

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего образования
"Казанский (Приволжский) федеральный университет"
Институт психологии и образования
Отделение педагогики



УТВЕРЖДАЮ
Проректор по образовательной деятельности КФУ
_____ Д.А. Таюрский
"___" _____ 20__ г.

Программа дисциплины

Тренинг развития личностных ресурсов и стратегий

Направление подготовки: 44.04.03 - Специальное (дефектологическое) образование

Профиль подготовки: Технологии профилактики и коррекции девиаций у лиц с ограниченными возможностями здоровья

Квалификация выпускника: магистр

Форма обучения: очное

Язык обучения: русский

Год начала обучения по образовательной программе: 2021

Содержание

1. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения ОПОП ВО
2. Место дисциплины (модуля) в структуре ОПОП ВО
3. Объем дисциплины (модуля) в зачетных единицах с указанием количества часов, выделенных на контактную работу обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий) и на самостоятельную работу обучающихся
4. Содержание дисциплины (модуля), структурированное по темам (разделам) с указанием отведенного на них количества академических часов и видов учебных занятий
 - 4.1. Структура и тематический план контактной и самостоятельной работы по дисциплине (модулю)
 - 4.2. Содержание дисциплины (модуля)
5. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю)
6. Фонд оценочных средств по дисциплине (модулю)
7. Перечень литературы, необходимой для освоения дисциплины (модуля)
8. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети "Интернет", необходимых для освоения дисциплины (модуля)
9. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (модуля)
10. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем (при необходимости)
11. Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине (модулю)
12. Средства адаптации преподавания дисциплины (модуля) к потребностям обучающихся инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья
13. Приложение №1. Фонд оценочных средств
14. Приложение №2. Перечень литературы, необходимой для освоения дисциплины (модуля)
15. Приложение №3. Перечень информационных технологий, используемых для освоения дисциплины (модуля), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем

Программу дисциплины разработал(а)(и): доцент, к.н. Кротова И.В. (кафедра психологии и педагогики специального образования, Институт психологии и образования), Inna.Balymova@krfu.ru

1. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения ОПОП ВО

Обучающийся, освоивший дисциплину (модуль), должен обладать следующими компетенциями:

Обучающийся, освоивший дисциплину (модуль):

Должен знать:

понятийно-категориальный аппарат психологии личности, ; психологии состояний, психологии саморегуляции;

направления прикладной психологии, разрабатывающие приемы развития личностных ресурсов творческого потенциала как профессионально-важного качества психолога;

иметь представление об основных техниках саморегуляции и саморазвития.

Должен уметь:

ставить задачи личностного и профессионального роста;

- ориентироваться в существующих методах саморегуляции и личностного роста;

- использовать приемы психической саморегуляции;

- мотивировать себя на достижения целей;

- находить ресурсы для решения жизненных задач.

Должен владеть:

- методами регуляции и саморегуляции психических состояний;

- простейшими техниками внушения и самовнушения;

- приемами обучения техникам саморегуляции.

Должен демонстрировать способность и готовность:

- активизировать интеллектуальные и личностные ресурсы в решении профессиональных и жизненных задач;

- совершенствовать способности к психической саморегуляции;

- использовать в профессиональной деятельности и общении эффективные методы регуляции и саморегуляции.

2. Место дисциплины (модуля) в структуре ОПОП ВО

Данная дисциплина (модуль) включена в раздел "Б1.В.ДВ.02.01 Дисциплины (модули)" основной профессиональной образовательной программы 44.04.03 "Специальное (дефектологическое) образование (Технологии профилактики и коррекции девиаций у лиц с ограниченными возможностями здоровья)" и относится к дисциплинам по выбору части ОПОП ВО, формируемой участниками образовательных отношений.

Осваивается на 1 курсе в 1 семестре.

3. Объем дисциплины (модуля) в зачетных единицах с указанием количества часов, выделенных на контактную работу обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий) и на самостоятельную работу обучающихся

Общая трудоемкость дисциплины составляет 2 зачетных(ые) единиц(ы) на 72 часа(ов).

Контактная работа - 13 часа(ов), в том числе лекции - 0 часа(ов), практические занятия - 12 часа(ов), лабораторные работы - 0 часа(ов), контроль самостоятельной работы - 1 часа(ов).

Самостоятельная работа - 59 часа(ов).

Контроль (зачёт / экзамен) - 0 часа(ов).

Форма промежуточного контроля дисциплины: зачет в 1 семестре.

4. Содержание дисциплины (модуля), структурированное по темам (разделам) с указанием отведенного на них количества академических часов и видов учебных занятий

4.1 Структура и тематический план контактной и самостоятельной работы по дисциплине (модулю)

N	Разделы дисциплины / модуля	Се- местр	Виды и часы контактной работы, их трудоемкость (в часах)						Само- стоя- тель- ная ра- бота
			Лекции, всего	Лекции в эл. форме	Практи- ческие занятия, всего	Практи- ческие в эл. форме	Лабораторные работы, всего	Лабораторные в эл. форме	
1.	Тема 1. Понятие о личностном росте и личностном развитии в психологических теориях	1	0	0	4	4	0	0	20
2.	Тема 2. Технологии развития и саморазвития лидерских качеств личности	1	0	0	4	4	0	0	20
3.	Тема 3. Технологии развития личностных ресурсов	1	0	0	4	4	0	0	19
	Итого		0	0	12	12	0	0	59

4.2 Содержание дисциплины (модуля)

Тема 1. Понятие о личностном росте и личностном развитии в психологических теориях

Представления о механизмах и условиях развития личности в психодинамическом подходе, бихевиоризме, гештальт-терапии, интеракционизме. Гуманистическая психология о тенденции самоактуализации. Иерархия мотивов и самоактуализация. Социально-психологические условия личностного роста. Центрированные на клиенте психотерапия и психологическое консультирование. Недириктивный подход и центрация на ребенке как принцип психокоррекционной работы.

Тема 2. Технологии развития и саморазвития лидерских качеств личности

Представление о функциях лидера и лидерстве как личностном качестве в общей, социальной, юридической психологии психологии. Зарубежные подходы к пониманию лидерских качеств. Изучение лидерства в отечественной науке. Сущность организационного лидерства. Индивидуально-личностные, организационно-управленческие, социально-психологические, перцептивные качества лидера. Возможности современных тренингов развития лидерских качеств.

Тема 3. Технологии развития личностных ресурсов

Понятие о личностных ресурсах. Методы развития личностных ресурсов.

Понятие о ресурсном состоянии в нейро-лингвистическом программировании. Техники создания ресурсного состояния. Рефрейминг, техники рефрейминга. Техники якорения, контексты их использования для создания ресурсных состояний Личностное редактирование как доступ к ресурсным состояниям через паттерны внешнего поведения в трудных контекстах или ситуациях, требующих гибкости больше гибкости. Техника ? Дыхание жизни?. Упражнение ?Алфавит?. Техника Походка силы/могущества?. Техника ?Круг совершенства?. Модель Т.О.Т.Е. о структуре эффективного поведения. Компоненты поведения позволяющего быстрее и эффективнее достигать целей. Техника Стратегия творчества Уолта Диснея.

Тайм-менеджмент. Индивидуальный ресурс времени. Подходы к управлению временем.

Приемы тайм-менеджмента

Список прикрепленных к данной дисциплине (модулю) электронных курсов и сторонних ресурсов

• LMS Moodle: Тренинг личностного роста (926)	1-й семестр
---	-------------

5. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю)

Самостоятельная работа обучающихся выполняется по заданию и при методическом руководстве преподавателя, но без его непосредственного участия. Самостоятельная работа подразделяется на самостоятельную работу на аудиторных занятиях и на внеаудиторную самостоятельную работу. Самостоятельная работа обучающихся включает как полностью самостоятельное освоение отдельных тем (разделов) дисциплины, так и проработку тем (разделов), осваиваемых во время аудиторной работы. Во время самостоятельной работы обучающиеся читают и конспектируют учебную, научную и справочную литературу, выполняют задания, направленные на закрепление знаний и отработку умений и навыков, готовятся к текущему и промежуточному контролю по дисциплине.

Организация самостоятельной работы обучающихся регламентируется нормативными документами, учебно-методической литературой и электронными образовательными ресурсами, включая:

Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по образовательным программам высшего образования - программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры (утвержден приказом Министерства науки и высшего образования Российской Федерации от 6 апреля 2021 года №245)

Письмо Министерства образования Российской Федерации №14-55-99бин/15 от 27 ноября 2002 г. "Об активизации самостоятельной работы студентов высших учебных заведений"

Устав федерального государственного автономного образовательного учреждения "Казанский (Приволжский) федеральный университет"

Правила внутреннего распорядка федерального государственного автономного образовательного учреждения высшего профессионального образования "Казанский (Приволжский) федеральный университет"

Локальные нормативные акты Казанского (Приволжского) федерального университета

6. Фонд оценочных средств по дисциплине (модулю)

Фонд оценочных средств по дисциплине (модулю) включает оценочные материалы, направленные на проверку освоения компетенций, в том числе знаний, умений и навыков. Фонд оценочных средств включает оценочные средства текущего контроля и оценочные средства промежуточной аттестации.

В фонде оценочных средств содержится следующая информация:

- соответствие компетенций планируемым результатам обучения по дисциплине (модулю);
- критерии оценивания сформированности компетенций;
- механизм формирования оценки по дисциплине (модулю);
- описание порядка применения и процедуры оценивания для каждого оценочного средства;
- критерии оценивания для каждого оценочного средства;
- содержание оценочных средств, включая требования, предъявляемые к действиям обучающихся, демонстрируемым результатам, задания различных типов.

Фонд оценочных средств по дисциплине находится в Приложении 1 к программе дисциплины (модулю).

7. Перечень литературы, необходимой для освоения дисциплины (модуля)

Освоение дисциплины (модуля) предполагает изучение основной и дополнительной учебной литературы. Литература может быть доступна обучающимся в одном из двух вариантов (либо в обоих из них):

- в электронном виде - через электронные библиотечные системы на основании заключенных КФУ договоров с правообладателями;

- в печатном виде - в Научной библиотеке им. Н.И. Лобачевского. Обучающиеся получают учебную литературу на абонементе по читательским билетам в соответствии с правилами пользования Научной библиотекой.

Электронные издания доступны дистанционно из любой точки при введении обучающимся своего логина и пароля от личного кабинета в системе "Электронный университет". При использовании печатных изданий библиотечный фонд должен быть укомплектован ими из расчета не менее 0,5 экземпляра (для обучающихся по ФГОС 3++ - не менее 0,25 экземпляра) каждого из изданий основной литературы и не менее 0,25 экземпляра дополнительной литературы на каждого обучающегося из числа лиц, одновременно осваивающих данную дисциплину.

Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины (модуля), находится в Приложении 2 к рабочей программе дисциплины. Он подлежит обновлению при изменении условий договоров КФУ с правообладателями электронных изданий и при изменении комплектования фондов Научной библиотеки КФУ.

8. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети "Интернет", необходимых для освоения дисциплины (модуля)

Научная электронная библио - <http://cyberleninka.ru/article/n/inklyuzivnoe-obrazovanie-pervyyu-opyt-i-problemy>

Сайт "Санкт-Петербургского Центра НЛП" - <http://www.nlpspb.ru/>

Сайт Центра НЛП в Образовании - <http://www.nlpcenter.ru/>

9. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (модуля)

Вид работ	Методические рекомендации
практические занятия	<p>Практические занятия проводятся под руководством преподавателя. Чтобы хорошо подготовиться к практическому занятию, студенту необходимо:</p> <ul style="list-style-type: none"> - уяснить вопросы и задания, рекомендуемые для подготовки к практическому занятию; - ознакомиться с методическими указаниями, которые представлены в каждом плане практического занятия; - прочитать конспект лекций и соответствующие главы учебника (учебного пособия), дополнить запись лекций выписками из него; - изучить и законспектировать рекомендованные преподавателем произведения классиков психологической науки; ☑ прочитать дополнительную литературу, рекомендованную преподавателем. <p>На студента обрушивается громадный объем информации, которую необходимо усвоить. Нужный материал содержится не только в лекциях (запомнить его ? это только малая часть задачи), но и в учебниках, книгах, статьях. Порой возникает необходимость привлекать информационные ресурсы Интернет.</p>
самостоятельная работа	<p>Основные способы самостоятельной работы по изучению дисциплины являются:</p> <ul style="list-style-type: none"> - чтение учебников, учебно-методических пособий, научных статей, монографий и другой учебной литературы; - регулярное чтение журналов, газет, просмотр и прослушивание теле- и радиопередач; - работа над конспектами лекций, их дополнение материалом из учебников (учебных пособий); ☑ подготовка докладов, научных сообщений и выступление с ними на практических занятиях, научных (научно-практических) конференциях; - подготовка и написание рефератов по темам изучаемой дисциплины; - решение задач, выполнение заданий, рекомендованных (заданных) преподавателем; ☑ формулировка развернутых ответов на вопросы для подготовки к практическим занятиям; ☑ подготовка к зачету.
зачет	<p>При подготовке к зачету студент использует весь семестровый материал учебного процесса: конспекты лекций, альбомы, рекомендованную учебную литературу, методические пособия, свои тетради для лабораторных работ, и планомерно отвечает на вопросы из списка вопросов, выносимых на зачёт. Сложные вопросы, неподдающиеся для понимания вопросы следует разобрать с сокурсниками и с преподавателем в часы консультаций. Следует помнить, что зубрить материал, т.е. механически запоминать, бесполезно. Лучше потратить дополнительно время на то, чтобы разобраться и понять материал. Систематическая учеба в семестре - залог успеха при итоговой аттестации.</p>

10. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем (при необходимости)

Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем, представлен в Приложении 3 к рабочей программе дисциплины (модуля).

11. Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине (модулю)

Материально-техническое обеспечение образовательного процесса по дисциплине (модулю) включает в себя следующие компоненты:

Помещения для самостоятельной работы обучающихся, укомплектованные специализированной мебелью (столы и стулья) и оснащенные компьютерной техникой с возможностью подключения к сети "Интернет" и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду КФУ.

Учебные аудитории для контактной работы с преподавателем, укомплектованные специализированной мебелью (столы и стулья).

Компьютер и принтер для распечатки раздаточных материалов.

Мультимедийная аудитория.

Специализированная лаборатория.

12. Средства адаптации преподавания дисциплины к потребностям обучающихся инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья

При необходимости в образовательном процессе применяются следующие методы и технологии, облегчающие восприятие информации обучающимися инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья:

- создание текстовой версии любого нетекстового контента для его возможного преобразования в альтернативные формы, удобные для различных пользователей;
- создание контента, который можно представить в различных видах без потери данных или структуры, предусмотреть возможность масштабирования текста и изображений без потери качества, предусмотреть доступность управления контентом с клавиатуры;
- создание возможностей для обучающихся воспринимать одну и ту же информацию из разных источников - например, так, чтобы лица с нарушениями слуха получали информацию визуально, с нарушениями зрения - аудиально;
- применение программных средств, обеспечивающих возможность освоения навыков и умений, формируемых дисциплиной, за счёт альтернативных способов, в том числе виртуальных лабораторий и симуляционных технологий;
- применение дистанционных образовательных технологий для передачи информации, организации различных форм интерактивной контактной работы обучающегося с преподавателем, в том числе вебинаров, которые могут быть использованы для проведения виртуальных лекций с возможностью взаимодействия всех участников дистанционного обучения, проведения семинаров, выступления с докладами и защиты выполненных работ, проведения тренингов, организации коллективной работы;
- применение дистанционных образовательных технологий для организации форм текущего и промежуточного контроля;
- увеличение продолжительности сдачи обучающимся инвалидом или лицом с ограниченными возможностями здоровья форм промежуточной аттестации по отношению к установленной продолжительности их сдачи:
- продолжительности сдачи зачёта или экзамена, проводимого в письменной форме, - не более чем на 90 минут;
- продолжительности подготовки обучающегося к ответу на зачёте или экзамене, проводимом в устной форме, - не более чем на 20 минут;
- продолжительности выступления обучающегося при защите курсовой работы - не более чем на 15 минут.

Программа составлена в соответствии с требованиями ФГОС ВО и учебным планом по направлению 44.04.03 "Специальное (дефектологическое) образование" и магистерской программе "Технологии профилактики и коррекции девиаций у лиц с ограниченными возможностями здоровья".

Приложение 2
к рабочей программе дисциплины (модуля)
Б1.В.ДВ.02.01 Тренинг развития личностных ресурсов и стратегий

Перечень литературы, необходимой для освоения дисциплины (модуля)

Направление подготовки: 44.04.03 - Специальное (дефектологическое) образование

Профиль подготовки: Технологии профилактики и коррекции девиаций у лиц с ограниченными возможностями здоровья

Квалификация выпускника: магистр

Форма обучения: очное

Язык обучения: русский

Год начала обучения по образовательной программе: 2021

Основная литература:

Основы социальной работы: Учебник / Отв. ред. П.Д. Павленок. - 4-е изд., испр. и доп. - Москва : ИНФРА-М, 2012. - 534 с. (Высшее образование). ISBN 978-5-16-004920-5. - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/328820> (дата обращения: 20.08.2019)

Айсина, Р. М. Индивидуальное психологическое консультирование: основы теории и практики: Учебное пособие/Р.М.Айсина - Москва : ИЦ РИОР, НИЦ ИНФРА-М, 2016. - 148 с. (Высшее образование) ISBN 978-5-369-01467-7. - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/508186> (дата обращения: 20.08.2019)

Дополнительная литература:

Павленок, П. Д. Социальная работа с лицами и группами девиантного поведения: учебное пособие / П.Д. Павленок, М.Я. Руднева. - Москва : ИНФРА-М, 2010. - 184 с. (Высшее образование). ISBN 978-5-16-003790-5. - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/201864> (дата обращения: 20.08.2019)

Социальная реабилитация: Учебник / Под ред. Н.Ш. Валеевой - Москва : НИЦ Инфра-М, 2012. - 320 с. (Высшее образование). ISBN 978-5-16-005151-2. - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/259245> (дата обращения: 20.08.2019)

Приложение 3
к рабочей программе дисциплины (модуля)
Б1.В.ДВ.02.01 Тренинг развития личностных ресурсов и стратегий

Перечень информационных технологий, используемых для освоения дисциплины (модуля), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем

Направление подготовки: 44.04.03 - Специальное (дефектологическое) образование

Профиль подготовки: Технологии профилактики и коррекции девиаций у лиц с ограниченными возможностями здоровья

Квалификация выпускника: магистр

Форма обучения: очное

Язык обучения: русский

Год начала обучения по образовательной программе: 2021

Освоение дисциплины (модуля) предполагает использование следующего программного обеспечения и информационно-справочных систем:

Операционная система Microsoft Windows 7 Профессиональная или Windows XP (Volume License)

Пакет офисного программного обеспечения Microsoft Office 365 или Microsoft Office Professional plus 2010

Браузер Mozilla Firefox

Браузер Google Chrome

Adobe Reader XI или Adobe Acrobat Reader DC

Kaspersky Endpoint Security для Windows

Учебно-методическая литература для данной дисциплины имеется в наличии в электронно-библиотечной системе "ZNANIUM.COM", доступ к которой предоставлен обучающимся. ЭБС "ZNANIUM.COM" содержит произведения крупнейших российских учёных, руководителей государственных органов, преподавателей ведущих вузов страны, высококвалифицированных специалистов в различных сферах бизнеса. Фонд библиотеки сформирован с учетом всех изменений образовательных стандартов и включает учебники, учебные пособия, учебно-методические комплексы, монографии, авторефераты, диссертации, энциклопедии, словари и справочники, законодательно-нормативные документы, специальные периодические издания и издания, выпускаемые издательствами вузов. В настоящее время ЭБС ZNANIUM.COM соответствует всем требованиям федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования (ФГОС ВО) нового поколения.

Учебно-методическая литература для данной дисциплины имеется в наличии в электронно-библиотечной системе Издательства "Лань", доступ к которой предоставлен обучающимся. ЭБС Издательства "Лань" включает в себя электронные версии книг издательства "Лань" и других ведущих издательств учебной литературы, а также электронные версии периодических изданий по естественным, техническим и гуманитарным наукам. ЭБС Издательства "Лань" обеспечивает доступ к научной, учебной литературе и научным периодическим изданиям по максимальному количеству профильных направлений с соблюдением всех авторских и смежных прав.

Учебно-методическая литература для данной дисциплины имеется в наличии в электронно-библиотечной системе "Консультант студента", доступ к которой предоставлен обучающимся. Многопрофильный образовательный ресурс "Консультант студента" является электронной библиотечной системой (ЭБС), предоставляющей доступ через сеть Интернет к учебной литературе и дополнительным материалам, приобретенным на основании прямых договоров с правообладателями. Полностью соответствует требованиям федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования к комплектованию библиотек, в том числе электронных, в части формирования фондов основной и дополнительной литературы.