В. Направленные на оценку уровня необходимых для работы навыков</td> <td>3. Включают вопросы для оценки возможностей индивида в овладении знаниями, навыка-</td> </tr> </tbody> </table> | Классификация личностных тестов | Общая характеристика | А. Направлены на комплексное описание типа личности | 1. Включают вопросы и задания для оценки степени продвинутости способностей, знаний, навыков, умений после прохождения человеком обучения, профессиональной и другой подготовки | Б. Направлены на оценку способностей | 2. Звучат вопросы о вашей жизни и ваших привычках, ответы на которые позволяют сделать какое-то заключение о вас. | В. Направленные на оценку уровня необходимых для работы навыков | 3. Включают вопросы для оценки возможностей индивида в овладении знаниями, навыка- | УК-6 | У1 |
| Классификация личностных тестов                                 | Общая характеристика   |                                 |                      |   |   |                                      |   |   |  |      |    |
| А. Направлены на комплексное описание типа личности             | 1. Включают вопросы и задания для оценки степени продвинутости способностей, знаний, навыков, умений после прохождения человеком обучения, профессиональной и другой подготовки  |                                 |                      |   |   |                                      |   |   |  |      |    |
| Б. Направлены на оценку способностей                            | 2. Звучат вопросы о вашей жизни и ваших привычках, ответы на которые позволяют сделать какое-то заключение о вас.  |                                 |                      |   |   |                                      |   |   |  |      |    |
| В. Направленные на оценку уровня необходимых для работы навыков | 3. Включают вопросы для оценки возможностей индивида в овладении знаниями, навыка-   |                                 |                      |   |   |                                      |   |   |  |      |    |

|     |   |  |      |    |
|-----|---|--|------|----|
|     |   | ми, умениями, необходимыми для одной или нескольких деятельностей. |      |    |
| 72. | <b>Выберите несколько правильных вариантов ответа.</b> Какие из утверждений о жизненном пути личности являются верными:<br>1. жизненный путь личности зависит от макро- и микросреды ее развития<br>2. жизненный путь личности зависит только от макросреды ее развития<br>3. основной единицей жизненного пути является переживание<br>4. основной единицей жизненного пути является событие   |  | УК-6 | 31 |
| 73. | <b>Выберите несколько правильных вариантов ответа.</b> Личностный кризис всегда:<br>1. нежелателен для человека и его нужно избегать<br>2. очень полезен для человека, и к нему нужно стремиться<br>3. имеет неопределенные последствия для личности<br>4. изменяет что-то в человеке или в его образе жизни  |  | УК-6 | У1 |
| 74. | <b>Выберите несколько правильных вариантов ответа.</b> Самоэффективность по А. Бандуре зависит от:<br>1. вербального убеждения<br>2. сферы и характера деятельности личности<br>3. наблюдаемого опыта других людей<br>4. прошлого опыта личности  |  | УК-6 | 31 |
| 75. | <b>Выберите несколько правильных вариантов ответа.</b> Условиями для укрепления психологического здоровья, развития психологического благополучия и становления качественной жизни выступают:<br>1. способность жить сообразно культуре и преодолевая культуру<br>2. творческие переживания личности<br>3. признание достоинства и безусловной ценности Другого   |  | УК-6 | 31 |
| 76. | <b>Установите правильную последовательность</b> этапов развития карьеры работника:<br>1. разработка индивидуального плана развития<br>2. постановки цели<br>3. использование возможностей организации   |  | УК-6 | Н1 |
| 77. | <b>Установите правильную последовательность</b> стадий карьеры:<br>1. Обучение профессии<br>2. Профессионализм<br>3. Достижение успеха<br>4. Включение в трудовую деятельность<br>5. Мастерство<br>6. Переоценка ценностей  |  | УК-6 | У1 |
| 78. | <b>Установите правильную последовательность</b> видов потребностей в иерархии А. Маслоу:<br>1. Потребности в безопасности: экономическая, физическая, условия жизни.<br>2. Социальные потребности: социальные связи, общение, совместная деятельность.<br>3. Физиологические потребности: еда, жилье, одежда, вода, воздух, сон и т. д.<br>4. Самоактуализация: самовыражение, самоидентификация.<br>5. Самоуважение: уважение или признание со стороны других, |  | УК-6 | 31 |

|     |   |   |    |
|-----|---|---|----|
|     | служебный рост.   |   |    |
| 79. | <b>Установите правильную последовательность</b> этапов карьерного развития<br>1. Поиск работы<br>2. Составление резюме<br>3. Выход на новую работу и адаптация<br>4. Собеседование и найм<br>5. Профессиональное самоопределение<br>6. Карьерный рост   | УК-6  | У1 |
| 80. | <b>Установите правильную последовательность</b> возможных шагов на пути профессионального становления:<br>1. Узнать, какие знания и уровень образования необходимы для данной профессии.<br>2. Понять, какая профессия или специальность вас мотивирует.<br>3. Составить новое резюме с учётом поставленных целей.<br>4. Получить образование и необходимые навыки.<br>5. Найти вакансии и приглашения на собеседования.<br>6. Претендовать на повышение и профессиональный рост. | УК-6  | Н1 |
| 81. | <b>Выберите правильный ответ.</b> Направление в образовании, обеспечивающее удовлетворение образовательных потребностей лиц, занятых самостоятельной профессиональной деятельностью, называется<br>1. Образование взрослых<br>2. Повышение квалификации<br>3. Культурный досуг<br>4. Профессиональная переподготовка  | УК-6  | З1 |
| 82. | <b>Установите правильное соответствие</b> между теориями профессионального развития (левый столбец) и их сущностью (правый столбец). Каждый ответ правого столбца может быть использован один раз.  | УК-6  | З1 |
|     | Теории профессионального развития   | Сущность теорий профессионального развития  |    |
|     | А. Дифференциально-аналитическое направление (1909 г. Ф. Парсонс)   | 1. Выбор профессии обусловлен определенным уровнем развития, сформированностью способностей и интересов. Профессиональный выбор – это длительный, продолжающийся более 10 лет процесс, включающий в себя ряд взаимосвязанных решений. |    |
|     | Б. Психоаналитическое направление (психодинамическое)   | 2. Выбор профессии рассматривается как форма удовлетворения ранних детских инстинктивных потребностей благодаря выходу в ту или иную профессиональную область либидиозной энергии. Выбор профессии понимается как процесс сублимации. |    |
|     | В. Теория развития  | 3. Каждый человек по своим индивидуальным качествам и прежде  |    |

|   |  | всего по профессионально значимым способностям наиболее подходит для единственной профессии. |                 |                               |                                |  |   |  |                                |  |                             |   |                                |  |      |    |
|---|--|--|-----------------|-------------------------------|--------------------------------|--|---|--|--------------------------------|--|-----------------------------|---|--------------------------------|--|------|----|
| 83.   | <p><b>Установите правильное соответствие</b> между личностными типами (левый столбец) и ведущим предметом труда (правый столбец). Каждый ответ правого столбца может быть использован один раз.</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th>Личностные типы</th> <th>Ведущий предмет труда</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>А. Тип П – «человек – природа»</td> <td>1. Ведущий предмет труда – растения, животные, микроорганизмы.</td> </tr> <tr> <td>Б. Тип Х – «человек – художественный образ»</td> <td>2. Ведущий предмет труда – технические системы, вещественные объекты, материалы, виды энергии.</td> </tr> <tr> <td>В. Тип Т – «человек – техника»</td> <td>3. Ведущий предмет труда – люди, группы, коллективы, общности людей.</td> </tr> <tr> <td>Г. Тип З – «человек – знак»</td> <td>4. Ведущий предмет труда – условные знаки, цифры, коды, естественные или искусственные языки.</td> </tr> <tr> <td>Д. Тип Ч – «человек – человек»</td> <td>5. Ведущий предмет труда – художественные образы, условия их построения.</td> </tr> </tbody> </table> |  | Личностные типы | Ведущий предмет труда         | А. Тип П – «человек – природа» | 1. Ведущий предмет труда – растения, животные, микроорганизмы. | Б. Тип Х – «человек – художественный образ» | 2. Ведущий предмет труда – технические системы, вещественные объекты, материалы, виды энергии. | В. Тип Т – «человек – техника» | 3. Ведущий предмет труда – люди, группы, коллективы, общности людей. | Г. Тип З – «человек – знак» | 4. Ведущий предмет труда – условные знаки, цифры, коды, естественные или искусственные языки. | Д. Тип Ч – «человек – человек» | 5. Ведущий предмет труда – художественные образы, условия их построения. | УК-6 | У1 |
| Личностные типы                             | Ведущий предмет труда  |  |                 |                               |                                |  |   |  |                                |  |                             |   |                                |  |      |    |
| А. Тип П – «человек – природа»              | 1. Ведущий предмет труда – растения, животные, микроорганизмы.   |  |                 |                               |                                |  |   |  |                                |  |                             |   |                                |  |      |    |
| Б. Тип Х – «человек – художественный образ» | 2. Ведущий предмет труда – технические системы, вещественные объекты, материалы, виды энергии.   |  |                 |                               |                                |  |   |  |                                |  |                             |   |                                |  |      |    |
| В. Тип Т – «человек – техника»              | 3. Ведущий предмет труда – люди, группы, коллективы, общности людей.   |  |                 |                               |                                |  |   |  |                                |  |                             |   |                                |  |      |    |
| Г. Тип З – «человек – знак»                 | 4. Ведущий предмет труда – условные знаки, цифры, коды, естественные или искусственные языки.  |  |                 |                               |                                |  |   |  |                                |  |                             |   |                                |  |      |    |
| Д. Тип Ч – «человек – человек»              | 5. Ведущий предмет труда – художественные образы, условия их построения.   |  |                 |                               |                                |  |   |  |                                |  |                             |   |                                |  |      |    |
| 84.   | <p><b>Выберите правильный ответ.</b> Личностный потенциал – это:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Комплекс психологических свойств, дающий человеку возможность принимать решения и регулировать свое поведение, учитывая и оценивая ситуацию, но, исходя, прежде всего, из своих внутренних представлений и критериев.</li> <li>2. Биологические предпосылки и приобретенный в процессе жизни социальный опыт, а также активная предметная деятельность.</li> <li>3. Обычно приобретение человеком некоторой суммы знаний и умений, усвоение морально-этических норм и правил поведения.</li> </ol>  |  | УК-6            | З1                            |                                |  |   |  |                                |  |                             |   |                                |  |      |    |
| 85.   | <p><b>Выберите несколько правильных вариантов ответа.</b> Трудовой потенциал личности включает совокупность различных качеств, таких как:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Способность и склонность работника к труду, состояние его здоровья, выносливость, тип нервной системы</li> <li>2. Объем общих и специальных знаний, трудовых навыков и умений, определяющих способность к труду соответствующей квалификации</li> <li>3. Уровень сознания и ответственности, социальной зрелости, идейной убежденности, интересов и потребностей</li> </ol>  |  | УК-6            | У1                            |                                |  |   |  |                                |  |                             |   |                                |  |      |    |
| 86.   | <p><b>Установите правильное соответствие</b> между видами обучения (левый столбец) и их характеристикой (правый столбец). Каждый ответ правого столбца может быть использован один раз.</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th>Виды обучения</th> <th>Характеристика видов обучения</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td></td> <td></td> </tr> </tbody> </table>  |  | Виды обучения   | Характеристика видов обучения |                                |  | УК-6  | Н1   |                                |  |                             |   |                                |  |      |    |
| Виды обучения                               | Характеристика видов обучения  |  |                 |                               |                                |  |   |  |                                |  |                             |   |                                |  |      |    |
|   |  |  |                 |                               |                                |  |   |  |                                |  |                             |   |                                |  |      |    |

|     |  |   |      |    |
|-----|--|---|------|----|
|     | А. Переподготовка кадров   | 1. Планомерное и организованное обучение и выпуск квалифицированных кадров для всех областей человеческой деятельности, владеющих совокупностью специальных знаний, навыков и способов общения. |      |    |
|     | Б. Подготовка кадров   | 2. Обучение кадров в целях усовершенствования знаний, умений, навыков и способов общения в связи с повышающимися требованиями к профессии либо повышением в должности.                          |      |    |
|     | В. Повышение квалификации кадров   | 3. Обучение кадров в целях освоения новых знаний, умений, навыков и способов общения в связи с овладением новой профессией или изменившимися требованиями к содержанию и результатам труда.     |      |    |
| 87. | <p><b>Выберите правильный ответ.</b> Наиболее перспективным является отношение к обучению как к:</p> <p>1. Вовлечению работников в анализ существующих проблем или конкретных случаев и создание соответствующих проектов по их устранению</p> <p>2. Вложению средств в человеческие ресурсы организации и должно оцениваться подобно другим инвестициям с точки зрения того, является ли этот способ вложения средств наилучшим и наиболее эффективным</p> <p>3. Повышению эффективности деятельности организации в целом</p> |   | УК-6 | 31 |
| 88. | <p><b>Выберите правильный ответ.</b> Ведущей деятельностью в зрелом возрасте следует считать:</p> <p>1. Достижение наивысшего развития духовных, интеллектуальных и физических способностей личности</p> <p>2. Дальнейшее развитие и совершенствование структур, сформированных в детском и юношеском возрасте</p> <p>3. Максимальную реализацию сущностных сил человека в ходе активного включения в производительную жизнь общества.</p>   |   | УК-6 | 31 |
| 89. | <p><b>Выберите правильный ответ.</b> Зона актуального развития – это:</p> <p>1. Деятельность, направленная на создание общественно полезного продукта, удовлетворяющего материальные или духовные потребности людей</p> <p>2. Наши сегодняшние возможности, план самостоятельных действий и умений</p> <p>3. Процесс систематического овладения знаниями, умениями и навыками, необходимыми для выполнения трудовой деятельности</p>   |   | УК-6 | У1 |
| 90. | <p><b>Выберите правильный ответ.</b> Карьерное планирование – это:</p> <p>1. Представление о развитии собственной профессиональной эффективности</p> <p>2. Постоянный и длительный процесс, который позволяет увеличить результативность работы</p> <p>3. Адекватное представление о себе: понимание своих сильных</p>   |   | УК-6 | 31 |

|      |   |      |    |
|------|---|------|----|
|      | личностных сторон, умений и компетенций   |      |    |
| 91.  | <b>Вставь недостающее слово в определение (имя существ., един. число).</b><br>Субъект профессиональной деятельности, обладающий высокими показателями профессионализма личности и деятельности, имеющий высокий профессиональный и социальный статус, нацеленный на самосовершенствование – это _____.                    | УК-6 | У1 |
| 92.  | <b>Запишите правильный ответ.</b><br>Наиболее важное личностно-профессиональное качество – это _____.   | УК-6 | З1 |
| 93.  | <b>Запишите правильный ответ.</b><br>_____ компонент является базовым в системе нравственной регуляции деятельности и поведения у профессионала.  | УК-6 | У1 |
| 94.  | <b>Запишите правильный ответ.</b><br>Наивысший уровень _____ и активизации мотивации характерен для возрастного периода 30-35 лет.  | УК-6 | З1 |
| 95.  | <b>Запишите правильный ответ.</b><br>Личностным коррелятором высокого уровня самоконтроля является _____.   | УК-6 | З1 |
| 96.  | <b>Запишите правильный ответ.</b><br>Свойства личности, сформировавшиеся в ходе жизненного опыта, связанные с преодолением препятствий и выработки силы воли – это _____ качества личности.   | УК-6 | У1 |
| 97.  | <b>Вставь недостающее слово в определение (имя существ., един. число).</b><br>Оценивание собственных личностных качеств, чувств, достоинств и демонстрация их окружающим – это _____ личности.  | УК-6 | У1 |
| 98.  | <b>Запишите правильный ответ.</b><br>Осознание индивидом собственных потребностей, способностей, мотивов поведения, мыслей – это _____ личности.  | УК-6 | З1 |
| 99.  | <b>Запишите правильный ответ.</b><br>Набор специальных характеристик человека, которые отличают одного индивида от другого – это _____.   | УК-6 | З1 |
| 100. | <b>Вставь недостающее слово в определение (имя существ., един. число).</b><br>_____ – это индивидуально осознанная позиция и поведение человека, связанные с развитием его профессиональной деятельности и опыта на протяжении всей жизни, которые не являются зависимыми от физических границ организации и государства. | УК-6 | У1 |
| 101. | <b>Запишите правильные ответы.</b><br>Необходимыми качествами для построения карьеры являются общительность, доброжелательность и _____:  | УК-6 | У1 |
| 102. | <b>Запишите правильный ответ.</b><br>_____ карьерного потенциала позволяет руководителю и работнику обсудить и связать прошлое исполнение, интересы карьеры и потребности в повышении квалификации в последовательный план карьерного продвижения.  | УК-6 | Н1 |
| 103. | <b>Запишите правильный ответ.</b><br>Процесс выбора личностью профессионального пространства, создающий основы для планирования карьеры и постановки карьерных целей – профессиональное _____.  | УК-6 | У1 |

|      |   |      |    |
|------|---|------|----|
| 104. | <b>Запишите правильный ответ.</b><br>Содержанием этапа _____ является процесс совершенствования и самораскрытия субъекта трудовой деятельности  | УК-6 | 31 |
| 105. | <b>Запишите правильный ответ.</b><br>Степень трудности тех целей, к которым стремится человек и достижение которых представляется человеку привлекательным и возможным, характеризует уровень _____.  | УК-6 | 31 |
| 106  | <b>Запишите правильный ответ.</b><br>Процесс и принцип формирования личности, предусматривающий создание таких систем образования, которые открыты для людей любого возраста, способствуют его развитию, вовлекают его в процесс овладения знаниями, умениями, навыками и способами поведения (общения) в течение всей жизни – это _____ образование. | УК-6 | Н1 |
| 107. | <b>Запишите правильный ответ.</b><br>Основаниями для составления плана развития карьеры является _____ на карьеру.  | УК-6 | 31 |
| 108  | <b>Запишите правильный ответ.</b><br>Инструменты _____ позволяют: управлять собственными временными ресурсами, вовремя выполнять и сдавать работу, бороться с собственной неэффективностью.   | УК-6 | Н1 |
| 109. | <b>Запишите правильный ответ.</b><br>_____ является, по мнению А. Маслоу, редким феноменом, так как многие люди не понимают пользы, смысла самосовершенствования, многие люди просто не видят своих возможностей, не подозревают об их существовании, у них присутствует страх успеха (комплекс Ионы).  | УК-6 | 31 |
| 110. | <b>Вставь недостающее слово в определение (имя существ., мн. число).</b><br>_____ рассматривается как: особая форма развития, при которой на первый план выдвигаются самодетерминированность и самоуправляемость качественных индивидуальных и личностных преобразований, достигающих полноты своего осуществления.                                   | УК-6 | 31 |
| 111. | <b>Запишите правильный ответ.</b><br>_____ тренировка – один из мощнейших способов влияния на психологическое состояние организма. Произносимые во время самовнушения мысли могут становиться сущностью человека, тем самым значительно перестраивая его внутренний мир.  | УК-6 | Н1 |
| 112. | <b>Запишите правильный ответ.</b><br>Периодическое приобретение специализированных знаний и навыков в различных областях согласно вашим конкретным целям. Перманентное формирование и поддержание комплексной непротиворечивой системы собственных долгосрочных и среднесрочных целей. Стратегический подход к жизни. Это направления _____.          | УК-6 | Н1 |
| 113. | <b>Запишите правильный ответ.</b><br>Неразвитость способности к самопознанию, влияние сложившихся стереотипов и установок; несформированность механизмов саморазвития – это _____ саморазвития.   | УК-6 | У1 |
| 114. | <b>Запишите правильный ответ.</b><br>При благоприятных условиях, если есть _____ и она вос-   | УК-6 | 31 |

|      |  |      |    |
|------|--|------|----|
|      | принимается как сфера самореализации, т. е. отвечает жизненным притязаниям личности, где воплощаются мотивы смысла жизни, если обнаруживаются достижения и успехи, процесс саморазвития в формах самосовершенствования и самоактуализации проходит интенсивно, эффективно, порождает высокий уровень самоуважения, чувство идентичности с собой и с деятельностью, удовлетворенность собой и своей жизнью. |      |    |
| 115. | <b>Запишите правильный ответ.</b><br>Для того чтобы избежать проблемы несоответствия профессии вашей личной долгосрочной карьерной цели, важно понимать свой карьерный _____ и действовать в согласии с ним.   | УК-6 | У1 |
| 116. | <b>Запишите правильный ответ.</b><br>Для нашего _____ роста чрезвычайно важны личностные качества, особенности характера, которые способствуют нашему благополучию и улучшает качество жизни.  | УК-6 | 31 |
| 117. | <b>Запишите правильный ответ.</b><br>Одним из эффективных способов управления небольшими, средними, крупными и личными проектами является система _____. Ее смысл заключается в постановке любой цели, которая должна быть конкретной, измеряемой, исполняемой, реалистичной, достигаемой к определенному моменту времени.   | УК-6 | Н1 |
| 118. | <b>Запишите правильный ответ.</b><br>Неоценимую помощь в саморазвитии и личностном росте может оказать ведение личного _____, в котором человек анализирует прожитый день, оценивает свои действия, видит свои ошибки. Также при длительном ведении _____ можно увидеть результаты своей работы, изменение личностных качеств.   | УК-6 | Н1 |
| 119. | <b>Запишите правильный ответ.</b><br>Метод постановки _____ помогает человеку определиться со своими желаниями, которых он хочет достичь в результате личностного и профессионального становления.   | УК-6 | Н1 |
| 120. | <b>Запишите правильный ответ.</b><br>Если мы _____ своей карьерой, то становится понятно, куда, как и зачем мы двигаемся. Мы ставим краткосрочные и долгосрочные цели и достигаем их. Развиваемся и растём, становясь востребованным специалистом в любом возрасте.  | УК-6 | У1 |

### 5.3.2.2. Вопросы для устного опроса

| №  | Содержание   | Компетенция  | ИДК                              |
|----|--|--------------|----------------------------------|
| 1. | Каковы представления о мотивации личности к саморазвитию в зарубежных концепциях?                        | УК-3         | ИД-1УК-3<br>ИД-2УК-3             |
| 2. | Каковы представления о мотивации личности к саморазвитию в отечественных концепциях?                     | УК-3         | ИД-1УК-3<br>ИД-2УК-3             |
| 3. | Как понимается «саморазвитие личности» в разных психологических концепциях?                              | УК-3         | ИД-1УК-3<br>ИД-2УК-3             |
| 4. | Раскройте содержание понятий «саморазвитие», «самоактуализация», «самореализация», «самотрансценденция». | УК-3<br>УК-6 | ИД-1УК-3<br>ИД-2УК-3<br>ИД-1УК-6 |
| 5. | Раскройте содержание понятий «образ жизни личности и ее  | УК-3         | ИД-1УК-3                         |

|     |  |              |                                  |
|-----|--|--------------|----------------------------------|
|     | жизненный путь», «жизненные перспективы».  | УК-6         | ИД-2УК-3<br>ИД-1УК-6             |
| 6.  | Раскройте суть идей о движущих силах и условиях саморазвития личности в различных концепциях.                    | УК-3<br>УК-6 | ИД-1УК-3<br>ИД-2УК-3<br>ИД-1УК-6 |
| 7.  | Что такое самосознание личности, Я-концепция, самоидентичность?  | УК-3<br>УК-6 | ИД-1УК-3<br>ИД-2УК-3<br>ИД-1УК-6 |
| 8.  | Как соотносятся понятия «ценности» и «ценностные ориентации» личности?   | УК-3<br>УК-6 | ИД-1УК-3<br>ИД-2УК-3<br>ИД-1УК-6 |
| 9.  | Раскройте содержание понятий «самопринятие» и «самопрогнозирование».   | УК-3<br>УК-6 | ИД-1УК-3<br>ИД-2УК-3<br>ИД-1УК-6 |
| 10. | Как проявляется готовность личности к жизненному и профессиональному самоопределению и саморазвитию?             | УК-3<br>УК-6 | ИД-1УК-3<br>ИД-2УК-3<br>ИД-1УК-6 |
| 11. | Что такое тайм-менеджмент?   | УК-3<br>УК-6 | ИД-1УК-3<br>ИД-2УК-3<br>ИД-1УК-6 |
| 12. | Какие техники тайм-менеджмента вы используете в повседневной жизни и (или) в процессе обучения?                  | УК-3<br>УК-6 | ИД-1УК-3<br>ИД-2УК-3<br>ИД-1УК-6 |
| 13. | Что такое самоменеджмент?  | УК-3<br>УК-6 | ИД-1УК-3<br>ИД-2УК-3<br>ИД-1УК-6 |
| 14. | Назовите методы и техники самоменеджмента.   | УК-3<br>УК-6 | ИД-1УК-3<br>ИД-2УК-3<br>ИД-1УК-6 |
| 15. | Проанализируйте известные вам способы повышения личной эффективности.  | УК-3<br>УК-6 | ИД-1УК-3<br>ИД-2УК-3<br>ИД-1УК-6 |
| 16. | Как проявляется мотивация самосовершенствования?   | УК-3<br>УК-6 | ИД-1УК-3<br>ИД-2УК-3<br>ИД-1УК-6 |
| 17. | В чем состоит проблема самоактуализации в теории А. Маслоу.  | УК-3         | ИД-1УК-3<br>ИД-2УК-3             |
| 18. | Как осуществляется мотивация отдельных видов деятельности?   | УК-3<br>УК-6 | ИД-1УК-3<br>ИД-2УК-3<br>ИД-1УК-6 |
| 19. | Возможна ли переоценка ценностей на жизненном пути.  | УК-3<br>УК-6 | ИД-1УК-3<br>ИД-2УК-3<br>ИД-1УК-6 |
| 20. | Дайте определение и характеристику понятиям «профессиональное качество» и «смысл профессиональной деятельности». | УК-3<br>УК-6 | ИД-1УК-3<br>ИД-2УК-3<br>ИД-1УК-6 |
| 21. | В чем заключается профилактика профессионального выгорания личности.   | УК-3<br>УК-6 | ИД-1УК-3<br>ИД-2УК-3<br>ИД-1УК-6 |
| 22. | Охарактеризуйте непрерывное образование как философско-педагогическую концепцию.                                 | УК-3         | ИД-1УК-3<br>ИД-2УК-3             |

|     |  |              |                                  |
|-----|--|--------------|----------------------------------|
| 23. | В чем Вы видите смысл неудачи, как мотивации личностного роста?    | УК-3<br>УК-6 | ИД-1УК-3<br>ИД-2УК-3<br>ИД-1УК-6 |
| 24. | Обоснуйте критерии личностного роста.                              | УК-3<br>УК-6 | ИД-1УК-3<br>ИД-2УК-3<br>ИД-1УК-6 |
| 25. | Что является движущими силами профессионального развития личности? | УК-3<br>УК-6 | ИД-1УК-3<br>ИД-2УК-3<br>ИД-1УК-6 |

### 5.3.2.3. Задачи для проверки умений и навыков

| №  | Содержание  | Компетенция  | ИДК  |
|----|---|--------------|--|
| 1. | Студент первого курса обучения, обратившись в психологическую службу вуза, жалуется на нехватку времени для подготовки к семинарским занятиям и предстоящей сессии, желание «бросить учебу». Смоделируйте возможные варианты беседы. Какие техники тайм-менеджмента и самоменеджмента можно ему предложить?   | УК-3<br>УК-6 | ИД-3УК-3<br>ИД-4УК-3<br>ИД-5УК-3<br>ИД-6УК-3<br>ИД-2УК-6 |
| 2. | Молодой человек стремится найти свое предназначение в жизни, периодически составляет списки целей и задач, намечая и записывая пути их достижения. Однако в его реальной жизни эти цели и задачи оказываются в большинстве случаев нереализованными. Какие ошибки может допускать молодой человек при таком планировании?   | УК-3<br>УК-6 | ИД-3УК-3<br>ИД-4УК-3<br>ИД-5УК-3<br>ИД-2УК-6             |
| 3. | Молодая женщина, 30 лет, высшее образование, десять лет работает специалистом по социальной работе. В последнее время чувствует усталость, ее раздражает «бесмысленность работы» и «люди с их постоянными проблемами». Определите возможные психологические проблемы и их причины.  | УК-3<br>УК-6 | ИД-3УК-3<br>ИД-4УК-3<br>ИД-5УК-3<br>ИД-2УК-6<br>ИД-3УК-6 |
| 4. | Какие из нижеприведенных особенностей характеризуют человека как личность, а какие как индивида: Целеустремленность, музыкальность, упрямство, вспыльчивость, вдумчивость, моральная воспитанность, высокая эмоциональность, низкая адаптация к темноте, стабильность, ригидность, старательность, трудолюбие, цельность, плохая пространственная координация, приятный голос, черные глаза, познавательная активность, хороший слух, критичность ума, внимательность, прекрасная дикция, подвижность, средний рост, артистичность. | УК-3<br>УК-6 | ИД-4УК-3<br>ИД-5УК-3<br>ИД-2УК-6                         |
| 5. | Напишите перечень личностных свойств и распределите их по группам в соответствии с психологической структурой личности: познавательная сфера, потребностно-мотивационная сфера, эмоциональная сфера, волевая сфера, способности, характер, самосознание.  | УК-3<br>УК-6 | ИД-4УК-3<br>ИД-5УК-3<br>ИД-2УК-6                         |
| 6. | Из приведенных примеров выберите те, которые характеризует поведение человека как индивида и как личности. Обоснуйте ответы.<br>- Сотрудник рассказывает коллеге, как он распределяет рабочее время.  | УК-3<br>УК-6 | ИД-4УК-3<br>ИД-5УК-3<br>ИД-2УК-6<br>ИД-3УК-6             |

|    |  |                  |  |
|----|--|------------------|--|
|    | - У студента К. прекрасная дикция и приятный голос.<br>- Девушка отличается выразительной мимикой, резкими движениями и быстрой походкой.  |                  |  |
| 7. | Ваш коллега неудачно выполнил какое-то задание, потерпел поражение, вследствие чего потерял веру в себя, разочаровался и не желает также интенсивно, как раньше, заниматься этим делом или учебным предметом.<br>Что бы Вы ему сказали? Каким образом можно не только успокоить, но и побудить, вдохновить его на работу и достижения? | УК-3<br><br>УК-6 | ИД-3УК-3<br>ИД-4УК-3<br>ИД-5УК-3<br>ИД-6УК-3<br>ИД-2УК-6<br>ИД-3УК-6 |
| 8. | Вас назначили начальником отстающего отдела крупной организации. Вы изучили сложившуюся здесь обстановку и решили провести собрание. Надо подготовиться к выступлению перед ним. Как бы Вы построили свое выступление?   | УК-3<br><br>УК-6 | ИД-3УК-3<br>ИД-4УК-3<br>ИД-5УК-3<br>ИД-6УК-3<br>ИД-2УК-6<br>ИД-3УК-6 |
| 9. | Изобразите наглядно-графически классификацию потребностей А. Маслоу, Дж. Роттера, К. Альдерфера. Добавьте пояснения. Какой теории придерживаетесь Вы? Ответ обоснуйте.   | УК-3<br><br>УК-6 | ИД-3УК-3<br>ИД-4УК-3<br>ИД-5УК-3<br>ИД-6УК-3<br>ИД-2УК-6<br>ИД-3УК-6 |

#### 5.3.2.4. Перечень тем докладов

| № п/п | Тема доклада  |
|-------|---|
| 1.    | Анализ потребностей личности (на примере литературного героя).            |
| 2.    | Анализ потребностей личности (на примере героя кинофильма).               |
| 3.    | Особенности образования взрослых.   |
| 4.    | Формы образования взрослых.   |
| 5.    | Жизненный опыт как стимул к развитию.                                     |
| 6.    | Взгляд на природу человека в психоанализе З. Фрейда.                      |
| 7.    | Взгляд на природу человека в индивидуальной психотерапии А. Адлера.       |
| 8.    | Взгляд на природу человека в логотерапии В. Франкла.                      |
| 9.    | Взгляд на природу человека в экзистенциальной терапии И. Ялома.           |
| 19.   | Самоактуализация личности в теории А. Маслоу.                             |
| 11.   | Понимание человека в концепции К. Роджерса.                               |
| 12.   | Жизненный путь человека в концепции Ш. Бюлер.                             |
| 13.   | Самораскрытие и доверие личности в работах С. Джулард.                    |
| 14.   | Модель «свобода-судьба» Э. Лукас.   |
| 15.   | Понимание человека в концепции Р. Мэй.                                    |
| 16.   | Понимание человека в концепции Дж. Бьюджентала.                           |
| 17.   | Модель личности в концепции Л. Бинсвангера.                               |
| 18.   | Личность, мотивация и смысл в работах Д.А. Леонтьева.                     |
| 19.   | Личность и стратегия жизни в работах К.А. Абульхановой-Славской.          |
| 20.   | Понимание психологии, личности и духовности в работах Е.Ф. Василюка.      |
| 21.   | Психология развития человека в работах В.И. Слободчикова и Е.И. Исаева.   |
| 22.   | Нравственные ориентиры и ценности как компоненты направленности личности. |
| 23.   | Биологическое, психологическое, социальное и духовное измерение личности. |

|     |  |
|-----|--|
| 24. | Психическое здоровье человека в концепции Б.С. Братуся.      |
| 25. | Роль саморазвития и самообразования в современном мире.      |
| 26. | Роль самообразования в профессии ...                         |
| 27. | Свобода и ответственность личности.                          |
| 28. | Мультизадачность современного человека – миф или реальность? |
| 29. | Психология успеха и счастья: достоинства и ограничения.      |
| 30. | Особенности самопознания и саморазвития в детском возрасте.  |
| 31. | Самопознание и саморазвитие во взрослости.                   |
| 32. | Самопознание и саморазвитие в пожилом возрасте.              |
| 33. | Само-менеджмент и тайм-менеджмент.                           |
| 34. | Акме как вершина профессиональных достижений.                |

### 5.3.2.5. Вопросы для контрольной (расчетно-графической) работы – «Не предусмотрены»

## 5.4. Система оценивания достижения компетенций

### 5.4.1. Оценка достижения компетенций в ходе промежуточной аттестации

|  |   |                         |                   |                  |                                       |
|--|---|-------------------------|-------------------|------------------|---------------------------------------|
| УК-3 Способен организовывать и руководить работой команды, вырабатывая командную стратегию для достижения поставленной цели      |   |                         |                   |                  |                                       |
| Индикаторы достижения компетенции УК-3   |   | Номера вопросов и задач |                   |                  |                                       |
| Код  | Содержание  | вопросы к экзамену      | задачи к экзамену | вопросы к зачету | вопросы по курсовому проекту (работе) |
| 31   | психологические принципы организации и руководства командной работой.   | -                       | -                 | 1-25             | -                                     |
| У1   | определять приоритеты личностного роста и способы совершенствования деятельности коллег в процессе выработки командной стратегии.     | -                       | -                 | 11; 21-25        | -                                     |
| Н1   | использования стратегий и технологий саморазвития и управления личностными ресурсами членов команды для достижения поставленной цели. | -                       | -                 | -                | -                                     |
| УК-6 Способен определять и реализовывать приоритеты собственной деятельности и способы ее совершенствования на основе самооценки |   |                         |                   |                  |                                       |
| Индикаторы достижения компетенции УК-6   |   | Номера вопросов и задач |                   |                  |                                       |
| Код  | Содержание  | вопросы к экзамену      | задачи к экзамену | вопросы к зачету | вопросы по курсовому проекту (работе) |
| 31   | приоритеты собственной деятельности и способы их совершен-  | -                       | -                 | 7-20; 22-25      | -                                     |

|    |   |   |   |       |   |
|----|---|---|---|-------|---|
|    | ствования   |   |   |       |   |
| У1 | самостоятельно организовывать собственную деятельность на основе самооценки личностных возможностей с учетом перспектив карьерного роста. | - | - | 22-25 | - |
| Н1 | использования приемов и техники саморазвития в процессе личностного и профессионального становления.                                      | - | - | -     | - |

#### 5.4.2. Оценка достижения компетенций в ходе текущего контроля

| УК-3 Способен организовывать и руководить работой команды, вырабатывая командную стратегию для достижения поставленной цели      |   |   |                        |                                      |
|--|---|---|------------------------|--------------------------------------|
| Индикаторы достижения компетенции УК-3   |   | Номера вопросов и задач   |                        |                                      |
| Код  | Содержание  | вопросы тестов  | вопросы устного опроса | задачи для проверки умений и навыков |
| З1   | психологические принципы организации и руководства командной работой.   | 1-3, 5, 8-9, 11, 13, 15-17, 20, 32, 34-36, 40, 42-43, 47-50, 52, 56                             | 1-25                   | -                                    |
| У1   | определять приоритеты личностного роста и способы совершенствования деятельности коллег в процессе выработки командной стратегии.     | 6-7, 10, 12, 14, 18-19, 22-23, 26, 31, 33, 37, 39, 41, 51, 53-55                                | -                      | 1-8                                  |
| Н1   | использования стратегий и технологий саморазвития и управления личностными ресурсами членов команды для достижения поставленной цели. | 4, 21, 24-25, 27-30, 38, 44-46, 57-60.  | -                      | 1-8                                  |
| УК-6 Способен определять и реализовывать приоритеты собственной деятельности и способы ее совершенствования на основе самооценки |   |   |                        |                                      |
| Индикаторы достижения компетенции УК-6   |   | Номера вопросов и задач   |                        |                                      |
| Код  | Содержание  | вопросы тестов  | вопросы устного опроса | задачи для проверки умений и навыков |
| З1   | приоритеты собственной деятельности и способы их совершенствования.   | 61, 64, 72, 74-75, 78, 81-82, 84, 87-88, 90, 92, 94-95, 98-99, 104-105, 107, 109-110, 114, 116. | 1-25                   | -                                    |
| У1   | самостоятельно организовывать   | 62-63, 65, 68-  | -                      | 1-8                                  |

|    |   |  |   |     |
|----|---|--|---|-----|
|    | собственную деятельность на основе самооценки личностных возможностей с учетом перспектив карьерного роста. | 69, 71, 73, 77, 79, 83, 85, 89, 91, 93, 96-97, 100-101, 103, 113, 115, 120 |   |     |
| Н1 | использования приемов и техники саморазвития в процессе личностного и профессионального становления.        | 66-67, 70, 76, 80, 86, 102, 106, 108, 111-112, 117-119.                    | - | 1-8 |

## 6. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

### 6.1. Рекомендуемая литература

| Тип рекомендаций     | Перечень и реквизиты литературы (автор, название, год и место издания)   | Количество экз. в библиотеке |
|----------------------|--|------------------------------|
| 1                    | 2  | 3                            |
| 2.1. Учебные издания | Абдалина Л. В. Развитие личности как субъекта деятельности [Электронный ресурс]: учебное пособие / Л. В. Абдалина, Л. Х. Егорова, Н. А. Уточкин, Б. И. Тенюшев, С. В. Левчук, А. А. Кузина, Н. А. Коваль, В. В. Комаров - Тамбов: ТГУ им. Г.Р. Державина, 2019 - 158 с. [ЭИ] [ЭБС Лань] URL: <a href="https://e.lanbook.com/book/137557">https://e.lanbook.com/book/137557</a> | -                            |
|                      | Базылевич Т. Ф. Психология высших достижений личности (психоакмеология) [электронный ресурс]: Монография / Т. Ф. Базылевич - Москва: ООО "Научно-издательский центр ИНФРА-М", 2021 - 330 с. [ЭИ] [ЭБС Знаниум] URL: <a href="http://znanium.com/catalog/document?id=374983">http://znanium.com/catalog/document?id=374983</a>  | -                            |
|                      | Байлук В. В. Самопознание и саморазвитие личности в их взаимосвязи [Электронный ресурс]: монография / В. В. Байлук - Екатеринбург: ЕАСИ, 2019 - 135 с. [ЭИ] [ЭБС Лань] URL: <a href="https://e.lanbook.com/book/136355">https://e.lanbook.com/book/136355</a>  | -                            |
|                      | Габдулина Л. И. Аксиологическая психология личности: теория и практика [электронный ресурс]: Учебное пособие / Л. И. Габдулина - Ростов-на-Дону: Издательство Южного федерального университета (ЮФУ), 2017 - 142 с. [ЭИ] [ЭБС Знаниум] URL: <a href="http://znanium.com/catalog/document?id=330624">http://znanium.com/catalog/document?id=330624</a>                          | -                            |
|                      | Гришина Н. В. Психология личности: пребывание в изменении [электронный ресурс]: Монография / Н. В. Гришина - Санкт-Петербург: Издательство Санкт-Петербургского государственного университета, 2019 - 576 с. [ЭИ] [ЭБС Знаниум] URL: <a href="http://znanium.com/catalog/document?id=374006">http://znanium.com/catalog/document?id=374006</a>                                 | -                            |
|                      | Минюрова С. А. Психология самопознания и саморазвития [Электронный ресурс]: учебник / С. А. Минюрова - Екатеринбург: УрГПУ, 2013 - 316 с. [ЭИ] [ЭБС Лань] URL: <a href="https://e.lanbook.com/book/129361">https://e.lanbook.com/book/129361</a>   | -                            |

| Тип рекомендаций           | Перечень и реквизиты литературы (автор, название, год и место издания)   | Количество экз. в библиотеке |
|----------------------------|--|------------------------------|
| 1                          | 2  | 3                            |
|                            | <p>Пикулева О. А. Психология самопрезентации личности [электронный ресурс]: Монография / О. А. Пикулева - Москва: ООО "Научно-издательский центр ИНФРА-М", 2022 - 320 с. [ЭИ] [ЭБС Знаниум] URL: <a href="http://znanium.com/catalog/document?id=392368">http://znanium.com/catalog/document?id=392368</a></p>   | -                            |
|                            | <p>Психология современного саморазвития [Электронный ресурс]: курс лекций для обучающихся очной и заочной форм обучения (уровень магистратура) / Воронежский государственный аграрный университет ; [сост. О. Н. Князева ; под общ. ред. Г. М. Щевелевой] - Воронеж: Воронежский государственный аграрный университет, 2021 [ПТ] URL: <a href="http://catalog.vsau.ru/elib/metod/m164830.pdf">http://catalog.vsau.ru/elib/metod/m164830.pdf</a></p>                                  | 1                            |
|                            | <p>Щукина М. А. Психология саморазвития личности [электронный ресурс]: Монография / М. А. Щукина - Санкт-Петербург: Издательство Санкт-Петербургского государственного университета, 2015 - 348 с. [ЭИ] [ЭБС Знаниум] URL: <a href="http://znanium.com/catalog/document?id=302332">http://znanium.com/catalog/document?id=302332</a></p>   | -                            |
| 2.2. Методические издания  | <p>Психология современного саморазвития [Электронный ресурс]: курс лекций для обучающихся очной и заочной форм обучения (уровень магистратура) / Воронежский государственный аграрный университет ; [сост. О. Н. Князева ; под общ. ред. Г. М. Щевелевой] - Воронеж: Воронежский государственный аграрный университет, 2021 [ПТ] URL: <a href="http://catalog.vsau.ru/elib/metod/m163375.pdf">http://catalog.vsau.ru/elib/metod/m163375.pdf</a></p>                                  | 1                            |
|                            | <p>Психология современного саморазвития [Электронный ресурс]: методические указания для самостоятельной работы обучающихся очной и заочной форм обучения (уровень магистратура) / Воронежский государственный аграрный университет ; [сост. О. Н. Князева ; под общ. ред. Г. М. Щевелевой] - Воронеж: Воронежский государственный аграрный университет, 2021 [ПТ] URL: <a href="http://catalog.vsau.ru/elib/metod/m164831.pdf">http://catalog.vsau.ru/elib/metod/m164831.pdf</a></p> | 1                            |
| 2.3. Периодические издания | <p>Развитие личности / Учредитель: Московский педагогический государственный университет - Москва: Московский педагогический государственный университет, 2020 [ЭИ] URL: <a href="https://elibrary.ru/contents.asp?titleid=9027">https://elibrary.ru/contents.asp?titleid=9027</a></p>   | 1                            |
|                            | <p>Социально-гуманитарные знания: научно-образовательный журнал / учредители: Министерство образования и науки РФ, Редакция журнала - Москва: редакция журнала "Социально-гуманитарные знания", 1999</p>   | 1                            |

## 6.2. Ресурсы сети Интернет

### 6.2.1. Электронные библиотечные системы

| № | Название                    | Размещение  |
|---|-----------------------------|---|
| 1 | Лань                        | <a href="https://e.lanbook.com">https://e.lanbook.com</a>               |
| 2 | ZNANIUM.COM                 | <a href="http://znanium.com/">http://znanium.com/</a>                   |
| 3 | ЮРАЙТ                       | <a href="http://www.biblio-online.ru/">http://www.biblio-online.ru/</a> |
| 4 | IPRbooks                    | <a href="http://www.iprbookshop.ru/">http://www.iprbookshop.ru/</a>     |
| 5 | E-library                   | <a href="https://elibrary.ru/">https://elibrary.ru/</a>                 |
| 6 | Электронная библиотека ВГАУ | <a href="http://library.vsau.ru/">http://library.vsau.ru/</a>           |

### 6.2.2. Профессиональные базы данных и информационные системы

| № | Название                                     | Адрес доступа   |
|---|--|---|
| 1 | Портал открытых данных РФ                    | <a href="https://data.gov.ru/">https://data.gov.ru/</a>           |
| 2 | Справочная правовая система Гарант           | <a href="http://www.consultant.ru/">http://www.consultant.ru/</a> |
| 3 | Справочная правовая система Консультант Плюс | <a href="http://ivo.garant.ru">http://ivo.garant.ru</a>           |

### 6.2.3. Сайты и информационные порталы

| № | Название                                 | Размещение  |
|---|--|---|
| 1 | Научно-популярный психологический портал | <a href="https://psychojournal.ru/">https://psychojournal.ru/</a>                 |
| 2 | Мир психологии                           | <a href="http://psychology.net.ru/articles">http://psychology.net.ru/articles</a> |

## 7. Материально-техническое и программное обеспечение дисциплины

### 7.1. Помещения для ведения образовательного процесса и оборудование

#### 7.1.1. Для контактной работы

|  |   |
|--|---|
| <p>Наименование помещений для проведения всех видов учебной деятельности, предусмотренной учебным планом, в том числе помещения для самостоятельной работы, с указанием перечня основного оборудования, учебно-наглядных пособий и используемого программного обеспечения</p>  | <p>Адрес (местоположение) помещений для проведения всех видов учебной деятельности, предусмотренной учебным планом (в случае реализации образовательной программы в сетевой форме дополнительно указывается наименование организации, с которой заключен договор)</p> |
| <p>Учебная аудитория для проведения учебных занятий: комплект учебной мебели, демонстрационное оборудование и учебно-наглядные пособия, презентационное оборудование, используемое программное обеспечение MS Windows, Office MS Windows, DrWeb ES, 7-Zip, MediaPlayer Classic, Яндекс Браузер / Mozilla Firefox / Internet Explorer, ALT Linux, LibreOffice</p> | <p>Российская Федерация, Воронежская область, городской округ город Воронеж, город Воронеж, улица Мичурина, дом 1<br/>а. 360, 371</p>   |

|  |  |
|--|--|
| Помещения для самостоятельной работ: комплект учебной мебели, компьютерная техника с возможностью подключения к сети "Интернет" и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду, используемое программное обеспечение MS Windows, Office MS Windows, DrWeb ES, 7-Zip, MediaPlayer Classic, Яндекс Браузер / Mozilla Firefox / Internet Explorer, ALT Linux, LibreOffice, Adobe Reader / DjVu Reader, eLearning server | Российская Федерация, Воронежская область, городской округ город Воронеж, город Воронеж, улица Мичурина, дом 1 а. 232а |
|--|--|

## 7.2. Программное обеспечение

### 7.2.1. Программное обеспечение общего назначения

| № | Название   | Размещение               |
|---|--|--------------------------|
| 1 | Операционные системы MS Windows /Linux /Ред ОС               | ПК в локальной сети ВГАУ |
| 2 | Пакеты офисных приложений MS Office / OpenOffice/LibreOffice | ПК в локальной сети ВГАУ |
| 3 | Программы для просмотра файлов Adobe Reader / DjVu Reader    | ПК в локальной сети ВГАУ |
| 4 | Браузеры Яндекс Браузер / Mozilla Firefox / Microsoft Edge   | ПК в локальной сети ВГАУ |
| 5 | Антивирусная программа DrWeb ES                              | ПК в локальной сети ВГАУ |
| 6 | Программа-архиватор 7-Zip                                    | ПК в локальной сети ВГАУ |
| 7 | Мультимедиа проигрыватель MediaPlayer Classic                | ПК в локальной сети ВГАУ |
| 8 | Платформа онлайн-обучения eLearning server                   | ПК в локальной сети ВГАУ |
| 9 | Система компьютерного тестирования AST Test                  | ПК в локальной сети ВГАУ |

### 7.2.2. Специализированное программное обеспечение

| № | Название  | Размещение  |
|---|---|---|
| 1 | Веб-ориентированное офисное программное обеспечение Google Docs | <a href="https://docs.google.com">https://docs.google.com</a> |
| 2 | Графический редактор Gimp                                       | ПК в локальной сети ВГАУ                                      |

## 8. Междисциплинарные связи

| Наименование дисциплины, с которой проводилось согласование | Кафедра, с которой проводилось согласование             | Предложения об изменениях в рабочей программе. Заключение об итогах согласования |
|---|---|--|
| Коммуникативные технологии профессионального общения.       | Русского и иностранных языков                           | Согласовано  |
| Основы межкультурного взаимодействия.                       | Гуманитарных дисциплин, гражданского и уголовного права | Согласовано  |

**Лист периодических проверок рабочей программы  
и информация о внесенных изменениях**

| Должностное лицо, проводившее проверку: Ф.И.О., должность  | Дата                    | Потребность в корректировке указанием соответствующих разделов рабочей программы | Информация о внесенных изменениях |
|--|-------------------------|--|-----------------------------------|
| Зав. кафедрой истории, философии и социально-политических дисциплин<br>С.А. Иконников<br> | № 9 от<br>13.05.2025 г. | Рабочая программа актуализирована на 2025-2026 учебный год                       | -                                 |
|  |                         |  |                                   |
|  |                         |  |                                   |
|  |                         |  |                                   |
|  |                         |  |                                   |
|  |                         |  |                                   |
|  |                         |  |                                   |
|  |                         |  |                                   |