



Основная профессиональная образовательная программа
37.03.01 Психология
(Психологическое консультирование и психодиагностика)

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации
ИВАНОВСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ
Кафедра непрерывного психолого-педагогического образования

ОДОБРЕНО

Руководитель ОП

Е.И. Сушкова

(подпись)

«29» августа 2024 г.

Рабочая программа дисциплины
Психология личности и саморазвития

Уровень высшего образования:	бакалавриат		
Квалификация выпускника:	бакалавр		
Направление подготовки:	37.03.01 Психология		
Направленность (профиль) образовательной программы:	Психологическое психодиагностика	консультирование	и

Иваново



1. Цели освоения дисциплины

Цель курса – формирование и систематизация теоретических знаний, позволяющих на концептуальном уровне трактовать основные фундаментальные проблемы психологии личности и раскрывающих закономерности становления и функционирования личности.

2. Место дисциплины в структуре ОП

Дисциплина относится к обязательной части образовательной программы.

Успешное освоение данной дисциплины будет способствовать готовности студентов к освоению дисциплин: Психологическое консультирование, Психология семьи, Психология отклоняющегося поведения, Методика организации и проведения тренинга, а также для прохождения производственной практики, преддипломной.

Студент, приступающий к изучению дисциплины, должен обладать знаниями, умениями, навыками, полученными ранее в ходе изучения дисциплин: Общая психология, Психодиагностика, Социальная психология, Дифференциальная психология, Психология развития и возрастная психология.

Для освоения данной дисциплины обучающийся должен:

Знать:

- специфику психического функционирования человека;
- основные общепсихологические понятия;
- специфику психического функционирования человека с учетом особенностей возрастных этапов, кризисов развития и факторов риска, его принадлежности к гендерной, этнической, профессиональной и другим социальным группам;
- основы психологической диагностики;
- методы психологических исследований;

Уметь:

- анализировать психологические теории и направления;
- проводить психологическое исследование;

Владеть:

- базовыми методами анализа проблем человека;
- методиками психологического исследования.

3. Планируемые результаты обучения по дисциплине

3.1. Компетенции, формированию которых способствует дисциплина

При освоении дисциплины формируются следующие компетенции в соответствии с ФГОС ВО по данному направлению подготовки:

а) универсальные (УК):

УК-6 - способность управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни;

б) общепрофессиональные (ОПК):

ОПК-1 – способность осуществлять научное исследование в сфере профессиональной деятельности на основе современной методологии;

в) профессиональные (ПК):

ПК-4 – способность планировать и организовывать работу по предупреждению возможного неблагополучия в психическом и личностном развитии обучающихся, а также отклоняющихся и дезадаптивных форм поведения, в том числе у лиц с ограниченными возможностями здоровья

3.2. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с формируемыми компетенциями



Основная профессиональная образовательная программа
37.03.01 Психология
(Психологическое консультирование и психодиагностика)

В результате освоения дисциплины обучающийся должен:

Знать:

- теоретические концепции, являющиеся основой для постановки профессиональных задач в различных областях научной и практической деятельности психолога; основные понятия психологической науки и методологические принципы изучения человека (ОПК-1.1.1);

- психологические закономерности, психические процессы и свойства личности в их взаимосвязи с физической и социальной средой (ОПК-1.1.2);

- возрастные и индивидуальные особенности психического развития и обучения детей и подростков (ПК-4.1.2);

Уметь:

- формулировать цель исследовательской деятельности в соответствии с проблемой (ОПК-1.2.1);

- эффективно взаимодействовать с участниками образовательного процесса по вопросам профилактики отклоняющихся и дезадаптивных форм поведения (ПК-4.2.1);

Иметь навыки:

- владеет навыками управления собственным временем в процессе саморазвития (УК-6.3.3)

- приема, переработки, интерпретации научно-психологической информации (ОПК-1.3.1);

- самостоятельной работы с учебной, методической литературой и диагностическими материалами (ОПК-1.3.2);

- профессионального мышления, необходимыми для научно-исследовательской деятельности в области психологии (ОПК-1.3.5);

- эффективного взаимодействия с участниками образовательного процесса (ПК-4.3.3).

4. Объем и содержание дисциплины

Объем дисциплины составляет 4 зачетных единицы (144 академических часов)

4.1. Содержание дисциплины по разделам (темам), соотнесенное с видами и трудоемкостью занятий лекционно-семинарского типа

Объем иной контактной работы и самостоятельной работы обучающегося по дисциплине указан в учебном плане образовательной программы.

№ п/п	Разделы (темы) дисциплины	Семестр	Виды занятий, их объем (в ак. часах, по очной форме обучения)		Формы текущего контроля успеваемости (по очной форме обучения)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Формы промежуточной аттестации
1.	Тема 1. Психология личности как наука	6	1	2	Входная диагностика: тест с последующим обсуждением результатов. Список вопросов, интересующих студента по содержанию дисциплины (сдается в письменном виде)
2.	Тема 2. История возникновения и развития психологии личности	6	1	2	Опорный конспект Отчет
3.	Тема 3. Основные методы изучения личности	6	1	2	Собеседование Обсуждение презентаций
4.	Тема 4. Теории личности:	6	1	2	Собеседование



Основная профессиональная образовательная программа
37.03.01 Психология
(Психологическое консультирование и психодиагностика)

	психоаналитическое и гуманистическое направление				Обсуждение презентаций
5.	Тема 5. «Я-концепция» личности (структура личности). Теория ролей и теория научения	6	1	2	Опорный конспект Отчет
6.	Тема 6. Структура направленности	6	1	2	Опорный конспект Отчет
7.	Тема 7. Понятие «мотивы»	6	1	2	Опорный конспект Отчет
8.	Тема 8. Понятие «потребность», «мотивация».	6	1	2	Опорный конспект Отчет
9.	Тема 9. Классификация целей	6	1	2	Опорный конспект Отчет
10.	Тема 10. Формирование структуры целеполагания в онтогенезе развития личности	6	1	2	Собеседование Обсуждение презентаций
11.	Тема 11. Тайм-менеджмент: теория и приемы.	6	1	2	Собеседование Обсуждение презентаций
12.	Тема 12. Понятие «ценность» в психологии личности	6	1	2	Собеседование Обсуждение презентаций
13.	Тема 13. Ценностные ориентации личности	6	1	1	Собеседование Обсуждение презентаций
14.	Тема 14. Пути самореализации	6	1	1	Собеседование Обсуждение презентаций
Итого по дисциплине:			14	16	Экзамен

№ п/п	Разделы (темы) дисциплины	Семестр	Виды занятий, их объем (в ак. часах, по очно-заочной форме обучения)		Формы текущего контроля успеваемости (по очно-заочной форме обучения)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Формы промежуточной аттестации
15.	Тема 1. Психология личности как наука	7	1	1	Входная диагностика: тест с последующим обсуждением результатов. Список вопросов, интересующих студента по содержанию дисциплины (сдается в письменном виде)
16.	Тема 2. История возникновения и развития психологии личности	7	1	1	Опорный конспект Отчет
17.	Тема 3. Основные методы изучения личности	7	1	1	Собеседование Обсуждение презентаций
18.	Тема 4. Теории личности: психоаналитическое и гуманистическое направление	7	2	2	Собеседование Обсуждение презентаций
19.	Тема 5. «Я-концепция»	7	2	2	Опорный конспект



Основная профессиональная образовательная программа
37.03.01 Психология
(Психологическое консультирование и психодиагностика)

	личности (структура личности). Теория ролей и теория научения				Отчет
20.	Тема 6. Структура направленности	7	1	1	Опорный конспект Отчет
21.	Тема 7. Понятие «мотивы»	7	1	1	Опорный конспект Отчет
22.	Тема 8. Понятие «потребность», «мотивация».	7	1	1	Опорный конспект Отчет
23.	Тема 9. Классификация целей	7	1	1	Опорный конспект Отчет
24.	Тема 10. Формирование структуры целеполагания в онтогенезе развития личности	7	1	1	Собеседование Обсуждение презентаций
25.	Тема 11. Тайм-менеджмент: теория и приемы.	7	1	1	Собеседование Обсуждение презентаций
26.	Тема 12. Понятие «ценность» в психологии личности	7	1	1	Собеседование Обсуждение презентаций
27.	Тема 13. Ценностные ориентации личности	7	1	1	Собеседование Обсуждение презентаций
28.	Тема 14. Пути самореализации	7	1	1	Собеседование Обсуждение презентаций
Итого по дисциплине:			16	16	Экзамен

4.2. Развернутое описание содержания дисциплины по разделам (темам)

Раздел 1. Общие вопросы психологии личности

Тема 1. Психология личности как наука

Объект, предмет психологии личности. Функции и задачи психологии личности. Категориальный аппарат психологии личности. Место в системе наук. Понятие «личность» в отечественной психологии. Соотношение категорий: человек, личность, индивид, индивидуальность. Социализация личности Структура личности (по Рубинштейну, Ковалеву, Платонову). Принципы психологии личности (принципы единства сознания и деятельности, объективности, принцип логического и исторического, принцип развития).

Тема 2. История возникновения и развития психологии личности

Периоды изучения личности. Философско-литературный период (античная философия). Клиническая философия Нового времени. Марксистская философия личности. Теории личности 20 в.

Тема 3. Основные методы изучения личности

Эмпирические методы (наблюдение, самонаблюдение). Экспериментальные, психодиагностические методы (тесты, опросные методы), биографические методы. Методы обработки и интерпретации данных.

Раздел 2. Теории личности

Тема 4. Психоаналитические теории психологии личности (З. Фрейд, К. Юнг, А. Адлер, К. Хорни). Гуманистические теории психологии личности (А. Маслоу, К. Роджерс и др.).

Основы психоаналитического подхода к пониманию развития психики в онтогенезе. Три уровня психики человека (по критерию принципиальной возможности осознания психических



Основная профессиональная образовательная программа
37.03.01 Психология
(Психологическое консультирование и психодиагностика)

процессов) — сознание, предсознание и бессознательное. Дальнейшее развитие психоаналитического направления в психологии (А. Адлер, К. Юнг и др.)

Основные направления гуманистической теории психологии личности: «клиническое» (ориентированное преимущественно на клинику, представлено во взглядах американского психолога К. Роджерса), «мотивационное» (американский исследователь А. Маслоу).

Тема 5. «Я-концепция» личности (структура личности). Теория ролей и теория научения

Сущность понятия «Я-концепция» личности. Функции Я-концепции. Структура «Я-концепции» личности. Когнитивный компонент «Я-концепции». Образ «Я». Виды Образа «Я». Идентификация личности. Личность и самооценка. Самооценка как компонент структуры «Я-концепции». Функции самооценки. Составляющие самооценки личности. Механизмы формирования самооценки. Уровень притязаний личности (УП). Связь УП с самооценкой личности. Динамика и формирование УП. Факторы, влияющие на адекватность и устойчивость УП. Самооценка и УП как факторы мотивации и формирования личности.

Теории ролевого поведения личности. Понятие «роль». Сущность ролевого конфликта. Теория научения. Сущность теории научения. Применение идей бихевиоризма в работе с личностью.

Раздел 3. Направленность личности

Тема 6. Структура направленности

Формальные характеристики направленности (уровень, широта, устойчивость, интенсивность, действенность).

Компоненты направленности: мировоззрение, цель, потребность, мотив, установка.

Тема 7. Понятие «мотивы»

Функции мотивов. Классификация мотивов. Неосознаваемые мотивы личности (влечения, установки). Сущность осознаваемых мотивов личности (интерес, убеждение, стремление).

Сущность социальных мотивов: мотив достижения (сущность, виды), мотив аффилиации, мотив власти (виды, природа), мотив агрессии (теории агрессии), мотив альтруизма.

Тема 8. Понятие «потребность», «мотивация».

Категория «потребность» в психологии. Категория «мотивация» в психологии.

Соотношение категорий: потребность, мотивация, мотив.

Раздел 4. Цели и структура целеполагания личности

Тема 9. Классификация целей

Классификация целей по содержанию, масштабу, своевременности постановки, рангу, временным характеристикам, субъектам, степени осознанности, значимости.

Тема 10. Формирование структуры целеполагания в онтогенезе развития личности

Целеполагание как механизм самореализации личности (потребность, активность, удовольствие при достижении цели).

Тема 11. Тайм-менеджмент: теория и приемы. Принцип Парето и Зайверта. Числовые пропорции управления временем. Квадрант Стивена Р. Кови. «Тайм-драйв» - система Г.А. Архангельского. Основные правила управления временем.

Раздел 5. Ценности в структуре личности

Тема 12. Понятие «ценность» в психологии личности

Классификация ценностей. Характеристики ценностей. Связь ценностной сферы личности с поведением.



Тема 13. Ценностные ориентации личности

Соотношение понятий: ценности и ценностные ориентации. Развитие ценностных ориентаций.

Раздел 6. Самореализация личности.

Тема 14. Пути самореализации. Подходы к самореализации в теориях А. Маслоу и В. Франкла. Условия для определения смысла жизни. Непрерывное развитие.

5. Образовательные технологии

Технология проблемного обучения, технология учебной дискуссии, разбор и анализ конкретных ситуаций, применение диагностических методик.

Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине: технологии смешанного обучения, проведение методик, подготовка презентаций и проектов.

При организации семинаров используются активные методы обучения: дискуссии, конференции с взаимооценкой и самооценкой презентаций и т.д.

6. Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы обучающихся

Самостоятельную работу студентов обеспечивают: подробное описание разделов дисциплины (табл. 4.1. РП) тем семинарских и практических занятий (Приложение 1 к РП), темы для проектов, предоставляемые преподавателем.

7. Характеристика оценочных средств для текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине

Система контроля результатов освоения дисциплины включает в себя: текущий и итоговый контроль по дисциплине.

Текущий контроль знаний и умений студентов осуществляется по результатам и процессу выполнения заданий для самостоятельной работы по подготовке к лекционным и практическим занятиям (проверочные практические задания, презентации).

Итоговый контроль – экзамен. Форма сдачи экзамена: устный ответ по билету, где указаны два теоретических вопроса.

Оценка «**отлично**» выставляется студенту, если он глубоко и прочно усвоил программный материал, исчерпывающе, последовательно, четко и логически стройно его излагает, умеет тесно увязывать теорию с практикой, свободно отвечает на дополнительные вопросы, использует в ответе материал монографической литературы.

Оценка «**хорошо**» выставляется студенту, если он твердо знает материал, грамотно и по существу излагает его, не допуская существенных неточностей в ответе на вопрос, правильно применяет теоретические положения при ответе на дополнительные вопросы.

Оценка «**удовлетворительно**» выставляется студенту, если он имеет знания только основного материала, но не усвоил его деталей, допускает неточности, недостаточно правильные формулировки, нарушения логической последовательности в изложении программного материала.

Оценка «**неудовлетворительно**» выставляется студенту, который не знает значительной части программного материала, допускает существенные ошибки в его изложении.

8. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

Основная литература:

1. Габдулина, Л.И. Аксиологическая психология личности: теория и практика : учебное пособие / Л.И. Габдулина ; Министерство образования и науки РФ, Южный федеральный университет. - Ростов-на-Дону ; Таганрог : Издательство Южного федерального университета,



Основная профессиональная образовательная программа
37.03.01 Психология
(Психологическое консультирование и психодиагностика)

2017. - 142 с. : табл. - Библиогр.: с. 127-133. - ISBN 978-5-9275-2231-6 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=493050>

2. Гуревич, П.С. Психология личности : учебное пособие / П.С. Гуревич. - Москва : Юнити-Дана, 2015. - 559 с. - (Актуальная психология). - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-238-01588-0 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=118128>

3. Ермаков, В.А. Гуманистическая психология личности : учебное пособие / В.А. Ермаков. - Москва : Евразийский открытый институт, 2011. - 126 с. - ISBN 978-5-374-00337-6 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=93263>

Дополнительная литература:

1. Багадирова, С.К. Материалы к курсу "Психология личности" : учебное пособие : в 2-х ч. / С.К. Багадирова, А.А. Юрина. - Москва : Директ-Медиа, 2014. - Ч. 1. Раздел "Теории личности". - 164 с. - ISBN 978-5-4458-6747-0 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=232087>

2. Багадирова, С.К. Материалы к курсу "Психология личности" : учебное пособие : в 2-х ч. / С.К. Багадирова, А.А. Юрина. - Москва : Директ-Медиа, 2014. - Ч. 2. Раздел "Теории личности". - 172 с. - ISBN 978-5-4458-6748-7 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=232088>

3. Психология личности / ред.-сост. Д. Я. Райгородский. — Самара : БАХРАХ-М, 2000. — (Отечественная психология). Т. 2: Хрестоматия. — 2000. — 539 с.

Ресурсы информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

Система электронной поддержки образовательного процесса «Мой университет» <https://uni.ivanovo.ac.ru>

Профессиональные базы данных и информационно-справочные системы:

ЭБС «Университетская библиотека онлайн» www.biblioclub.ru

<http://lib.ivanovo.ac.ru/index.php/polnotekstovye-resursy/ebs-universitetskaya-biblioteka>

Электронная библиотека ИвГУ <http://lib.ivanovo.ac.ru/index.php/polnotekstovye-resursy/elibnew>

Электронный каталог НБ ИвГУ <http://lib.ivanovo.ac.ru/index.php/ek>

Программное обеспечение: операционная система Microsoft Windows, пакет офисных программ Microsoft Office и LibreOffice, интернет-браузер Yandex Browser.

9. Материально-техническое обеспечение дисциплины

Для учебных целей используются учебные аудитории:

- для проведения занятий лекционного типа с комплектом специализированной учебной мебели и техническими средствами обучения, служащими для предоставления учебной информации большой аудитории;

- для проведения занятий семинарского типа, консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации с комплектом специализированной учебной мебели и техническими средствами обучения.

Помещение для самостоятельной работы, оснащенное комплектом специализированной учебной мебели, компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в ЭИОС.

Демонстрационное оборудование и учебно-наглядные пособия для занятий лекционного типа, обеспечивающие тематические иллюстрации: демонстрационные пособия, электронные пособия (презентации), печатные пособия (тесты).



Основная профессиональная образовательная программа
37.03.01 Психология
(Психологическое консультирование и психодиагностика)

Автор рабочей программы дисциплины: доцент, кандидат психологических наук Сушкова Е.И.

Программа рассмотрена и утверждена на заседании кафедры непрерывного психолого-педагогического образования

Программа рассмотрена и утверждена на заседании кафедры НППО

«29» августа 2024 г., протокол № 1

Программа обновлена

протокол заседания кафедры № 1 от «27» августа 2025 г.

Согласовано:

Руководитель ОП _____ Е.И. Сушкова
(подпись)

Программа обновлена

протокол заседания кафедры № _____ от «_____» _____ 20__ г.

Согласовано:

Руководитель ОП _____ Е.И. Сушкова
(подпись)

Программа обновлена

протокол заседания кафедры № _____ от «_____» _____ 20__ г.

Согласовано:

Руководитель ОП _____ Е.И. Сушкова
(подпись)