

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего образования  
"Казанский (Приволжский) федеральный университет"  
Институт экологии, биотехнологии и природопользования



*подписано электронно-цифровой подписью*

## **Программа дисциплины**

Психология личной эффективности

Направление подготовки: 05.03.04 - Гидрометеорология

Профиль подготовки: Цифровая метеорология: анализ и прогноз климатических рисков

Квалификация выпускника: бакалавр

Форма обучения: очное

Язык обучения: русский

Год начала обучения по образовательной программе: 2025

## 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. Шмелева С.А. (кафедра общей психологии, Институт психологии и образования), SnAShmeleva@kpfu.ru

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

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

Шифр компетенции	Расшифровка приобретаемой компетенции
УК-3	Способен осуществлять социальное взаимодействие и реализовывать свою роль в команде.
УК-6	Способен управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни.

Обучающийся, освоивший дисциплину (модуль):

Должен знать:

основные проблемы и тенденции развития психологии;  
обладать теоретическими знаниями в области психологии;  
ориентироваться в современных концепциях отечественной и зарубежной психологии;  
ориентироваться в основных направлениях фундаментальных исследований в области психологии;  
специфику содержания психологии как гуманитарной дисциплины и ее место в системе наук;  
иметь целостное представление о современной психологии;  
историю развития и современное состояние различных направлений психологии;  
содержание основных проблем и тенденций развития психологии;  
основные психологические категории, их проявления и взаимоотношения в целостной психической деятельности;  
определения основных понятий и терминов психологи;  
предмет и специфические методы психолого-педагогического исследования и обследования, основы построения психологического эксперимента;  
основные области практических приложений психолого-педагогических знаний.

Должен уметь:

профессионально использовать методики диагностики психических явлений,  
уметь интерпретировать результаты изучения психических явлений,  
самостоятельно: анализировать и обобщать теоретические знания в области психологии;  
реферировать первоисточники;  
под руководством магистра или кандидата наук: проводить учебные психолого-педагогические исследования и обследования и обрабатывать их результаты по программе.

Должен владеть:

основными приемами диагностики и измерения психических явлений в различных видах деятельности человека,  
конкретными методиками измерения отдельных психических явлений и способами их обработки  
навыками работы с учебной литературой.

Должен демонстрировать способность и готовность:

- использовать полученные знания в своей личной и профессиональной жизни;
- использовать приемы саморегуляции психических состояний в стрессовых ситуациях;
- оказывать первую психологическую поддержку лицам, остро нуждающимся в этом до того, как этим займутся специалисты;
- применять психолого-педагогические знания и навыки в том случае, если профессиональная деятельность будет связана с преподаванием в средней или высшей школе.

### 2. Место дисциплины (модуля) в структуре ОПОП ВО

Данная дисциплина (модуль) включена в раздел "Б1.О.16 Дисциплины (модули)" основной профессиональной образовательной программы 05.03.04 "Гидрометеорология (Цифровая метеорология: анализ и прогноз климатических рисков)" и относится к обязательной части ОПОП ВО.

Осваивается на 2 курсе в 3 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 - 37 часа(ов), в том числе лекции - 18 часа(ов), практические занятия - 18 часа(ов), лабораторные работы - 0 часа(ов), контроль самостоятельной работы - 1 часа(ов).

Самостоятельная работа - 35 часа(ов).

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

Форма промежуточного контроля дисциплины: зачет в 3 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	Лабора- торные работы, всего	Лабора- торные в эл. форме	
1.	Тема 1. Тема 1. Предмет и методы психологии. Связь психологии с другими науками Основные исторические этапы развития психологической науки.	3	2	0	2	0	0	0	5
2.	Тема 2. Тема 2. Психологическое познание человеком окружающего мира.	3	6	0	6	0	0	0	16
3.	Тема 3. Тема 3. Личность и деятельность.	3	2	0	4	0	0	0	4
4.	Тема 4. Тема 4. Общественные отношения и взаимодействия людей.	3	4	0	4	0	0	0	6
5.	Тема 5. Тема 5. Возрастные и психологические особенности человека	3	4	0	2	0	0	0	4
	Итого		18	0	18	0	0	0	35

#### 4.2 Содержание дисциплины (модуля)

##### Тема 1. Тема 1. Предмет и методы психологии. Связь психологии с другими науками Основные исторические этапы развития психологической науки.

Основные исторические этапы развития психологической науки. Психологические знания в античности, в средневековье, в новое время. Зарождение в XVIII в. эмпирической психологии. Основные направления в психологии XX в. Бихевиоризм, необихевиоризм и социобиология, гештальтпсихология, психоанализ, аналитическая психология, когнитивная психология, гуманистическая психология, экзистенциальные подходы, направления практической психологии.

Предмет и методы психологии. Методы психолого-педагогического исследования: организационные методы, эмпирические методы, методы получения научных данных, методы обработки данных и интерпретационные методы. Пути и способы интеллектуального познания человеком окружающего мира. Проблема соотношения субъективной и объективной реальности.

##### Тема 2. Тема 2. Психологическое познание человеком окружающего мира.

Психика и мозг. Специализация полушарий мозга человека. Познавательные процессы, психические состояния и

психические свойства как звенья одной системы. Виды психических процессов и особенности их взаимодействия. Познавательные процессы и индивидуальные особенности человека. Ощущения, восприятие, мышление, память, воображение, внимание: основные подходы к изучению этих явлений психики.

Понятие об эмоциях, чувствах, состояниях. Возникновение эмоций. Виды эмоций. Чувства и их отличия от эмоций. Конфликтные эмоциональные состояния. Понятие психической травмы. Стресс и постстрессовое состояние. Жизненная позиция, темперамент, способности и характер, как сложноструктурированные системы свойств личности. Классификации личности, основанные на различии их свойств.

### **Тема 3. Личность и деятельность.**

Понятия "индивид", "личность", "человек", "индивидуальность". Происхождение слова "личность". Общепринятые положения психологии относительно личности. Основные подходы к изучению личности. Системный подход и концепции личности в психологии. Деятельность как фактор формирования личности. Движущие силы и условия развития личности. Параметры индивидуального действия личности Х. Хаккаузена.

Двухфакторная теория детерминации личности. Компоненты теорий личности. Образы человека в психологии в контексте различных теорий личности.

Характеристики развитой личности. Теории деятельности и личность

### **Тема 4. Общественные отношения и взаимодействия людей.**

Общение как специфическая форма взаимодействия людей. Стороны общения. Средства общения. Этапы общения. Причины плохой коммуникации в процессе общения. Стратегии и виды общения. Социальные отношения и социальное влияние. Социальная группа - одна из общих форм взаимодействия людей. Виды групп.

Причины вступления людей в группы. Общение как восприятие людьми друг друга. Позиции в общении. Понятие эмпатии.

Факторы, мешающие правильному восприятию людьми друг друга. Правило обратной связи

Понятие социальной связи. Социальные отношения. Межличностные отношения и взаимодействия. Понятие трансакции. Работы Э. Берна. Психологические особенности различных групп. Ролевые взаимодействия в трудовом коллективе

Социализация и детерминация социального поведения личности. Стадии социализации. Понятие социальной роли. Социальный статус. Система социальных ролей. Ролевые и внутриличностные конфликты. Социализация личности.

### **Тема 5. Возрастные и психологические особенности человека**

Жизненный цикл развития человека. Формирование и развитие личности. Психологические особенности возрастных периодов. Развитие нервной системы. Физическое развитие. Половое развитие. Когнитивное развитие. Нравственное развитие. Эпигенетическая теория развития личности Эриксона.

Кризис новорожденности. Стадия младенчества. Ранний возраст. Кризис трех лет. Дошкольный возраст. Младший школьный возраст. Подростковый возраст. Психологические особенности юношеского и студенческого возраста. Кризис тридцатилетних. Кризис середины жизни (40-45 лет). Кризис пенсионного возраста.

## **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)**

Журнал: Вопросы психологии - [www.knigafund.ru/books/106633](http://www.knigafund.ru/books/106633)

Столяренко А.М. Психология и педагогика: учебное пособие - [www.knigafund.ru/books/106633](http://www.knigafund.ru/books/106633)

Универ ТВ образовательное видео. Психология - <http://univertv.ru/video/psihologiya/>

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



Вид работ	Методические рекомендации
лекции	<p>Посещение и активная работа студента на лекции позволяет сформировать базовые теоретические понятия по дисциплине, овладеть общей логикой построения дисциплины, усвоить закономерности и тенденции, которые раскрываются в данной дисциплине. При этом студенту рекомендуется быть достаточно внимательным на лекции, стремиться к пониманию основных положений лекции, а при определенных трудностях и вопросах, своевременно обращаться к лектору за пояснениями, уточнениями или при дискуссионности рассматриваемых вопросов, получения от лектора собственной научной точки зрения как ученого. Работа над материалами лекции во внеаудиторное время предполагает более глубокое рассмотрение вопросов темы с учетом того, что на лекции не возможно полно осветить все вопросы темы. Для глубокой проработки темы студент должен: а) внимательно прочитать лекцию (возможно несколько раз); б) рассмотреть вопросы темы или проблемы по имеющейся учебной, учебно-методической литературе, ознакомиться с подходами по данной теме, которые существуют в современной научной литературе (посмотреть монографии, статьи в журналах, тезисы научных докладов и выступлений). Кроме того, студент может при глубокой проработке темы пользоваться материалами, которые представляют эксперты, различные научные дискуссии и т.п. Изучая тему в теоретическом аспекте студент может пользоваться как литературой библиотеки университета, так и использовать электронные и Интернет-ресурсы, обращаясь в другие библиотеки страны или других стран.</p>
практические занятия	<p>Посещение и работа студента на практическом занятии позволяет в процессе решения практических задач и коллективного обсуждения результатов их решения глубже усвоить теоретические положения, сформировать отдельные практические умения и навыки, научиться правильно обосновывать методику выполнения расчетов, четко и последовательно проводить расчеты, формулировать выводы и предложения. Работа на практическом занятии дает возможность студенту всесторонне изучить дисциплину и подготовиться для самостоятельной работы. В процессе выполнения аудиторных практических работ студент подтверждает полученные знания, умения и навыки, которые формируют соответствующие компетенции.</p>
самостоятельная работа	<p>Достижение целей эффективной подготовки студентов и развитие профессиональных компетенций невозможно без их целеустремленной самостоятельной работы. Самостоятельная работа обучающихся является составной частью учебной работы и имеет целью закрепление и углубление полученных знаний и навыков, поиск и приобретение новых знаний, в том числе с использованием автоматизированных обучающих систем, а также выполнение учебных заданий, подготовку к предстоящим занятиям, текущему контролю и промежуточной аттестации.</p> <p>Основная цель данного вида занятий состоит в обучении студентов методам самостоятельной работы с учебным материалом, нормативноправовыми актами, научной литературой, с ситуационными задачами, развитие способности самостоятельно повышать уровень профессиональных знаний, реализуя специальные средства и методы получения нового знания, и использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности.</p> <p>Состав самостоятельной работы:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Подготовка к лекционным занятиям: <ul style="list-style-type: none"> <li>- чтение текста (учебника, первоисточника, дополнительной литературы и т.д.);</li> <li>- составление плана текста, графическое изображение структуры текста, конспектирование текста, выписки из текста и т.д.;</li> <li>- работа с конспектом лекции;</li> <li>- подготовка вопросов для самостоятельного изучения</li> </ul> </li> <li>Подготовка к практическим (семинарским) занятиям: <ul style="list-style-type: none"> <li>- работа со справочниками и др. литературой;</li> <li>- заполнение рабочей тетради;</li> <li>- подготовка мультимедиа презентации и докладов к выступлению на практическом занятии;</li> </ul> </li> <li>Подготовка к промежуточной аттестации: <ul style="list-style-type: none"> <li>- повторение всего учебного материала дисциплины</li> <li>- аналитическая обработка текста;</li> </ul> </li> </ol>

Вид работ	Методические рекомендации
зачет	<p>Готовиться к зачету необходимо последовательно, с учетом контрольных вопросов, разработанных ведущим преподавателем кафедры. Сначала следует определить место каждого контрольного вопроса в соответствующем разделе темы учебной программы, а затем внимательно прочитать и осмыслить рекомендованные научные работы, соответствующие разделы рекомендованных учебников. При этом полезно делать хотя бы самые краткие выписки и заметки. Работу над темой можно считать завершенной, если вы сможете ответить на все контрольные вопросы и дать определение понятий по изучаемой теме.</p> <p>Для обеспечения полноты ответа на контрольные вопросы и лучшего запоминания теоретического материала рекомендуется составлять план ответа на контрольный вопрос. Это позволит сэкономить время для подготовки непосредственно перед зачетом за счет обращения не к литературе, а к своим записям.</p> <p>При подготовке необходимо выявлять наиболее сложные, дискуссионные вопросы, с тем, чтобы обсудить их с преподавателем на обзорных лекциях и консультациях. Нельзя ограничивать подготовку к зачету простым повторением изученного материала. Необходимо углубить и расширить ранее приобретенные знания за счет новых идей и положений.</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.

#### **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 05.03.04 "Гидрометеорология" и профилю подготовки "Цифровая метеорология: анализ и прогноз климатических рисков".

*Приложение 2  
к рабочей программе дисциплины (модуля)  
Б1.О.16 Психология личной эффективности*

**Перечень литературы, необходимой для освоения дисциплины (модуля)**

Направление подготовки: 05.03.04 - Гидрометеорология

Профиль подготовки: Цифровая метеорология: анализ и прогноз климатических рисков

Квалификация выпускника: бакалавр

Форма обучения: очное

Язык обучения: русский

Год начала обучения по образовательной программе: 2025

**Основная литература:**

1. Гуревич, П. С. Психология личности : учебник / П.С. Гуревич. - 2-е изд. - Москва : ИНФРА-М, 2025. - 479 с. - (Высшее образование). - DOI 10.12737/5245. - ISBN 978-5-16-019349-6. - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.ru/catalog/product/2184576> (дата обращения: 10.12.2024). - Режим доступа: по подписке.
2. Мандель, Б. Р. Психология личности : учебное пособие / Б. Р. Мандель. - Москва : Вузовский учебник : ИНФРА-М, 2014. - 236 с. - ISBN 978-5-9558-0354-8. - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/444530> (дата обращения: 10.12.2024). - Режим доступа: по подписке.
3. Кадырова, С. В. Self-management в сфере культуры и искусства : учебное пособие / С. В. Кадырова, Е. А. Немцева, Г. Л. Тульчинский. - Санкт-Петербург : Планета музыки, 2013. - 224 с. - ISBN 978-5-8114-1511-3. - Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. - URL: <https://e.lanbook.com/book/13241> (дата обращения: 10.12.2024). - Режим доступа: для авториз. пользователей.

**Дополнительная литература:**

1. Тойч, Ч. К. Наследственные предрасположенности и личностная эффективность: учебное пособие / Чемпион Курт Тойч. - Москва : Когито-Центр, 2009. - 176 с. - ISBN 978-5-89353-290-6. - Текст : электронный // ЭБС 'Консультант студента' : [сайт]. - URL : <https://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785893532906.html> (дата обращения: 10.12.2024). - Режим доступа : по подписке.
2. Захарова, Л. Н. Психология управления : учебное пособие / Л. Н. Захарова. - Москва : Логос, 2020. - 376 с. - (Новая университетская библиотека). - ISBN 978-5-98704-499-5. - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/1213703> (дата обращения: 10.12.2024). - Режим доступа: по подписке.
3. Пикулева, О. А. Психология самопрезентации личности : монография / О.А. Пикулёва. - Москва : ИНФРА-М, 2024. - 320 с. - (Научная мысль). - ISBN 978-5-16-006926-5. - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.ru/catalog/product/2072447> (дата обращения: 10.12.2024). - Режим доступа: по подписке.
4. Стивен, Р. К. Семь навыков высоко эффективных людей : мощные инструменты развития личности / Стивен Р. Кови. - Москва : Альпина Паблишер, 2016. - 378 с. - ISBN 978-5-9614-4585-5. - Текст : электронный // ЭБС 'Консультант студента' : [сайт]. - URL : <https://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785961445855.html> (дата обращения: 10.12.2024). - Режим доступа : по подписке.

*Приложение 3  
к рабочей программе дисциплины (модуля)  
Б1.О.16 Психология личной эффективности*

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

Направление подготовки: 05.03.04 - Гидрометеорология

Профиль подготовки: Цифровая метеорология: анализ и прогноз климатических рисков

Квалификация выпускника: бакалавр

Форма обучения: очное

Язык обучения: русский

Год начала обучения по образовательной программе: 2025

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.