

Министерство сельского хозяйства Российской Федерации

Министерство сельского хозяйства Российской Федерации

**Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования**

**«ВОРОНЕЖСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ АГРАРНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ
ИМЕНИ ИМПЕРАТОРА ПЕТРА I»**

УТВЕРЖДАЮ

Декан факультета ветеринарной меди-
цины и технологии животноводства


И.А.Тарасенко
22 мая 2025 г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Б1.О.02 Психология современного саморазвития

Направление 36.04.02 «Зоотехния»

Направленность «Частная зоотехния, технология производства продукции животноводства»

Квалификация выпускника – магистр

Факультет ветеринарной медицины и технологии животноводства

Кафедра истории, философии и социально-политических дисциплин

Преподаватель, подготовивший рабочую программу:
доцент, кандидат психологических наук, Казьмина Елена Геннадьевна

Воронеж – 2025 г.

Рабочая программа разработана в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом высшего образования - магистратура по направлению подготовки 36.04.02 Зоотехния, утвержденным приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 22.09.2017 года № 973.

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

Заведующий кафедрой



Иконников С.А.

Рабочая программа рекомендована к использованию в учебном процессе методической комиссией факультета ветеринарной медицины и технологии животноводства (протокол №9 от 22.05.2025 г.).

Председатель методической комиссии



(Шапошникова Ю.В.)

Рецензент рабочей программы: Советник отдела развития животноводства Министерства сельского хозяйства Воронежской области, к. с.-х. н. Ларин О.В.

1. Общая характеристика дисциплины

1.1. Цель дисциплины

Цель дисциплины «Психология современного саморазвития» – ознакомление обучающихся с теоретическими знаниями о психологии и этапах её становления как науки и учебной дисциплины; формирование знаний, умений и навыков, касающихся основных психологических процессов, состояний и свойств личности; о принципах организации процессов саморазвития личности при получении образования, о современных методиках и средствах саморазвития личности человека.

1.2. Задачи дисциплины

Задачи дисциплины «Психология современного саморазвития» – вооружить обучающихся знаниями по психологическим аспектам взаимодействия людей в процессе совместной деятельности; сформировать умения анализа конкретных психологических ситуаций; расширить опыт использования полученных знаний и умений для анализа процессов современного саморазвития личности в профессиональной деятельности, в социальной жизнедеятельности.

1.3. Предмет дисциплины

Предмет дисциплины «Психология современного саморазвития» – изучение психологических подходов к саморазвитию личности в современном информационно-образовательном пространстве и в социуме.

1.4. Место дисциплины в образовательной программе

Дисциплина «Психология современного саморазвития» относится к Блоку 1, Обязательная часть. Дисциплина Б1.О.02.

1.5. Взаимосвязь с другими дисциплинами

Дисциплина «Психология современного саморазвития» взаимосвязана с дисциплиной «Коммуникативные технологии профессионального общения»

2. Планируемые результаты обучения по дисциплине

Компетенция		Индикатор достижения компетенции	
Код	Содержание	Код	Содержание
УК-3	Способен организовывать и руководить работой команды, вырабатывая командную стратегию для достижения поставленной цели	З1	Знать психологические принципы организации и руководства командной работой
		У1	Уметь определять приоритеты личностного роста и способы совершенствования деятельности коллег в процессе выработки командной стратегии
		Н1	Иметь навык 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	З1	Знать приоритеты собственной деятельности и способы их совершенствования
		У1	Уметь самостоятельно организовывать собственную деятельность на основе самооценки личностных возможностей с учетом перспектив карьерного роста
		Н1	Иметь навыки использования приемов и техники саморазвития в процессе личностного и профессионального становления

Обозначение в таблице: З – обучающийся должен знать; У – обучающийся должен уметь; Н - обучающийся должен иметь навыки и (или) опыт деятельности.

3. Объём дисциплины и виды работ

3.1. Очная форма обучения

Показатели	Семестр	Всего
	1	
Общая трудоёмкость дисциплины, з.е./ч	3/108	3/108
Общая контактная работа*, ч	36,75	36,75
Общая самостоятельная работа (по учебному плану), ч	71,25	71,25
Контактная работа** при проведении учебных занятий, в т.ч. (часы)	36,00	36,00
лекции	12	12
практические занятия	24	24
лабораторные работы	-	-
групповые консультации	0,50	0,50
Самостоятельная работа при проведении	53,5	53,5

учебных занятий ***, ч		
Контактная работа промежуточной аттестации обучающихся, в т.ч. (часы)	0,75	0,75
курсовая работа	-	-
курсовой проект	-	-
зачет	-	-
экзамен	0,25	0,25
Самостоятельная работа при промежуточной аттестации, в т.ч. (часы)	17,75	17,75
выполнение курсового проекта	-	-
выполнение курсовой работы	-	-
подготовка к зачету	-	-
подготовка к экзамену	17,75	17,75
Форма промежуточной аттестации (зачёт (зачет с оценкой), экзамен, защита курсового проекта (работы))	Экзамен	Экзамен

3.2. Заочная форма обучения

Показатели	Курс	Всего
	1	
Общая трудоёмкость дисциплины, з.е./ч	3/108	3/108
Общая контактная работа*, ч	10,75	10,75
Общая самостоятельная работа (по учебному плану), ч	97,25	97,25
Контактная работа** при проведении учебных занятий, в т.ч. (часы)	10,00	10,00
лекции	4	4
практические занятия	6	6
лабораторные работы	-	-
групповые консультации	0,5	0,5
Самостоятельная работа при проведении учебных занятий ***, ч	79,50	79,50
Контактная работа промежуточной аттестации обучающихся, в т.ч. (часы)	0,25	0,25
курсовая работа	-	-
курсовой проект	-	-
зачет	-	-
экзамен	0,25	0,25
Самостоятельная работа при промежуточной аттестации, в т.ч. (часы)	17,75	17,75
выполнение курсового проекта	-	-
выполнение курсовой работы	-	-
подготовка к зачету	-	-
подготовка к экзамену	17,75	17,75
Форма промежуточной аттестации (зачёт (зачет с оценкой), экзамен, защита курсового проекта (работы))	Экзамен	Экзамен

4. Содержание дисциплины

4.1. Содержание дисциплины в разрезе разделов и подразделов

Раздел 1. Теоретико-практические основы психологических знаний в профессиональной и социальной деятельности.

Подраздел 1.1. Психология. Её эволюционное становление

История развития современной психологии. Этапы становления современной психологии. Её определения и задачи.

Подраздел 1.2. Психологические основы личностного развития.

Психологические принципы организации процесса развития личности в современном университете. Индивидуально-личностный подход в образовательных процессах.

Раздел 2. Методологические и технологические основы современного саморазвития личности

Подраздел 2.1. Психологические основы организации процессов современного саморазвития личности.

Личность и её самоорганизация в процессах развития. Мотивы и мотивация в саморазвитии. Психология самоорганизации, самостановления и самосовершенствования

Подраздел 2.2. Психологические процессы личностного субъектного общения.

Индивидуально-личностный подход к процессам общения. Субъект-объектное общение. Субъект-субъектное общение.

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
	лекции	ЛЗ	ПЗ	
Раздел 1. Теоретико-практические основы психологических знаний в профессиональной и социальной деятельности				
<i>Подраздел 1.1. Психология. Её эволюционное становление</i>	3	-	6	13
<i>Подраздел 1.2. Психологические основы личностного развития.</i>	3	-	6	13
Раздел 2. Методологические и технологические основы современного саморазвития личности				
<i>Подраздел 2.1. Психологические основы организации процессов современного саморазвития личности</i>	3	-	6	13
<i>Подраздел 2.2. Психологические процессы личностного субъектного общения</i>	3	-	6	14,5
Всего	12	-	24	53,5

4.2.2. Заочная форма обучения

Разделы, подразделы дисциплины	Контактная работа			СР
	лекции	ЛЗ	ПЗ	
Раздел 1. Теоретико-практические основы психологических знаний в профессиональной и социальной деятельности		-		
<i>Подраздел 1.1. Психология. Её эволюционное становление</i>	1	-	1	18
<i>Подраздел 1.2. Психологические основы личностного развития.</i>	1		2	18
Раздел 2. Методологические и технологические основы современного саморазвития личности		-		
<i>Подраздел 2.1. Психологические основы организации процессов современного саморазвития личности</i>	1	-	1	18
<i>Подраздел 2.2. Психологические процессы личностного субъектного общения</i>	1		2	25,5
Всего	4	-	6	79,50

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
1	Психология. Её эволюционное становление	Организация самостоятельной работы по дисциплине осуществляется в соответствии с методическими рекомендациями Психология и педагогика в профессиональной и социальной деятельности / сост. Щевелева Г.М., Сиволапова Е.А., Алтухова Е.В. — [Электронный ресурс]: методические рекомендации для самостоятельной работы магистров, обучающихся по направлению Зоотехния / – Воронеж: Воронежский ГАУ. 2019. 83 с.	17	24
2	Психологические основы личностного развития		17	24
3	Психологические основы организации процессов современного саморазвития личности		17	24

4	Психологические процессы личностного субъектного общения		20,25	25,25
Всего			71,25	97,25

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. Психология. Её эволюционное становление	УК-3	З1
		У1
		Н1
	УК-6	З1
		У1
		Н1
Подраздел 1.2. Психологические основы личностного развития	УК-3	З1
		У1
		Н1
	УК-6	З1
		У1
		Н1
Подраздел 2.1. Психологические основы организации процессов современного саморазвития личности	УК-3	З1
		У1
		Н1
	УК-6	З1
		У1
		Н1
Подраздел 2.2. Психологические процессы личностного субъектного общения	УК-3	З1
		У1
		Н1
	УК-6	З1
		У1
		Н1

5.2. Шкалы и критерии оценивания достижения компетенций

5.2.1. Шкалы оценивания достижения компетенций

Вид оценки	Оценки			
	Академическая оценка по 4-х балльной шкале	неудовлетворительно	удовлетворительно	хорошо

5.2.2. Критерии оценивания достижения компетенций

Критерии оценки на экзамене

Оценка, уровень достижения компетенций	Описание критериев
Отлично, высокий	Студент показал полные и глубокие знания программного материала, логично и аргументировано ответил на все вопросы экзаменационного билета, а также на дополнительные вопросы, способен самостоятельно решать сложные задачи дисциплины
Хорошо, продвинутый	Студент твердо знает программный материал, грамотно его излагает, не допускает существенных неточностей в ответе, достаточно полно ответил на вопросы экзаменационного билета и дополнительные вопросы, способен самостоятельно решать стандартные задачи дисциплины
Удовлетворительно, пороговый	Студент показал знание только основ программного материала, усвоил его поверхностно, но не допускал грубых ошибок или неточностей, требует наводящих вопросов для правильного ответа, не ответил на дополнительные вопросы, способен решать стандартные задачи дисциплины с помощью преподавателя
Неудовлетворительно, компетенция не освоена	Студент не знает основ программного материала, допускает грубые ошибки в ответе, не способен 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.

5.3. Материалы для оценки достижения компетенций**5.3.1. Оценочные материалы промежуточной аттестации****5.3.1.1. Вопросы к экзамену**

№	Содержание	Компетенция	ИДК
1	Психология как учебная дисциплина	УК-6	31
2	Психология как область научного знания	УК-6	31
3	Общекультурное значение психологии	УК-6	31
4	Основные психологические особенности субъектов современного саморазвития	УК-3	31, У1, Н1

5	Преподаватель как субъект психологического саморазвития личности	УК-3	У1, Н1
6	Студент как субъект психологического саморазвития личности	УК-3	У1, Н1
7	Психологическая диагностика личностных характеристик саморазвития	УК-3	У1, Н1
8	Мотивы и мотивация в саморазвитии и в мотивация деятельности	УК-3	31, У1, Н1
9	Назовите этапы становления психологии.	УК-3	31
10	Каковы основные теории психоанализа личности?	УК-3	31
11	Психология в системе других наук	УК-3	31
12	Что такое психология личностного развития?	УК-6	31
13	Каковы сущность, основные виды и структура психологического развития?	УК-6	31, У1
14	Охарактеризуйте современные психологические методы?	УК-3	31
15	Что представляют собой психологические личностные ценности?	УК-6	31

5.3.1.2. Задачи к экзамену

«Не предусмотрены»

5.3.1.3. Вопросы к зачету с оценкой

«Не предусмотрен»

5.3.1.4. Вопросы к зачету

«Не предусмотрен»

5.3.1.5. Перечень тем курсовых проектов (работ)

«Не предусмотрен»

5.3.1.6. Вопросы к защите курсового проекта (работы)

«Не предусмотрен»

5.3.2. Оценочные материалы текущего контроля

5.3.2.1. Вопросы тестов

УК-3 Способен организовывать и руководить работой команды, вырабатывать командную стратегию для достижения поставленной цели

1. Тип заданий: закрытый (31)

Установите правильное соответствие между понятиями (левый столбец) и их определениями (правый столбец). Каждый ответ правого столбца может быть использован один раз.

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. Тип заданий: закрытый (З1)

Выберите правильный ответ. Деятельность – это...

1. динамическая система взаимодействия субъекта с миром;
2. взаимодействие человека с животным миром;
3. система трудовых отношений.

3. Тип заданий: закрытый (З1)

Установите правильное соответствие между психологическими характеристиками личности (левый столбец) и их определениями (правый столбец). Каждый ответ правого столбца может быть использован один раз.

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. Тип заданий: закрытый (Н1)

Выберите несколько правильных вариантов ответа. В процессе познания другого человека одновременно осуществляется несколько процессов:

1. эмоциональная оценка другого;
2. интерпретация его поведения и попытка понять причины его поведения;
3. построение стратегии воздействия на собеседника;
4. построение собственной стратегии поведения;

5. Тип заданий: закрытый (З1)

Выберите правильный ответ. Стратегия взаимодействия – это:

1. совокупность доминирующих особенностей поведения человека в отношениях с другими людьми;
2. типичная форма эмоционального реагирования на нестандартные ситуации общения;
3. совокупность когнитивных процессов, порождаемых ситуацией общения;
4. образ возможного поведения, существующий до ситуации общения;

6. Тип заданий: закрытый (У1)

Выберите несколько правильных вариантов ответа. Стремление добиться удовлетворения своих интересов в ущерб другому называется:

1. соперничество;

2. конкуренция;
3. компромисс;
4. приспособление;

7. Тип заданий: закрытый (У1)

Выберите правильный ответ. Отсутствие стремления, как к достижению собственных целей, так и к удовлетворению интересов другого называется:

1. конкуренция
2. избегание
3. кооперация
4. сотрудничество

8. Тип заданий: закрытый (З1)

Выберите правильный ответ. В психологии под рефлексией понимается

1. познание субъектом самого себя
2. осознание действующим субъектом того, как он воспринимается партнером по общению
3. бессознательное стремление откликнуться на проблемы человека
4. принятие позиции другого человека;

9. Тип заданий: закрытый (З1)

Выберите правильный ответ. Структура личности в психологии:

1. классификация профессиональных навыков человека;
2. совокупность характеристик, которая демонстрирует психологические особенности человека;
3. этапы прохождения личностного роста индивидом.

10. Тип заданий: закрытый (У1)

Выберите правильный ответ. Под внутрипрофессиональной формой продвижения следует понимать:

1. повышение квалификационного разряда и профессионального мастерства
2. освоение смежных профессий
3. ротацию

11. Тип заданий: закрытый (З1)

Установите правильное соответствие между психическими сферами личности (левый столбец) и их компонентами (правый столбец). Каждый ответ правого столбца может быть использован один раз.

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. Тип заданий: закрытый (У1)

Установите правильное соответствие между уровнями профессиональных деформаций (левый столбец) и их характеристиками (правый столбец). Каждый ответ правого столбца может быть использован один раз.

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 образуют своими деформациями. Терапевты ставят угрожающие диагнозы, хирурги циничны, медсестры черствы и равнодушны.

13. Тип заданий: закрытый (31)

Выберите несколько правильных вариантов ответа. Психологические теории личности позволяют:

1. Предсказывать определенные изменения в поведении субъекта
2. Объяснять прошлые и настоящие события в жизни человека
3. Определить судьбу человека
4. Сформировать личность человека с заданными параметрами

14. Тип заданий: закрытый (У1)

Выберите правильный ответ. Сущностью активности личности является:

1. Способность человека многое делать в ограниченный срок
2. Способность человека производить общественно значимые преобразования в мире на основе присвоения богатств материальной и духовной культуры, проявляющаяся в общении, волевых актах, творчестве
3. Собственная динамика живого существа как источник преобразования и поддержания жизненно значимых связей с окружающим миром
4. Высокая подвижность нервной системы

15. Тип заданий: закрытый (31)

Выберите несколько правильных вариантов ответа. Данные утверждения о жизненном пути личности являются верными:

1. жизненный путь личности зависит от макро- и микросреды и ее развития
2. жизненный путь личности зависит только от макросреды и ее развития
3. основной единицей жизненного пути является переживание
4. основной единицей жизненного пути является событие

16. Тип заданий: закрытый (31)

Выберите несколько правильных вариантов ответа. Данные утверждения о личностном поведении являются верными:

1. Без ролей и статусов личностное поведение не сформировалось бы
2. Личностное поведение – это преодоление ролевого и статусного поведения
3. Самостоятельность и ответственность – ключевые характеристики личностного поведения
4. Навык и привычка являются личностными актами

17. Тип заданий: закрытый (31)

Выберите правильный ответ. Я-концепция оказывает влияние на жизнедеятельность человека:

1. Только в детском и подростковом возрасте
2. В зрелом и пожилом возрасте
3. Только в зрелом возрасте
4. На всех возрастных стадиях

18. Тип заданий: закрытый (У1)

Выберите несколько правильных вариантов ответа. Понятие «развитие личности» отличается от понятия «формирование личности» тем, что:

1. развивать можно только то, что уже существует
2. формировать можно только то, что уже существует
3. в случае с формированием роль овладевает личностью
4. в случае с развитием личность овладевает ролью

19. Тип заданий: закрытый (У1)

Выберите несколько правильных вариантов ответа. Самоэффективность личности в концепции А. Бандуры позволяет:

1. расширять возможности выбора деятельности, необходимой для достижения значимого результата
2. более отчетливо осознавать смысл жизни
3. с большей активностью преодолевать препятствия, стоящие на пути достижения цели
4. с большей степенью верить в свои способности

20. Тип заданий: закрытый (31)

Выберите несколько правильных вариантов ответа. Каковы критерии сформированности личности по Л.И. Божович?

1. Сознательное руководство собственным поведением
2. Спонтанность поведения
3. Иерархия мотивов
4. Опосредованность поведения

21. Тип заданий: закрытый (Н1)

Выберите несколько правильных вариантов ответа. Самоактуализация является, по мнению А. Маслоу, редким феноменом, т.к.:

1. Многие люди не понимают пользы, смысла самосовершенствования
2. Многие люди просто не видят своих возможностей, не подозревают об их существовании
3. У них присутствует страх успеха (комплекс Ионы)
4. У них слишком позитивное самовосприятие

22. Тип заданий: закрытый (У1)

Выберите несколько правильных вариантов ответа. Люди, которые ориентированы, прежде всего, на потребление, имеют, с точки зрения гуманистической психологии, следующие симптомы:

1. Часто проявляют настойчивость в достижении значимых целей
2. Стремятся жить только сегодняшним днём
3. У них частым является неэтичное поведение
4. Они не желают видеть что-нибудь достойное, возвышенное в жизни

23. Тип заданий: закрытый (У1)

Выберите несколько правильных вариантов ответа. К характеристикам самоактуализирующейся личности А. Маслоу относил:

1. Полное поглощение культурой
2. Непосредственность, простота и естественность
3. Относительная независимость от других, потребность в уединении
4. Неглубокие межличностные отношения

24. Тип заданий: закрытый (Н1)

Выберите несколько правильных вариантов ответа. Условиями для укрепления психологического здоровья, развития психологического благополучия и становления качественной жизни выступают:

- а) способность жить сообразно культуре и преодолевая культуру
- б) творческие переживания личности
- в) признание достоинства и безусловной ценности другого
- г) ответы а, б, в не верны

25. Тип заданий: закрытый (Н1)

Установите правильную последовательность возникновения последствий профессиональных деформаций:

1. Снижение продуктивности профессиональной деятельности личности
2. Неудовлетворенность жизнью и социальным окружением
3. Психическая напряженность
4. Конфликты, кризисы

26. Тип заданий: закрытый (У1)

Установите правильное соответствие между профессиональными деформациями (левый столбец) и их проявлениями (правый столбец). Каждый ответ правого столбца может быть использован один раз.

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 самодовольствия на фоне профессионального коллектива. Демонстрация своего превосходства

27. Тип заданий: закрытый (Н1)

Установите правильную последовательность стадий саморазвития личности

1. Составление плана саморазвития
2. Проведение самодиагностики, изучение слабых и сильных сторон
3. Составление перечня наиболее важных компетенций, которые необходимо развить для реализации своей цели
4. Определение перспектив развития своего персонального потенциала

28. Тип заданий: закрытый (Н1)

Установите правильную последовательность уровней составления программы саморазвития:

1. Уровень – текущий (периоды в пределах квартала, недели, дня).
2. Уровень – оперативный (план на год);
3. Уровень – перспективный или стратегический план саморазвития личности, что позволяет планировать деятельность примерно на три- пять лет;

29. Тип заданий: закрытый (Н1)

Установите правильное соответствие между инструментами тайм-менеджмента (левый столбец) и их характеристикой (правый столбец). Каждый ответ правого столбца может быть использован один раз.

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. Тип заданий: закрытый (Н1)

Установите правильную последовательность этапов постановки целей:

1. Анализ своих ресурсов
2. Формулирование своей цели
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
4. Построение «дерева целей»

31. Тип заданий: открытый (У1)

Вставьте недостающее слово в определение (имя существ., един. число).

_____ – это совокупность внешних и внутренних условий, вызывающих активность субъекта и определяющих направленность деятельности.

32. Тип заданий: открытый (З1)

Вставь недостающее слово в определение (имя существ., мн. число).

_____ – это такие особенности человека, которые позволяют ему успешно овладеть тем или иным видом деятельности, профессией.

33. Тип заданий: открытый (У1)

Запишите правильный ответ.

Стремление субъектов взаимодействия идти на взаимные уступки и реализовывать свои интересы с учетом интересов противоположной стороны, называется _____ .

34. Тип заданий: открытый (З1)

Запишите правильный ответ.

Стремление субъектов взаимодействия к поиску альтернатив, полностью удовлетворяющих интересы обеих сторон, называется _____ .

35. Тип заданий: открытый (З1)

Запишите правильный ответ.

Открытое столкновение противоположных позиций, интересов, взглядов, мнений субъектов взаимодействия называется _____ .

36. Тип заданий: открытый (З1)

Запишите правильный ответ.

Податливость человека давлению группы и принятие им группового мнения, которого он первоначально не разделял, проявляющееся в изменении его поведения и установок, называется _____ .

37. Тип заданий: открытый (У1)

Запишите правильный ответ.

Совокупность внутригрупповых социально-психологических процессов и явлений, характеризующих весь цикл жизнедеятельности группы и его этапы – это _____ .

38. Тип заданий: открытый (Н1)

Запишите правильный ответ.

Психологическое препятствие на пути адекватной передачи информации между партнерами по общению является _____ барьер.

39. Тип заданий: открытый (У1)

Запишите правильный ответ.

Человек, который в командной работе выводит команду из состояния равновесия, носит название (по классификации командных ролей) _____ .

40. Тип заданий: открытый (З1)

Состояние человека, вызываемое непреодолимыми трудностями, возникающими на пути к достижению цели, определяется как _____ .

41. Тип заданий: открытый (У1)

Запишите правильный ответ.

Люди, которые после неудачи проявляют большой интерес к деятельности, стремятся вернуться к нерешенной задаче, имеют мотивацию достижения _____.

42. Тип заданий: открытый (31)

Запишите правильный ответ.

Феномен социальной фасилитации проявляется в том случае, когда присутствие стороннего наблюдателя _____ эффективность работы.

43. Тип заданий: открытый (31)

Запишите правильный ответ.

Одно из отличий команды от группы – это _____ ролей, что позволяет ей более эффективно решать задачи.

44. Тип заданий: открытый (Н1)

Запишите правильный ответ.

_____ план развития (ИПР) – это комплекс мер по развитию сотрудника для повышения его эффективности.

45. Тип заданий: открытый (Н1)

Вставь недостающее слово в определение (имя существ., мн. число).

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.

46. Тип заданий: открытый (Н1)

Вставь недостающее слово в определение (имя существ., мн. число).

Профессиональное _____ – совокупность негативных переживаний, связанных с работой, коллективом и всей организацией в целом. Проявляется в истощении психофизиологических ресурсов, необходимых для успешного выполнения профессиональной деятельности.

47. Тип заданий: открытый (31)

Запишите правильный ответ.

Включенность в _____ деятельность является интегральным критерием взрослости.

48. Тип заданий: открытый (31)

Запишите правильный ответ.

Иерархическая система потребностей личности называется _____ А. Маслоу.

49. Тип заданий: открытый (31)

Запишите правильный ответ.

В качестве системообразующего основания, обеспечивающего приобщение человека к миру культуры и его саморазвитие, выступает совместная _____.

50. Тип заданий: открытый (31)

Запишите правильный ответ.

Структуру самосогласующейся и единой личности А. Адлер определял как _____ жизни.

51. Тип заданий: открытый (У1)

Запишите правильный ответ.

Тот предмет (идея, цель), который длительно и стойко насыщался положительными эмоциями, превращается в самостоятельный.

52. Тип заданий: открытый (З1)

Запишите правильный ответ.

Деятельность человека, направленная на изменение и преобразование действительности ради удовлетворения своих потребностей, на создание материальных и духовных ценностей, называется _____.

53. Тип заданий: открытый (У1)

Запишите правильный ответ.

Совокупность устойчивых мотивов, определяющих поведение личности независимо от конкретных условий, есть:

54. Тип заданий: открытый (У1)

Запишите правильный ответ.

Склонность личности видеть источники управления своей жизнью либо преимущественно во внешней среде, либо в самой себе называется _____ контроля.

55. Тип заданий: открытый (У1)

Запишите правильный ответ.

Осознаваемый результат, на достижение которого направлено поведение называется:

56. Тип заданий: открытый (З1)

Запишите правильный ответ.

Личностный кризис всегда имеет _____ последствия для личности, изменяет что-то в человеке или в его образе жизни.

57. Тип заданий: открытый (Н1)

Запишите правильный ответ.

_____ 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.

58. Тип заданий: открытый (Н1)

Запишите правильный ответ.

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 вершине пирамиды находится главная, генеральная цель. Поэтому для восхождения к вершине необходимо разложить её на более мелкие задания, совокупное прохождение которых способствует достижению главной установки.

59. Тип заданий: открытый (Н1)

Запишите правильный ответ.

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.

60. Тип заданий: открытый (Н1)

Запишите правильный ответ.

Для развития карьеры работнику необходимо наличие индивидуального плана развития, постановки цели, использование _____ организации.

УК-6 Способен определять и реализовывать приоритеты собственной деятельности и способы ее совершенствования на основе самооценки

61. Тип заданий: закрытый (З1)

Выберите правильный ответ. Раскрытие творческого потенциала личности является

1. важным залогом роста профессионализма личности
2. способом организации рефлексивной деятельности
3. предпосылкой развития волевых качеств личности
4. переживанием радости от успеха в работе

62. Тип заданий: закрытый (У1)

Выберите правильный ответ. Активизация рефлексивно-инновационного потенциала развивающейся личности связана

1. с развитием рефлексивной культуры
2. с готовностью принять помощь и оказать ее другим
3. со склонностью сильно увлекаться своей работой
4. с переживанием радости от успеха в работе

63. Тип заданий: закрытый (У1)

Выберите правильный ответ. Жизненный путь личности с точки зрения психологии:

1. развитие и формирование личности в социуме;
2. прохождение этапов взросления с раннего возраста до глубокой старости;
3. профессиональный и карьерный рост индивида.

64. Тип заданий: закрытый (З1)

Выберите правильный ответ. Мотивы личности в психологии:

1. движущая и направляющая сила деятельности;
2. тайны и желания индивида;
3. факторы, объясняющие поведения индивида.

65. Тип заданий: закрытый (У1)

Выберите правильный ответ. Понятие успешной карьеры и успешного карьерного поведения связывают:

1. с последовательностью изменений профессий, статусов, ролей, видов работ и т.д.
2. с успешным профессиональным самоопределением
3. с социальной адаптивностью и успешностью жизненного пути
4. с более или менее структурированным и осознанным жизненным и профессиональным проектом

66. Тип заданий: закрытый (Н1)

Установите правильное соответствие между группами факторов, детерминирующих профессиональное становление и развитие (левый столбец) и их перечнем (правый столбец). Каждый ответ правого столбца может быть использован два раза.

Группы факторов, детерминирующих профессиональное становление и развитие	Перечень факторов, детерминирующих профессиональное становление и развитие
А. Внутренние	1. Социально-профессиональная активность.
	2. Ведущая учебно-профессиональная и профессиональная деятельность.
Б. Внешние	3. Мотивы и смыслы профессиональной деятельности.
	4. Социально-экономические условия.

67. Тип заданий: закрытый (Н1)

Выберите правильный ответ. К профессиональным деструкциям, которые отрицательно сказываются на динамике роста, искажают профиль личности, изменяют траекторию профессиональной жизни человека, относится:

1. вклад в развитие работников на заключительной стадии их карьеры слишком дорого обходится организации и не оправдывает себя
2. заниматься любимым делом – главный приоритет
3. стремиться озвучивать пожелания по зарплате первым в ходе собеседования
4. смена работы раз в 5 лет влияет на карьеру в будущем

68. Тип заданий: закрытый (У1)

Выберите несколько правильных вариантов ответа. Факторы, влияющие на профессиональную успешность и карьерный рост:

1. творческая и профессиональная активность, проявленная во время обучения в вузе
2. смена сферы деятельности и возможность начинать все с нуля
3. стаж деятельности на определенной должности или профессии
4. ориентироваться на мнение коллектива в принятии решений

69. Тип заданий: закрытый (У1)

Выберите несколько правильных вариантов ответа. Факторы, влияющие на профессиональную успешность и карьерный рост:

1. уровень творческой активности в процессе трудовой деятельности
2. возраст
3. эмоционально-волевые состояния, такие как: воля, стрессоустойчивость и эмоциональная устойчивость
4. гендерная принадлежность

70. Тип заданий: закрытый (Н1)

Выберите правильный ответ. Неформальным показателем профессионального становления НЕ является:

1. диплом специалиста
2. профессиональное мышление
3. умение применять нестандартные средства для решения задач
4. востребованность труда

71. Тип заданий: закрытый (У1)

Установите правильное соответствие между классификацией личностных тестов (левый столбец) и их общей характеристикой (правый столбец). Каждый ответ правого столбца может быть использован один раз.

Классификация личностных те-	Общая характеристика
------------------------------	----------------------

СТОВ	
А. Направленны 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. Направленны 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, навыками, умениями, необходимыми для одной или нескольких деятельностей.

72. Тип заданий: закрытый (31)

Выберите несколько правильных вариантов ответа. Какие из утверждений о жизненном пути личности являются верными:

1. жизненный путь личности зависит от макро- и микросреды ее развития
2. жизненный путь личности зависит только от макросреды ее развития
3. основной единицей жизненного пути является переживание
4. основной единицей жизненного пути является событие

73. Тип заданий: закрытый (У1)

Выберите несколько правильных вариантов ответа. Личностный кризис всегда:

1. нежелателен для человека и его нужно избегать
2. очень полезен для человека, и к нему нужно стремиться
3. имеет неопределенные последствия для личности
4. изменяет что-то в человеке или в его образе жизни

74. Тип заданий: закрытый (31)

Выберите несколько правильных вариантов ответа. Самоэффективность по А. Бандуре зависит от:

1. вербального убеждения
2. сферы и характера деятельности личности
3. наблюдаемого опыта других людей
4. прошлого опыта личности

75. Тип заданий: закрытый (31)

Выберите несколько правильных вариантов ответа. Условиями для укрепления психологического здоровья, развития психологического благополучия и становления качественной жизни выступают:

1. способность жить сообразно культуре и преодолевая культуру
2. творческие переживания личности
3. признание достоинства и безусловной ценности Другого

76. Тип заданий: закрытый (Н1)

Установите правильную последовательность этапов развития карьеры работника:

1. разработка индивидуального плана развития
2. постановки цели
3. использование возможностей организации

77. Тип заданий: закрытый (У1)

Установите правильную последовательность стадий карьеры:

1. Обучение профессии
2. Профессионализм
3. Достижение успеха
4. Включение в трудовую деятельность
5. Мастерство
6. Переоценка ценностей

78. Тип заданий: закрытый (З1)

Установите правильную последовательность видов потребностей в иерархии А. Маслоу:

1. Потребности в безопасности: экономическая, физическая, условия жизни.
2. Социальные потребности: социальные связи, общение, совместная деятельность.
3. Физиологические потребности: еда, жилье, одежда, вода, воздух, сон и т. д.
4. Самоактуализация: самовыражение, самоидентификация.
5. Самоуважение: уважение или признание со стороны других, служебный рост

79. Тип заданий: закрытый (У1)

Установите правильную последовательность этапов карьерного развития

1. Поиск работы
2. Составление резюме
3. Выход на новую работу и адаптация
4. Собеседование и найм
5. Профессиональное самоопределение
6. Карьерный рост

80. Тип заданий: закрытый (Н1)

Установите правильную последовательность возможных шагов на пути профессионального становления:

1. Узнать, какие знания и уровень образования необходимы для данной профессии.
2. Понять, какая профессия или специальность вас мотивирует.
3. Составить новое резюме с учётом поставленных целей.
4. Получить образование и необходимые навыки.
5. Найти вакансии и приглашения на собеседования.
6. Претендовать на повышение и профессиональный рост.

81. Тип заданий: закрытый (З1)

Выберите правильный ответ. Направление в образовании, обеспечивающее удовлетворение образовательных потребностей лиц, занятых самостоятельной профессиональной деятельностью, называется

1. Образование взрослых
2. Повышение квалификации
3. Культурный досуг
4. Профессиональная переподготовка

82. Тип заданий: закрытый (З1)

Установите правильное соответствие между теориями профессионального развития (левый столбец) и их сущностью (правый столбец). Каждый ответ правого столбца может быть использован один раз.

Теории профессионального разви-	Сущность теорий профессионального развития
---------------------------------	--

тия	
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. Психодинамическое 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. Тип заданий: закрытый (У1)

Установите правильное соответствие между личностными типами (левый столбец) и ведущим предметом труда (правый столбец). Каждый ответ правого столбца может быть использован один раз.

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. Тип заданий: закрытый (З1)

Выберите правильный ответ. Личностный потенциал – это:

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.
2. Биологические предпосылки и приобретенный в процессе жизни социальный опыт, а также активная предметная деятельность.
3. Обычно приобретение человеком некоторой суммы знаний и умений, усвоение морально-этических норм и правил поведения.

85. Тип заданий: закрытый (У1)

Выберите несколько правильных вариантов ответа. Трудовой потенциал личности включает совокупность различных качеств, таких как:

1. Способность и склонность работника к труду, состояние его здоровья, выносливость, тип нервной системы
2. Объем общих и специальных знаний, трудовых навыков и умений, определяющих способность к труду соответствующей квалификации

3. Уровень сознания и ответственности, социальной зрелости, идейной убежденности, интересов и потребностей

86. Тип заданий: закрытый (Н1)

Установите правильное соответствие между видами обучения (левый столбец) и их характеристикой (правый столбец). Каждый ответ правого столбца может быть использован один раз.

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 профессии или изменившимися требованиями к содержанию и результатам труда.

87. Тип заданий: закрытый (З1)

Выберите правильный ответ. Наиболее перспективным является отношение к обучению как к:

1. Вовлечению работников в анализ существующих проблем или конкретных случаев и создание соответствующих проектов по их устранению
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
3. Повышению эффективности деятельности организации в целом

88. Тип заданий: закрытый (З1)

Выберите правильный ответ. Ведущей деятельностью в зрелом возрасте следует считать:

1. Достижение наивысшего развития духовных, интеллектуальных и физических способностей личности
2. Дальнейшее развитие и совершенствование структур, сформированных в детском и юношеском возрасте
3. Максимальную реализацию сущностных сил человека в ходе активного включения в производительную жизнь общества.

89. Тип заданий: закрытый (У1)

Выберите правильный ответ. Зона актуального развития – это:

1. Деятельность, направленная на создание общественно полезного продукта, удовлетворяющего материальные или духовные потребности людей
2. Наши сегодняшние возможности, план самостоятельных действий и умений
3. Процесс систематического овладения знаниями, умениями и навыками, необходимыми для выполнения трудовой деятельности

90. Тип заданий: закрытый (З1)

Выберите правильный ответ. Карьерное планирование – это:

1. Представление о развитии собственной профессиональной эффективности
2. Постоянный и длительный процесс, который позволяет увеличить результативность работы
3. Адекватное представление о себе: понимание своих сильных личностных сторон, умений и компетенций

91. Тип заданий: открытый (У1)

Вставь недостающее слово в определение (имя существ., един. число).

Субъект профессиональной деятельности, обладающий высокими показателями профессионализма личности и деятельности, имеющий высокий профессиональный и социальный статус, нацеленный на самосовершенствование – это _____ .

92. Тип заданий: открытый (З1)

Запишите правильный ответ.

Наиболее важное личностно-профессиональное качество – это _____ .

93. Тип заданий: открытый (У1)

Запишите правильный ответ.

_____ компонент является базовым в системе нравственной регуляции деятельности и поведения у профессионала.

94. Тип заданий: открытый (З1)

Запишите правильный ответ.

Наивысший уровень _____ и активизации мотивации характерен для возрастного периода 30-35 лет.

95. Тип заданий: открытый (З1)

Запишите правильный ответ.

Личностным коррелятором высокого уровня самоконтроля является _____ .

96. Тип заданий: открытый (У1)

Запишите правильный ответ.

Свойства личности, сформировавшиеся в ходе жизненного опыта, связанные с преодолением препятствий и выработки силы воли – это _____ качества личности.

97. Тип заданий: открытый (У1)

Вставь недостающее слово в определение (имя существ., един. число).

Оценивание собственных личностных качеств, чувств, достоинств и демонстрация их окружающим – это _____ личности.

98. Тип заданий: открытый (З1)

Запишите правильный ответ.

Осознание индивидом собственных потребностей, способностей, мотивов поведения, мыслей – это _____ личности.

99. Тип заданий: открытый (З1)

Запишите правильный ответ.

Набор специальных характеристик человека, которые отличают одного индивида от другого – это _____ .

100. Тип заданий: открытый (У1)

Вставьте недостающее слово в определение (имя существ., един. число).

_____ – 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.

101. Тип заданий: открытый (У1)

Запишите правильные ответы.

Необходимыми качествами для построения карьеры являются общительность, доброжелательность и _____:

102. Тип заданий: открытый (Н1)

Запишите правильный ответ.

_____ карьерного потенциала позволяет руководителю и работнику обсудить и связать прошлое исполнение, интересы карьеры и потребности в повышении квалификации в последовательный план карьерного продвижения.

103. Тип заданий: открытый (У1)

Запишите правильный ответ.

Процесс выбора личностью профессионального пространства, создающий основы для планирования карьеры и постановки карьерных целей – профессиональное _____.

104. Тип заданий: открытый (З1)

Запишите правильный ответ.

Содержанием этапа _____ является процесс совершенствования и самораскрытия субъекта трудовой деятельности

105. Тип заданий: открытый (З1)

Запишите правильный ответ.

Степень трудности тех целей, к которым стремится человек и достижение которых представляется человеку привлекательным и возможным, характеризует уровень _____.

106. Тип заданий: открытый (Н1)

Запишите правильный ответ.

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.

107. Тип заданий: открытый (З1)

Запишите правильный ответ.

Основаниями для составления плана развития карьеры является _____ на карьеру.

108. Тип заданий: открытый (Н1)

Запишите правильный ответ.

Инструменты _____ позволяют: управлять собственными временными ресурсами, вовремя выполнять и сдавать работу, бороться с собственной неэффективностью.

109. Тип заданий: открытый (З1)

Запишите правильный ответ.

_____ является, по мнению А. Маслоу, редким феноменом, так как многие люди не понимают пользы, смысла самосовершенствования, многие люди просто не видят сво-

их возможностей, не подозревают об их существовании, у них присутствует страх успеха (комплекс Ионы).

110. Тип заданий: открытый (З1)

Вставьте недостающее слово в определение (имя существ., мн. число).

_____ рассматривается как: особая форма развития, при которой на первый план выдвигаются самодетерминированность и самоуправляемость качественных индивидуальных и личностных преобразований, достигающих полноты своего осуществления.

111. Тип заданий: открытый (Н1)

Запишите правильный ответ.

_____ 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.

112. Тип заданий: открытый (Н1)

Запишите правильный ответ.

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 _____.

113. Тип заданий: открытый (У1)

Запишите правильный ответ.

Неразвитость способности к самопознанию, влияние сложившихся стереотипов и установок; несформированность механизмов саморазвития – это _____ саморазвития.

114. Тип заданий: открытый (З1)

Запишите правильный ответ.

При благоприятных условиях, если есть _____ и она воспринимается 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. Тип заданий: открытый (У1)

Запишите правильный ответ.

Для того чтобы избежать проблемы несоответствия профессии вашей личной долгосрочной карьерной цели, важно понимать свой карьерный _____ и действовать в согласии с ним.

116. Тип заданий: открытый (З1)

Запишите правильный ответ.

Для нашего _____ роста чрезвычайно важны личностные качества, особенности характера, которые способствуют нашему благополучию и улучшает качество жизни.

117. Тип заданий: открытый (Н1)

Запишите правильный ответ.

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.

118. Тип заданий: открытый (Н1)

Запишите правильный ответ.

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.

119. Тип заданий: открытый (Н1)

Запишите правильный ответ.

Метод постановки _____ помогает человеку определиться со своими желаниями, которых он хочет достичь в результате личностного и профессионального становления.

120. Тип заданий: открытый (У1)

Запишите правильный ответ.

Если мы _____ своей карьерой, то становится понятно, куда, как и зачем мы движемся. Мы ставим краткосрочные и долгосрочные цели и достигаем их. Развиваемся и растём, становясь востребованным специалистом в любом возрасте.

5.3.2.2. Вопросы для устного опроса

№	Содержание	Компетенция	ИДК
1	Назовите истоки происхождения психологии	УК-6	31
2	Назовите этапы становления психологии.	УК-6	31, У1
3	Как психология входит в систему других наук?	УК-6	31 31
4	Каковы философские основы современной психологии?	УК-6	31
5	Каковы предмет, цель, объект психологии?	УК-6	31
6	Каковы функции и задачи психологии?	УК-6	31
7	Что такое психология личностного развития?	УК-6	31
8	Каковы сущность, основные виды и структура психологического развития?	УК-6	31, У1
9	Что такое мотив? Каковы классификации мотивов?	УК-6	У1, Н1
10	Что такое мотивация? Какие виды мотиваций вам известны?	УК-6	31
11	Что такое мотивация успеха и мотивация боязни неудачи?	УК-6	31
12	Каковы стили в общении?	УК-3	31, У1, Н1
13	Охарактеризуйте современные психологические методы?	УК-3	31
14	Определите и сравните стили в деятельности руководителей	УК-3	У1, Н1

15	Какие теории психоанализа личности Вам известны?	УК-3	У1, Н1
16	Как происходит психологическое становление современного студенчества?	УК-3	У1, Н1
17	Что такое тестирование как психологическое средство диагностики?	УК-3	У1, Н1
18	Как определяют психологическую типологию личности современных студентов	УК-3	У1, Н1
19	Как производится оценка уровня саморазвития человека?	УК-3	У1, Н1
20	Охарактеризуйте психологические особенности электронного обучения	УК-3	У1, Н1
21	Каковы принципы соответствия личности человека определённому виду деятельности	УК-6	У1, Н1
22	Что является методологической основой психологии?	УК-3	31
23	Что такое развитие и саморазвитие?	УК-6	У1, Н1
24	Охарактеризуйте сознание и самосознание личности	УК-6	У1, Н1
25	Что представляют собой психологические ценности?	УК-3	31
26	В чём состоят психологические основы поощрения в деятельности?	УК-3	У1, Н1
27	Охарактеризуйте психологические взгляды на имидж личности	УК-6	У1, Н1
28	Какова возрастная психологическая динамика развития человека?	УК-6	31
29	Представьте психологические характеристики студенчества как возрастного периода?	УК-3	У1, Н1
30	Как формируется творческое мышление личности человека?	УК-6	У1, Н1

5.3.2.3. Задачи для проверки умений и навыков

№	Содержание	Компетенция	ИДК
1.	Педагог дает студенту задание, а тот не хочет или не может его выполнить, при этом заявляя: «Я не смогу это сделать». Какой должна быть, на Ваш взгляд, психологическая реакция преподавателя?	УК-6	31, У1
2.	Студент разочарован своими учебными успехами, сомневается в своих способностях и в том, что ему когда-либо удастся как следует понять и усвоить материал. Он говорит преподавателю: «Каким образом мне осуществлять своё саморазвитие?» Что должен, на Ваш взгляд, на это ему ответить преподаватель?	УК-6	У1, Н1
3.	Студент говорит преподавателю: «На два ближайших занятия, которые Вы проводите, я не приду,	УК-3	У1

	так как в это время хочу сходить на спортивные соревнования в качестве зрителя и отдохнуть». Как нужно ответить ему?		
4.	Студент говорит преподавателю, демонстрируя излишнюю самоуверенность: «Нет ничего такого, что я не сумел бы сделать, если бы захотел. В том числе мне ничего не стоит повысить собственный уровень саморазвития». Каким может быть комментарий педагога?	УК-3	31, У1
5	Студент в разговоре с преподавателем говорит ему: «Я хотел бы, чтобы Вы выдали мне задания для саморазвития». Как должен ответить педагог на такую просьбу?	УК-3	У1, Н1
6	Студент, демонстрируя свое негативное отношение к некоторым сокурсникам, говорит: «Не хочу учиться вместе с ними, потому что они не хотят саморазвиваться». Как на это должен психологически прореагировать педагог?	УК-3	У1, Н1

5.3.2.4. Перечень тем рефератов, контрольных, расчетно-графических работ
«Не предусмотрены»

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

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	Знать психологические принципы организации и руководства командной работой.	1, 3, 4, 5, 9-11, 14	-	-	-
У1	Уметь определять приоритеты личностного роста и способы совершенствования деятельности коллег в процессе выработки командной стратегии	1, 3, 4-6, 7	-	-	-
Н1	Иметь навык использования стратегий и технологий саморазвития и управления личностными ресурсами членов команды для достижения поставленной цели	4-6, 7	-	-	-
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)
З1	Знать приоритеты собственной деятельности и способы их совершенствования	2, 8, 12, 13, 15	-	-	-
У1	Уметь самостоятельно организовывать собственную деятельность на основе самооценки личностных возможностей с учетом перспектив карьерного роста	8, 13	-	-	-
Н1	Иметь навыки использования приемов и техники саморазвития в процессе личностного и профессионального становления	2,8	-	-	-

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	Знать 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, 3-8, 10, 11-13, 22, 25	3-4	
У1	Уметь определять приоритеты личностного роста и способы совершенствования деятельности коллег в процессе выработки командной стратегии	6, 7, 10, 12, 18, 19, 23, 22, 26, 31, 33, 37, 39, 41, 51, 53-55	8, 12, 14-20, 26, 29	3-6	
Н1	Иметь навык 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	12, 14-16, 19, 20, 26, 29	3-6	
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	Знать приоритеты собственной деятель-	61, 64, 72,	2, 3, 28	1	

	ности и способы их совершенствования	74, 75, 8, 81, 82, 84, 87, 88, 90, 02, 94, 95, 98, 99, 104, 105, 107, 109, 110, 114, 116		
У1	Уметь самостоятельно организовывать собственную деятельность на основе самооценки личностных возможностей с учетом перспектив карьерного роста	62, 63, 65, 68, 69, 71, 73, 77, 79, 83, 85, 89, 91, 93, 96, 97, 100, 101, 103, 113, 115, 120	2, 9, 23, 24, 27, 30	1,2
Н1	Иметь навыки использования приемов и техники саморазвития в процессе личностного и профессионального становления	66, 67, 70, 76, 80, 86, 102, 106, 108, 111, 112, 117, 118, 119	9, 23, 24, 27, 30	2

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

6.1. Рекомендуемая литература

№	Библиографическое описание	Тип издания	Вид учебной литературы
1.	Пастюк О.В. Психология и педагогика [электронный ресурс]: учебное пособие. – ISBN 978-5-16-006300-3. – Режим доступа: http://znanium.com/go.php?id=759898 . – Москва: ООО "Научно-издательский центр ИНФРА-М", 2017. - 160 с. [ЭБС Знаниум]	Учебное	Основная
2.	Руденко, А. М. Психология: Учебник / Руденко А.М. - Ростов-на-Дону :Феникс, 2012. - 556 с. ISBN 978-5-222-18871-2. - Текст : электронный. - URL: https://znanium.com/catalog/product/911274	Учебное	Основная
3.	Самойлов, В. Д. Педагогика и психология высшей школы : учебник / В. Д. Самойлов. - Москва ; Вологда : Инфра-Инженерия, 2021. - 248 с. - ISBN 978-5-9729-0719-9. - Текст : электронный. - URL: https://znanium.com/catalog/product/1836205	Учебное	Основная
4.	Овсянникова, О. А. Психология и педагогика высшей школы : учебное пособие для вузов / О. А. Овсянникова. — 3-е изд., стер. — Санкт-Петербург : Лань, 2022. — 236 с. — ISBN 978-5-8114-9702-7. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL:	Учебное	Основная

	https://e.lanbook.com/book/197720		
5.	Базылевич, Т. Ф. Дифференциальная психология : учебник / Т.Ф. Базылевич. — Москва : ИНФРА-М, 2022. — 224 с. + Доп. материалы [Электронный ресурс]. — (Высшее образование: Бакалавриат). — DOI 10.12737/5258. - ISBN 978-5-16-009399-4. - Текст : электронный. - URL: https://znanium.com/catalog/product/1851443	Учебное	Дополнительная
6.	Гаврилович К.В. Психология и педагогика. [Электронный ресурс] / М.: Издательство Юрайт, 2019. — 184 с.— https://urait.ru/viewer/psihologiya-i-pedagogika-510805	Учебное	Дополнительная
7.	Щевелёва Г.М., Сиволапова Е.А., Алтухова Е.В. «Психология и педагогика в профессиональной и социальной деятельности» [Электронный ресурс]: методические рекомендации для самостоятельной работы магистров, обучающихся по направлению Зоотехния / – Воронеж: Воронежский ГАУ. 2019. 83 с.	Методическое	
8.	Психология и педагогика [Электронный ресурс]: продвинутый уровень: методические указания для самостоятельной работы магистров, обучающихся по направлению подготовки 36.04.02 Зоотехния программа Частная зоотехния, технология производства продукции животноводства / Воронежский государственный аграрный университет; [сост. Г. М. Щевелева; под общ. ред. В. Н. Пляксина]. — Электрон. текстовые дан. (1 файл : 582 Кб) .— Воронеж : Воронежский государственный аграрный университет, 2017 .—с.29	Методическое	
9.	Педагогика: научно–теоретический журнал. – Москва: Российская академия образования, 1993	Периодическое	
10.	Альма матер – Вестник высшей школы: научный журнал: - Москва: Российский университет дружбы народов, 1991	Периодическое	
11.	Высшее образование сегодня: научный и профессиональный журнал по проблемам высшей школы. – Москва: Издательская группа "Логос", 2001	Периодическое	

6.2. Ресурсы сети Интернет

6.2.1. Электронные библиотечные системы

№	Название	Размещение
1	ЭБС «Znanium.com»	http://znanium.com
2	ЭБС издательства «Лань»	http://e.lanbook.com
3	Научная электронная библиотека ELIBRARY.RU	www.elibrary.ru

4	Национальная электронная библиотека	https://нэб.рф/
5	Электронная библиотека ВГАУ	http://library.vsau.ru/

6.2.2. Профессиональные базы данных и информационные системы

№	Название	Размещение
1	Единая межведомственная информационно–статистическая система	https://fedstat.ru/
2	База данных показателей муниципальных образований	http://www.gks.ru/free_doc/new_site/bd_munst/munst.htm
3	База данных ФАОСТАТ	http://www.fao.org/faostat/ru/
4	Портал открытых данных РФ	https://data.gov.ru/
5	Портал государственных услуг	https://www.gosuslugi.ru/
6	Единая информационная система в сфере закупок	http://zakupki.gov.ru
7	Электронный сервис "Прозрачный бизнес"	https://pb.nalog.ru
8	ГАС РФ "Правосудие"	https://sudrf.ru/
9	Справочная правовая система Гарант	http://ivo.garant.ru
10	Справочная правовая система Консультант Плюс	http://www.consultant.ru/
11	Профессиональные справочные системы «Кодекс»	https://техэксперт.сайт/sistema-kodeks
12	Росреестр: Публичная кадастровая карта	https://pkk5.rosreestr.ru/
13	Федеральная государственная система территориального планирования	https://fgistp.economy.gov.ru/
14	СТРОЙКонсультант	http://www.stroykonsultant.ru/
15	Аграрная российская информационная система	http://www.aris.ru/
16	Информационная система по сельскохозяйственным наукам и технологиям	http://agris.fao.org/

6.2.3. Сайты и информационные порталы

№	Название	Размещение
1	Педагогический сайт	https://pedsite.ru
2	Центр практической психологии образования	http://cppo.ru

7. Материально-техническое и программное обеспечение дисциплины

7.1. Помещения для ведения образовательного процесса и оборудование

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	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>Учебная аудитория для проведения учебных занятий: комплект учебной мебели, демонстрационное оборудование и учебно-наглядные пособия, 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</p>	394087, Воронежская область, г. Воронеж, ул. Ломоносова, 114а
<p>Учебная аудитория для проведения учебных занятий: комплект учебной мебели, демонстрационное оборудование и учебно-наглядные пособия, 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</p>	394087, Воронежская область, г. Воронеж, ул. Ломоносова, 114а, а. 410а
<p>Учебная аудитория для проведения учебных занятий: комплект учебной мебели, демонстрационное оборудование и учебно-наглядные пособия, презентационное оборудование.</p>	394087, Воронежская область, г. Воронеж, ул. Ломоносова, 114а, а. 300
<p>Учебная аудитория для проведения учебных занятий: комплект учебной мебели</p>	394087, Воронежская область, г. Воронеж, ул. Ломоносова, 114а, а. 412
<p>Учебная аудитория для проведения учебных занятий: комплект учебной мебели, демонстрационное оборудование и учебно-наглядные пособия</p>	394087, Воронежская область, г. Воронеж, ул. Ломоносова, 114б, а. 8
<p>Помещение для самостоятельной работы: комплект учебной мебели, демонстрационное оборудование и учебно-наглядные пособия, 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</p>	394087, Воронежская область, г. Воронеж, ул. Ломоносова, 114б, а. 18 (с 16 часов до 19 часов)
<p>Помещение для самостоятельной работы: комплект учебной мебели, компьютерная техника с возможностью подключения к сети "Интернет" и обес-</p>	394087, Воронежская область, г. Воронеж, ул. Мичурина, д.1, а.232 а

печением 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	
---	--

7.2. Программное обеспечение

7.2.1. Программное обеспечение общего назначения

№	Название	Размещение
1	Операционные системы MS Windows / Linux (ALT Linux)	ПК в локальной сети ВГАУ
2	Пакеты офисных приложений Office MS Windows / OpenOffice / LibreOffice	ПК в локальной сети ВГАУ
3	Программы для просмотра файлов Adobe Reader / DjVu Reader	ПК в локальной сети ВГАУ
4	Браузеры Google Chrome / Mozilla Firefox / Internet Explorer	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

7.2.2. Специализированное программное обеспечение

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

8. Междисциплинарные связи

Дисциплина, с которой необходимо согласование	Кафедра, на которой преподается дисциплина	Подпись заведующего кафедрой
Коммуникативные технологии профессионального общения	Русского и иностранных языков	

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

Должностное лицо, проводившее про- верку: Ф.И.О., должность	Дата	Потребность в корректировке указанием соответ- ствующих разделов рабочей программы	Информация о внесенных изменениях
Председатель МК ФВМиТЖ доцент Шапошни- кова Ю.В. 	Протокол МК ФВМиТЖ №9 от 22.05.2025 г	Рабочая программа актуализирована на 2025-2026 учебный год	-