

**ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ
"АКАДЕМИЯ ОСОЗНАННОСТИ"**

УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор



/Субракова Ирина

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ПРОГРАММА –
ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА ПОВЫШЕНИЯ
КВАЛИФИКАЦИИ**

«Психология личности или психология человеческого сознания»

Объем программы (трудоемкость): 59,60 академических часов

Срок освоения программы — 10 уч. недель

Форма обучения: заочная (с применением дистанционных образовательных технологий и электронного обучения)

г. Москва

2024 г.

1. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

1.1 Характеристика программы:

Дополнительная профессиональная программа повышения квалификации «Психология личности или психология человеческого сознания» (далее – программа) является учебно-методическим нормативным документом, регламентирующим содержание, организационно-методические формы и трудоемкость обучения.

Дополнительная профессиональная программа повышения квалификации **«Психология личности или психология человеческого сознания»** разработана в соответствии с нормами Федерального закона от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» с учетом требований приказа Минобрнауки России от 01.07.2013 № 499 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным профессиональным программам», профессионального стандарта «Психолог в социальной сфере» (утв. приказом Министерства труда и социальной защиты РФ от 14 сентября 2023 года N 716н) и Федеральным государственным образовательным стандартом высшего образования - бакалавриат по направлению подготовки 37.03.01 Психология (утв. приказом Министерства науки и высшего образования Российской Федерации от 29 июля 2020 г. N 839).

1.2. Категория обучающихся: лица, имеющие высшее профильное образование; лица, получающие высшее профильное образование, лица, имеющие высшее непрофильное образование и дополнительное профессиональное образование.

1.3. Объем программы (трудоемкость): общая трудоемкость 59,60 академических часов.

1.4. Срок освоения программы — 10 учебных недель

1.5. Форма обучения: заочная (с применением дистанционных образовательных технологий и электронного обучения).

1.6. Документ, выдаваемый после завершения обучения: удостоверение о повышении квалификации установленного образца.

2. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ

2.1. Цель программы заключается в получении теоретических знаний и овладении практическими умениями и навыками, обеспечивающими формирование и совершенствование у слушателей профессиональных компетенций, необходимых для работы психологом.

2.2. Задачи программы:

1. Формирование знаний по психологии человеческого сознания.
2. Формирование знаний о психологических блоках и умений работы с ними.
3. Формирование умений по взаимодействию с людьми.

3. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ

3.1. Программа направлена на совершенствование и приобретения новых компетенций для работы психологом, безопасную и эффективную профессиональную деятельность в современных условиях.

3.2. В планируемых результатах обучения отражается связь с требованиями соответствующего профессионального стандарта Психолог в социальной сфере» (утв. приказом Министерства труда и социальной защиты РФ от 14 сентября 2023 года N 716н) и требованиями соответствующего Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования - бакалавриат по направлению подготовки 37.03.01 Психология (утв. приказом Министерства науки и высшего образования Российской Федерации от 29 июля 2020 г. N 839).

3.3. Программа направлена на получение и совершенствование слушателями универсальных, общепрофессиональных и профессиональных компетенций.

В результате освоения программы слушатели будут обладать *универсальными компетенциями (УК)*, включающими в себя способность:

УК-1. осуществлять поиск, критический анализ и синтез информации, применять системный подход для решения поставленных задач;

УК-2 определять круг задач в рамках поставленной цели и выбирать оптимальные способы их решения, исходя из действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений;

УК-3 осуществлять социальное взаимодействие и реализовывать свою роль в команде;

В результате освоения программы слушатели будут обладать *общепрофессиональными компетенциями (ОПК)*:

ОПК-3 выбирать адекватные, надежные и валидные методы количественной и качественной психологической оценки, организовывать сбор данных для решения задач психодиагностики в заданной области исследований и практики;

ОПК-6 оценивать и удовлетворять потребности и запросы целевой аудитории для стимулирования интереса к психологическим знаниям, практике и услугам;

В результате освоения программы слушатели будут обладать *профессиональными компетенциями* (ПК):

ПК-1 использовать знания по психологии человеческого сознания при работе психологом;

ПК-2 определять основные направления психологической помощи для коррекции внутреннего состояния клиента.

3.4. Планируемым результатом обучения является освоение и совершенствование как теоретических знаний, так и практических умений и навыков

будут знать:

- основы реализации психологических возможностей;
- что такое сила сознания;
- основы осознанного управления эмоциями;
- способы приведения жизни в гармоничное состояние;
- основные страхи, которые мешают развитию личности;
- основные стереотипы мышления;
- основы возникновения чувства вины и обиды;
- способы восстановления внутренних связей;
- способы восстановления баланса внутренних сил;
- основы взаимодействия с окружающими;
- основные типы мышления;

будут уметь:

- работать с основами психологии личности;
- осознанно управлять эмоциями;
- работать с блоками и страхами;
- правильно использовать способы проработки разрушающих состояний;
- правильно использовать способы восстановления внутренних связей и баланса внутренних сил;

- взаимодействовать с окружающими;
- использовать практики энергообмена;

владеть навыками:

- владения мыслями, чувствами и эмоциями;
- управления настроением и внутренним состоянием;
- решения проблем с внутренними страхами и блоками;
- проработки разрушающих состояний;
- восстановления внутренних связей и баланса сил.

4. УЧЕБНЫЙ ПЛАН дополнительной профессиональной программы повышения квалификации «Психология личности или психология человеческого сознания»

Цель обучения – получение теоретических знаний и овладение практическими умениями и навыками, обеспечивающими формирование у слушателей профессиональных компетенций, необходимых для работы психологом.

Категория слушателей – лица, имеющие высшее профильное образование; лица, получающие высшее профильное образование, лица, имеющие высшее непрофильное образование и дополнительное профессиональное образование.

Трудоемкость обучения: 59,60 академических часов.

Форма обучения: заочная (с применением дистанционных образовательных технологий и электронного обучения).

№ п/п	Наименование компонентов программы	Трудоемкость, ак. ч. ¹				Форма контроля
		Всего	Лекции	Практические занятия / Самостоятельная работа	Контроль	
1.	Модуль 1. Психология человеческого сознания	20,82	13,82	7,00	-	
1.1	Основы психологии личности. Что есть человеческое сознание?	2,40	1,40	1,00	-	
1.2	Элементы человеческого	2,58	1,58	1,00	-	

¹ Для всех видов занятий академический час устанавливается продолжительностью 45 минут.

	сознания. Целостное восприятие себя					
1.3	Владение собственными мыслями, чувствами и эмоциями	2,39	1,39	1,00	-	
1.4	Управлением своим состоянием – настроением. Настройка гармоничного состояния	3,23	2,23	1,00	-	
1.5	Коллоквиум №1	1,73	1,73	-	-	
1.6	Осознанная речь	2,74	1,74	1,00	-	
1.7	Разумное действие	3,69	2,69	1,00	-	
1.8	Как привести в гармонию свою жизнь. Колесо баланса	2,06	1,06	1,00		
2	Модуль 2. Блоки, сдерживающие развитие и совершенствование личности	14,72	10,72	4,00	-	
2.1	Страхи, как сдерживающий фактор развития человека. Часть 1	3,32	2,32	1,00	-	
2.2	Страхи, как сдерживающий фактор развития человека. Способы их преодоления. Часть 2	3,74	2,74	1,00	-	
2.3	Стереотипы мышления, как тормозящее развитие начало	4,35	3,35	1,00	-	
2.4	Обида. Чувство вины. Способы проработки разрушающих состояний	3,31	2,31	1,00	-	
3	Модуль 3. Восстановление связи с собой. Благостный обмен с окружающими людьми и миром	23,06	17,06	6,00	-	
3.1	Как восстановить и укрепить связь с собой. Эффективные способы	2,69	1,69	1,00	-	
3.2	Гармония души и тела. Баланс внутренних сил	4,08	3,08	1,00	-	
3.3	Приемы и способы благостного взаимодействия с окружающими людьми и миром в целом. Энергообмен	3,81	2,81	1,00	-	
3.4	Взаимодействие с окружающими людьми. Причины трудностей. Оценивание, как мешающий фактор в понимании себя и людей	2,91	1,91	1,00	-	
3.5	Взаимодействие с окружающими людьми. Причины трудностей. Умение сочувствовать	3,51	2,51	1,00	-	
3.6	Форма нового типа мышления, позволяющего решать любые жизненные вопросы	3,77	2,77	1,00	-	
3.7	Коллоквиум №2	2,29	2,29	-	-	
4	Итоговая аттестация (зачет)	1	-	-	1	Опрос

5	Итого	59,60	41,60	17	1	
---	--------------	--------------	--------------	-----------	----------	--

5. КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

дополнительной профессиональной программы повышения квалификации «Психология личности или психология человеческого сознания»

Календарный график обучения является примерным, составляется и утверждается для каждой группы.

Срок освоения программы — 10 недель. Начало обучения — по мере набора группы.

Примерный режим занятий: 3 раза в неделю по 1-2 академических часа². Итоговая аттестация проводится согласно графику.

№ п/п	Наименование компонента в программы	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
		неделя	неделя	неделя	неделя	неделя	неделя	неделя	неделя	неделя	неделя
1.	Модуль 1. Психология человеческого сознания	6,00	6,00	6,00	2,82						
2.	Модуль 2. Блоки, сдерживающие и развитие и совершенствов ание личности				3,18	6,00	5,54				
3.	Модуль 3. Восстановлени е связи с собой. Благостный обмен с окружающими людьми и миром							6	6	6	5,06
4.	Итоговая аттестация (зачет)										1,00
5.	ВСЕГО	6,00	6,00	6,00	6,00	6,00	5,54	6,00	6,00	6,00	6,06

² Для всех видов занятий академический час устанавливается продолжительностью 45 минут.

6. РАБОЧИЕ ПРОГРАММЫ УЧЕБНЫХ МОДУЛЕЙ

6.1. Рабочая программа

Модуля 1. Психология человеческого сознания

Цель программы заключается в получении теоретических знаний и овладении практическими умениями и навыками, обеспечивающими формирование и совершенствование у слушателей профессиональных компетенций, необходимых для работы психологом.

Задачи программы:

1. Формирование знаний по психологии человеческого сознания.
2. Формирование знаний о психологических блоках и умений работы с ними.
3. Формирование умений по взаимодействию с людьми.

Планируемые результаты изучения модуля

В результате освоения программы обучающиеся

будут знать:

- основы реализации психологических возможностей;
- что такое сила сознания;
- основы осознанного управления эмоциями;
- способы приведения жизни в гармоничное состояние;

будут уметь:

- работать с основами психологии личности;
- осознанно управлять эмоциями;

владеть навыками:

- владения мыслями, чувствами и эмоциями;
- управления настроением и внутренним состоянием.

Учебный план

№ п/п	Наименование компонентов программы	Трудоемкость, ак. ч. ³				Форма контроля
		Всего	Лекции	Практические занятия / Самостоятельная работа	Контроль	
1.	Модуль 1. Психология человеческого сознания	20,82	13,82	7,00	-	
1.1	Основы психологии личности. Что есть человеческое сознание?	2,40	1,40	1,00	-	
1.2	Элементы человеческого сознания. Целостное восприятие себя	2,58	1,58	1,00	-	
1.3	Владение собственными мыслями, чувствами и эмоциями	2,39	1,39	1,00	-	
1.4	Управлением своим состоянием – настроением. Настройка гармоничного состояния	3,23	2,23	1,00	-	
1.5	Коллоквиум №1	1,73	1,73		-	
1.6	Осознанная речь	2,74	1,74	1,00	-	
1.7	Разумное действование	3,69	2,69	1,00	-	
1.8	Как привести в гармонию свою жизнь. Колесо баланса	2,06	1,06	1,00		
2	Итого	20,82	13,82	7,00	-	

Содержание

Вид занятий	Кол-во часов	Наименование раздела, темы и содержание
Модуль 1. Психология человеческого сознания		
Лекция	1,40	Основы психологии личности. Что есть человеческое сознание? Основы психологии личности. Что есть человеческое сознание? Схема становления сознания.
Практическое занятие	1,00	Практическое занятие 1

³ Для всех видов занятий академический час устанавливается продолжительностью 45 минут.

Вид занятий	Кол-во часов	Наименование раздела, темы и содержание
Лекция	1,58	Элементы человеческого сознания. Целостное восприятие себя Мысли. Эмоции и чувства. Состояния. Слова. Действия. Собственные – чужие. Ценные / значимые – бесценные / пустые. Хорошие – плохие. «Паразиты». «Залипалы – прилипалы». Осознание (владение) собственными мыслями / чувствами / состояниями / словами / действиями
Практическое занятие	1,00	Практическое занятие 2
Лекция	1,39	Владение собственными мыслями, чувствами и эмоциями Что такое эмоции. Что такое чувство. Осознанное управление эмоциями.
Практическое занятие	1,00	Практическое занятие 3
Лекция	2,23	Управлением своим состоянием – настроением. Настройка гармоничного состояния Личностное состояние. Управление своим состоянием.
Практическое занятие	1,00	Практическое занятие 4
Лекция	1,73	Коллоквиум №1 Обсуждение вопросов по темам модуля
Лекция	1,74	Осознанная речь Что такое слова и осознанная речь.
Практическое занятие	1,00	Практическое занятие 5
Лекция	2,69	Разумное действие Что такое разумные действия. Логика принятия верных решений.
Практическое занятие	1,00	Практическое занятие 6
Лекция	1,06	Как привести в гармонию свою жизнь. Колесо баланса Колесо баланса.
Практическое занятие	1,00	Практическое занятие 7
Всего часов	20,82	

Календарный учебный график

№ п/п	Наименование компонента	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
		неделя	неделя	неделя	неделя	неделя	неделя	неделя	неделя	неделя	неделя

	программы									
1.	Модуль 1. Психология человеческого сознания	6,00	6,00	6,00	2,82					
2.	ВСЕГО	6,00	6,00	6,00	2,82					

Организационно-педагогические условия реализации модуля

Лекционные занятия проводятся с целью теоретической подготовки слушателей. Цель лекции – дать систематизированные основы знаний по учебной теме, акцентировав внимание на наиболее сложных вопросах темы занятия. Лекция должна стимулировать активную познавательную деятельность слушателей, способствовать формированию самостоятельного мышления.

Реализация модуля осуществляется с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий.

Реализация модуля обеспечивается педагогическими кадрами, имеющими высшее профессиональное образование и отвечающими квалификационным требованиям, указанным в квалификационных справочниках, и (или) профессиональным стандартам, в рамках изучаемого цикла.

Обучающимся предоставляется доступ (удаленный доступ) к современным профессиональным базам данных и информационным справочным системам, электронной библиотеке, состав которых определяется настоящей программой.

При осуществлении дистанционного обучения слушателям выдаются логин и пароль для входа на образовательную платформу, с помощью которой необходимо будет реализовывать требования программы.

Материально-технические условия реализации модуля

Материально-техническая база образовательной организации оснащена необходимым оборудованием для доступа в интернет по выделенному каналу.

Образовательная организация имеет необходимое серверное оборудование, обеспечивающее функционирование электронной информационно-образовательной среды, и высокоскоростной канал доступа к электронной информационно-образовательной среде.

Обучение проводится посредством электронной образовательной среды (платформы) <https://academysoznannosty.com/>.

Для освоения образовательной программы обучающийся должен иметь доступ в сеть интернет, а также персональный компьютер или смартфон. Используемое для обучения программное обеспечение и техника

обучающегося должны соответствовать следующим техническим требованиям:

- для персонального компьютера: процессор с частотой работы от 1.5ГГц, Память ОЗУ объемом не менее 4 Гб, Жесткий диск объемом не менее 128 Гб, Монитор от 10 дюймов с разрешением от 1440*900 точек (пикселей), ОС Windows 7+ или Mac OS X от 10.7+, Браузер Google Chrome последней версии.

- для смартфона: операционная система Android версии 5.0 и выше, а также ОС iOS версии 10.0 и выше. оперативная память от 1 гб и выше, экран от 720×1280 и выше, Браузер Google Chrome последней версии.

Каждый обучающийся обеспечен индивидуальным неограниченным доступом к электронной информационно-образовательной платформе из любой точки, в которой имеется доступ к информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» (далее – сеть «Интернет»).

Электронная информационно-образовательная среда образовательной организации обеспечивает:

- доступ к настоящей Программе, видеоурокам, конспектам к каждому уроку в виде электронного файла в формате PDF, пошаговым инструкциям и дополнительным материалам;

- формирование электронного архива выполненных работ и тестов обучающегося, в том числе сохранение оценок и комментариев менторов по этим работам и тестам.

При реализации настоящей Программы с применением исключительно дистанционных образовательных технологий и электронного обучения электронная информационно-образовательная среда образовательной организации дополнительно обеспечивает:

Фиксацию хода образовательного процесса, результатов выполнения домашних практических работ, выполнения тестов, предварительной аттестации и результатов освоения Программы:

- просмотр видеоуроков,
- процедуру оценки результатов обучения, реализация которых предусмотрена с применением исключительно электронного обучения.

Взаимодействие между участниками образовательного процесса посредством сети Интернет.

Функционирование электронной информационно-образовательной среды обеспечивается соответствующими средствами информационно-коммуникационных технологий и квалификацией лиц, ее использующих и поддерживающих.

Функционирование электронной информационно-образовательной среды соответствует законодательству Российской Федерации.

Совокупность информационных технологий, телекоммуникационных технологий, соответствующих технологических средств образовательной организации обеспечивает освоение обучающимися программы в полном объеме независимо от места нахождения обучающихся.

Образовательная организация обеспечена необходимым комплектом лицензионного и свободно распространяемого программного обеспечения, в том числе отечественного производства, которое подлежит обновлению при необходимости.

Реализация настоящей Программы обеспечивается педагогическими работниками и/или лицами, привлекаемыми образовательной организацией к реализации Программы на их условиях.

Информационные и учебно-методические условия

Список литературы:

Основная литература:

1. Куликов Л. Психология личности в трудах отечественных психологов - Питер; СПб.; 2009.
2. Маклаков А.Г. Общая психология: Учебник для вузов. – СПб.: Питер, 2016. – 583 с.: ил. – (Серия «Учебник для вузов»)
3. Немов Р.С. Психология: Учеб. для студ. высш. пед. учеб. заведений: В 3 кн. – 4-е изд. – М.: гуманитар. Изд. Центр ВЛАДОС, 2003. КН=н. 1: Общие основы психологии. – 688 с.
4. Аверин В.А. Психология личности: Учебное пособие. – СПб.: Изд-во Михайлова В.А., 1999. – 89 с
5. Щербатых Ю.В. Общая психология. Завтра экзамен. – СПб.: Питер, 2008. – 272 с.: ил. – (Серия «Завтра экзамен»)
6. Платоново К.К. Психологический практикум – Профтехобразование
7. К. Платонов. Занимательная психология. – Издание 5-е, исправленное. – СПб.: Питер Пресс, 1997. – 288 с., ил. – (Серия «Азбука психологии»)
8. Фрейд З. – Психология масс и анализ человеческого Я.
9. Психология бессознательного: Сб. произведений / Сост., науч. ред., авт. вступ. ст. М. Г. Ярошевский.— М.: Просвещение» 1990.— 448 с.
10. К. Роджерс. Взгляд на психотерапию. Становление человека. М.: "Прогресс", 1994 Терминологическая правка В.Данченко
11. Эрих Фромм. Искусство любить – Золотой фонд мировой классики
12. Столяренко Л.Д. Основы психологии. Издание третье, переработанное и дополненное. Серия «Учебники, учебные пособия». Ростов-на-Дону: «Феникс», 2000. -672 с.

6.2. Рабочая программа

Модуль 2. Блоки, сдерживающие развитие и совершенствование личности

Цель программы заключается в получении теоретических знаний и овладении практическими умениями и навыками, обеспечивающими формирование и совершенствование у слушателей профессиональных компетенций, необходимых для работы психологом.

Задачи программы:

1. Формирование знаний по психологии человеческого сознания.
2. Формирование знаний о психологических блоках и умений работы с ними.
3. Формирование умений по взаимодействию с людьми.

Планируемые результаты изучения модуля

В результате освоения программы обучающиеся

будут знать:

- основные страхи, которые мешают развитию личности;
- основные стереотипы мышления;
- основы возникновения чувства вины и обиды;

будут уметь:

- работать с блоками и страхами;
- правильно использовать способы проработки разрушающих состояний;

владеть навыками:

- решения проблем с внутренними страхами и блоками;
- проработки разрушающих состояний.

Учебный план

№ п/п	Наименование компонентов программы	Трудоемкость, ак. ч. ⁴				Форма контроля
		Всего	Лекции	Практические занятия / Самостоятельная работа	Контроль	
1.	Модуль 2. Блоки, сдерживающие развитие и совершенствование личности	14,72	10,72	4,00	-	
1.1	Страхи, как сдерживающий фактор развития человека. Часть 1	3,32	2,32	1,00	-	
1.2	Страхи, как сдерживающий фактор развития человека. Способы их преодоления. Часть 2	3,74	2,74	1,00	-	
1.3	Стереотипы мышления, как	4,35	3,35	1,00	-	

⁴ Для всех видов занятий академический час устанавливается продолжительностью 45 минут.

	тормозящее развитие начало					
1.4	Обида. Чувство вины. Способы проработки разрушающих состояний	3,31	2,31	1,00	-	
2	Итого	14,72	10,72	4,00	-	

Содержание

Вид занятий	Кол-во часов	Наименование раздела, темы и содержание
Модуль 2. Блоки, сдерживающие развитие и совершенствование личности		
Лекция	2,32	Страхи, как сдерживающий фактор развития человека. Часть 1 Что такое страх. Какие страхи бывают.
Практическое занятие	1,00	Практическое занятие 8
Лекция	2,74	Страхи, как сдерживающий фактор развития человека. Способы их преодоления. Часть 2 Работа с блоками, сдерживающими развитие человеческого сознания. Логика выбора разумных действий
Практическое занятие	1,00	Практическое занятие 9
Лекция	3,35	Стереотипы мышления, как тормозящее развитие начало Стереотипы мышления. Способы проработки стереотипа
Практическое занятие	1,00	Практическое занятие 10
Лекция	2,31	Обида. Чувство вины. Способы проработки разрушающих состояний Обида. Чувство вины. Схема проработки обиды. Схема проработки вины
Практическое занятие	1,00	Практическое занятие 11
Всего часов	14,72	

Календарный учебный график

№ п/п	Наименование компонента в программы	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя	5 неделя	6 неделя	7 неделя	8 неделя	9 неделя	10 неделя
1.	Модуль 2. Блоки, сдерживающие развитие и совершенствование личности				3,18	6,00	5,54				
2.	ВСЕГО				3,18	6,00	5,54				

Организационно-педагогические условия реализации модуля

Лекционные занятия проводятся с целью теоретической подготовки слушателей. Цель лекции – дать систематизированные основы знаний по учебной теме, акцентировав внимание на наиболее сложных вопросах темы занятия. Лекция должна стимулировать активную познавательную деятельность слушателей, способствовать формированию самостоятельного мышления.

Реализация модуля осуществляется с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий.

Реализация модуля обеспечивается педагогическими кадрами, имеющими высшее профессиональное образование и отвечающими квалификационным требованиям, указанным в квалификационных справочниках, и (или) профессиональным стандартам, в рамках изучаемого цикла.

Обучающимся предоставляется доступ (удаленный доступ) к современным профессиональным базам данных и информационным справочным системам, электронной библиотеке, состав которых определяется настоящей программой.

При осуществлении дистанционного обучения слушателям выдаются логин и пароль для входа на образовательную платформу, с помощью которой необходимо будет реализовывать требования программы.

Материально-технически условия реализации модуля

Материально-техническая база образовательной организации оснащена необходимым оборудованием для доступа в интернет по выделенному каналу.

Образовательная организация имеет необходимое серверное оборудование, обеспечивающее функционирование электронной информационно-образовательной среды, и высокоскоростной канал доступа к электронной информационно-образовательной среде.

Обучение проводится посредством электронной образовательной среды (платформы) <https://academysoznannosty.com/>.

Для освоения образовательной программы обучающийся должен иметь доступ в сеть интернет, а также персональный компьютер или смартфон. Используемое для обучения программное обеспечение и техника обучающегося должны соответствовать следующим техническим требованиям:

- для персонального компьютера: процессор с частотой работы от 1.5ГГц, Память ОЗУ объемом не менее 4 Гб, Жесткий диск объемом не менее 128 Гб, Монитор от 10 дюймов с разрешением от 1440*900 точек (пикселей), ОС Windows 7+ или Mac OS X от 10.7+, Браузер Google Chrome последней версии.

- для смартфона: операционная система Android версии 5.0 и выше, а также ОС iOS версии 10.0 и выше. оперативная память от 1 гб и выше, экран от 720×1280 и выше, Браузер Google Chrome последней версии.

Каждый обучающийся обеспечен индивидуальным неограниченным доступом к электронной информационно-образовательной платформе из любой точки, в которой имеется доступ к информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» (далее – сеть «Интернет»).

Электронная информационно-образовательная среда образовательной организации обеспечивает:

- доступ к настоящей Программе, видеоурокам, конспектам к каждому уроку в виде электронного файла в формате PDF, пошаговым инструкциям и дополнительным материалам;

- формирование электронного архива выполненных работ и тестов обучающегося, в том числе сохранение оценок и комментариев менторов по этим работам и тестам.

При реализации настоящей Программы с применением исключительно дистанционных образовательных технологий и электронного обучения электронная информационно-образовательная среда образовательной организации дополнительно обеспечивает:

Фиксацию хода образовательного процесса, результатов выполнения домашних практических работ, выполнения тестов, предварительной аттестации и результатов освоения Программы:

- просмотр видеоуроков,
- процедуру оценки результатов обучения, реализация которых предусмотрена с применением исключительно электронного обучения.

Взаимодействие между участниками образовательного процесса посредством сети Интернет.

Функционирование электронной информационно-образовательной среды обеспечивается соответствующими средствами информационно-коммуникационных технологий и квалификацией лиц, ее использующих и поддерживающих.

Функционирование электронной информационно-образовательной среды соответствует законодательству Российской Федерации.

Совокупность информационных технологий, телекоммуникационных технологий, соответствующих технологических средств образовательной организации обеспечивает освоение обучающимися программы в полном объеме независимо от места нахождения обучающихся.

Образовательная организация обеспечена необходимым комплектом лицензионного и свободно распространяемого программного обеспечения, в том числе отечественного производства, которое подлежит обновлению при необходимости.

Реализация настоящей Программы обеспечивается педагогическими работниками и/или лицами, привлекаемыми образовательной организацией к реализации Программы на их условиях.

Информационные и учебно-методические условия

Список литературы:

Основная литература:

1. Куликов Л. Психология личности в трудах отечественных психологов - Питер; СПб.; 2009.
2. Маклаков А.Г. Общая психология: Учебник для вузов. – СПб.: Питер, 2016. – 583 с.: ил. – (Серия «Учебник для вузов»)
3. Немов Р.С. Психология: Учеб. для студ. высш. пед. учеб. заведений: В 3 кн. – 4-е изд. – М.: гуманитар. Изд. Центр ВЛАДОС, 2003. КН=н. 1: Общие основы психологии. – 688 с.
4. Аверин В.А. Психология личности: Учебное пособие. – СПб.: Изд-во Михайлова В.А., 1999. – 89 с
5. Щербатых Ю.В. Общая психология. Завтра экзамен. – СПб.: Питер, 2008. – 272 с.: ил. – (Серия «Завтра экзамен»)
6. Платоново К.К. Психологический практикум – Профтехобразование
7. К. Платонов. Занимательная психология. – Издание 5-е, исправленное. – СПб.: Питер Пресс, 1997. – 288 с., ил. – (Серия «Азбука психологии»)
8. Фрейд З. – Психология масс и анализ человеческого Я.
9. Психология бессознательного: Сб. произведений / Сост., науч. ред., авт. вступ. ст. М. Г. Ярошевский.— М.: Просвещение» 1990.— 448 с.
10. К. Роджерс. Взгляд на психотерапию. Становление человека. М.: "Прогресс", 1994 Терминологическая правка В.Данченко
11. Эрих Фромм. Искусство любить – Золотой фонд мировой классики
12. Столяренко Л.Д. Основы психологии. Издание третье, переработанное и дополненное. Серия «Учебники, учебные пособия». Ростов-на-Дону: «Феникс», 2000. -672 с.

6.3. Рабочая программа

Модуль 3. Психология человеческого сознания

Цель программы заключается в получении теоретических знаний и овладении практическими умениями и навыками, обеспечивающими

формирование и совершенствование у слушателей профессиональных компетенций, необходимых для работы психологом.

Задачи программы:

1. Формирование знаний по психологии человеческого сознания.
2. Формирование знаний о психологических блоках и умений работы с ними.
3. Формирование умений по взаимодействию с людьми.

Планируемые результаты изучения модуля

В результате освоения программы обучающиеся

будут знать:

- способы восстановления внутренних связей;
- способы восстановления баланса внутренних сил;
- основы взаимодействия с окружающими;
- основные типы мышления;

будут уметь:

- правильно использовать способы восстановления внутренних связей и баланса внутренних сил;
- взаимодействовать с окружающими;
- использовать практики энергообмена;

владеть навыками:

- восстановления внутренних связей и баланса сил.

Учебный план

№ п/п	Наименование компонентов программы	Трудоемкость, ак. ч. ⁵				Форма контроля
		Всего	Лекции	Практические занятия / Самостоятельная работа	Контроль	
1.	Модуль 3. Восстановление связи с собой. Благостный обмен с окружающими людьми и миром	23,06	17,06	6,00	-	
1.1	Как восстановить и укрепить	2,69	1,69	1,00	-	

⁵ Для всех видов занятий академический час устанавливается продолжительностью 45 минут.

	связь с собой. Эффективные способы					
1.2	Гармония души и тела. Баланс внутренних сил	4,08	3,08	1,00	-	
1.3	Приемы и способы благостного взаимодействия с окружающими людьми и миром в целом. Энергообмен	3,81	2,81	1,00	-	
1.4	Взаимодействие с окружающими людьми. Причины трудностей. Оценивание, как мешающий фактор в понимании себя и людей	2,91	1,91	1,00	-	
1.5	Взаимодействие с окружающими людьми. Причины трудностей. Умение сочувствовать	3,51	2,51	1,00	-	
1.6	Форма нового типа мышления, позволяющего решать любые жизненные вопросы	3,77	2,77	1,00	-	
1.7	Коллоквиум №2	2,29	2,29	-	-	
2	Итого	23,06	17,06	6,00	-	

Содержание

Вид занятий	Кол-во часов	Наименование раздела, темы и содержание
Модуль 3. Восстановление связи с собой. Благостный обмен с окружающими людьми и миром		
Лекция	1,69	Как восстановить и укрепить связь с собой. Эффективные способы Когда мы теряем связь с собой. Как укрепить связь с собой. Схема восстановления связи с собой
Практическое занятие	1,00	Практическое занятие 12
Лекция	3,08	Гармония души и тела. Баланс внутренних сил Потенциал тела. Энергия души
Практическое занятие	1,00	Практическое занятие 13
Лекция	2,81	Приемы и способы благостного взаимодействия с окружающими людьми и миром в целом. Энергообмен Энергообмен. Основа гармоничных отношений
Практическое занятие	1,00	Практическое занятие 14
Лекция	1,91	Взаимодействие с окружающими людьми. Причины трудностей. Оценивание, как мешающий фактор в понимании себя и людей Причины трудностей во взаимодействии. Типы оценок.

Вид занятий	Кол-во часов	Наименование раздела, темы и содержание
Практическое занятие	1,00	Практическое занятие 15
Лекция	2,51	Взаимодействие с окружающими людьми. Причины трудностей. Умение сочувствовать Причины трудностей во взаимодействии.
Практическое занятие	1,00	Практическое занятие 16
Лекция	2,77	Форма нового типа мышления, позволяющего решать любые жизненные вопросы Поисковая система. Три золотых правила поисковой системы
Практическое занятие	1,00	Практическое занятие 17
Лекция	2,29	Коллоквиум № 2 Обсуждение вопросов по курсу
Всего часов	23,06	

Календарный учебный график

№ п/п	Наименование компонента в программы	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
		неделя	неделя	неделя	неделя	неделя	неделя	неделя	неделя	неделя	неделя
1.	Модуль 3. Восстановление связи с собой. Благостный обмен с окружающими людьми и миром							6	6	6	5,06
2.	ВСЕГО							6	6	6	5,06

Организационно-педагогические условия реализации модуля

Лекционные занятия проводятся с целью теоретической подготовки слушателей. Цель лекции – дать систематизированные основы знаний по учебной теме, акцентировав внимание на наиболее сложных вопросах темы занятия. Лекция должна стимулировать активную познавательную деятельность слушателей, способствовать формированию самостоятельного мышления.

Реализация модуля осуществляется с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий.

Реализация модуля обеспечивается педагогическими кадрами, имеющими высшее профессиональное образование и отвечающими квалификационным требованиям, указанным в квалификационных справочниках, и (или) профессиональным стандартам, в рамках изучаемого цикла.

Обучающимся предоставляется доступ (удаленный доступ) к современным профессиональным базам данных и информационным справочным системам, электронной библиотеке, состав которых определяется настоящей программой.

При осуществлении дистанционного обучения слушателям выдаются логин и пароль для вхождения на образовательную платформу, с помощью которой необходимо будет реализовывать требования программы.

Материально-технически условия реализации модуля

Материально-техническая база образовательной организации оснащена необходимым оборудованием для доступа в интернет по выделенному каналу.

Образовательная организация имеет необходимое серверное оборудование, обеспечивающее функционирование электронной информационно-образовательной среды, и высокоскоростной канал доступа к электронной информационно-образовательной среде.

Обучение проводится посредством электронной образовательной среды (платформы) <https://academysoznannosty.com/>.

Для освоения образовательной программы обучающийся должен иметь доступ в сеть интернет, а также персональный компьютер или смартфон. Используемое для обучения программное обеспечение и техника обучающегося должны соответствовать следующим техническим требованиям:

- для персонального компьютера: процессор с частотой работы от 1.5ГГц, Память ОЗУ объемом не менее 4 Гб, Жесткий диск объемом не менее 128 Гб, Монитор от 10 дюймов с разрешением от 1440*900 точек (пикселей), ОС Windows 7+ или Mac OS X от 10.7+, Браузер Google Chrome последней версии.
- для смартфона: операционная система Android версии 5.0 и выше, а также ОС iOS версии 10.0 и выше. оперативная память от 1 гб и выше, экран от 720×1280 и выше, Браузер Google Chrome последней версии.

Каждый обучающийся обеспечен индивидуальным неограниченным доступом к электронной информационно-образовательной платформе из любой точки, в которой имеется доступ к информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» (далее – сеть «Интернет»).

Электронная информационно-образовательная среда образовательной организации обеспечивает:

- доступ к настоящей Программе, видеоурокам, конспектам к каждому уроку в виде электронного файла в формате PDF, пошаговым инструкциям и дополнительным материалам;

- формирование электронного архива выполненных работ и тестов обучающегося, в том числе сохранение оценок и комментариев менторов по этим работам и тестам.

При реализации настоящей Программы с применением исключительно дистанционных образовательных технологий и электронного обучения электронная информационно-образовательная среда образовательной организации дополнительно обеспечивает:

Фиксацию хода образовательного процесса, результатов выполнения домашних практических работ, выполнения тестов, предварительной аттестации и результатов освоения Программы:

- просмотр видеоуроков,
- процедуру оценки результатов обучения, реализация которых предусмотрена с применением исключительно электронного обучения.

Взаимодействие между участниками образовательного процесса посредством сети Интернет.

Функционирование электронной информационно-образовательной среды обеспечивается соответствующими средствами информационно-коммуникационных технологий и квалификацией лиц, ее использующих и поддерживающих.

Функционирование электронной информационно-образовательной среды соответствует законодательству Российской Федерации.

Совокупность информационных технологий, телекоммуникационных технологий, соответствующих технологических средств образовательной организации обеспечивает освоение обучающимися программы в полном объеме независимо от места нахождения обучающихся.

Образовательная организация обеспечена необходимым комплектом лицензионного и свободно распространяемого программного обеспечения, в том числе отечественного производства, которое подлежит обновлению при необходимости.

Реализация настоящей Программы обеспечивается педагогическими работниками и/или лицами, привлекаемыми образовательной организацией к реализации Программы на их условиях.

Информационные и учебно-методические условия

Список литературы:

Основная литература:

1. Куликов Л. Психология личности в трудах отечественных психологов - Питер; СПб.; 2009.
2. Маклаков А.Г. Общая психология: Учебник для вузов. – СПб.: Питер, 2016. – 583 с.: ил. – (Серия «Учебник для вузов»)

3. Немов Р.С. Психология: Учеб. для студ. высш. пед. учеб. заведений: В 3 кн. – 4-е изд. – М.: гуманитар. Изд. Центр ВЛАДОС, 2003. КН=н. 1: Общие основы психологии. – 688 с.
4. Аверин В.А. Психология личности: Учебное пособие. – СПб.: Изд-во Михайлова В.А., 1999. – 89 с
5. Щербатых Ю.В. Общая психология. Завтра экзамен. – СПб.: Питер, 2008. – 272 с.: ил. – (Серия «Завтра экзамен»)
6. Платоново К.К. Психологический практикум – Профтехобразование
7. К. Платонов. Занимательная психология. – Издание 5-е, исправленное. – СПб.: Питер Пресс, 1997. – 288 с., ил. – (Серия «Азбука психологии»)
8. Фрейд З. – Психология масс и анализ человеческого Я.
9. Психология бессознательного: Сб. произведений / Сост., науч. ред., авт. вступ. ст. М. Г. Ярошевский.— М.: Просвещение» 1990.— 448 с.
10. К. Роджерс. Взгляд на психотерапию. Становление человека. М.: "Прогресс", 1994 Терминологическая правка В. Данченко
11. Эрих Фромм. Искусство любить – Золотой фонд мировой классики
12. Столяренко Л.Д. Основы психологии. Издание третье, переработанное и дополненное. Серия «Учебники, учебные пособия». Ростов-на-Дону: «Феникс», 2000. -672 с.

7. ПРАКТИЧЕСКИЕ ЗАНЯТИЯ

Практическое занятие 1.

Схема выполнения упражнений:

5 раз в течение дня, пять дней подряд, 2 выходных.

Снова 5 раз в течение дня, пять дней подряд.

Упражнение «Внимание к мыслям и чувствам»:

Задаем вопрос: "О чем я сейчас думаю?". Отвечаем, не анализируя.

Главное осознать то, что занимает наш мыслительный процесс в данный момент.

Упражнение «Встряска мозга»:

Делаем в течение дня непривычные, неестественные, необыкновенные для себя действия.

Стараемся не повторяться. Всего необходимо выполнить 15 - 25 действий за неделю.

Практическое занятие 2.

Упражнение «Работа с мыслями»:

Задаем вопрос: «О чём я сейчас думаю?».

Определяем характер / ценность / значимость:

1. Своя или чужая (нравится или не нравится моему сердцу)?
2. Плохая / хорошая (лично для меня)?
3. Имеет значение для меня и моей жизни или нет?

Оставляем в пространстве мозга или убираем, в зависимости от проведенного анализа.

Упражнение «Чувственность сердца»:

Задаем вопрос: «Что я чувствую в данный момент?»

Отвечаем, прислушиваясь к своему сердцу, не анализируя.

Главное осознать то, что занимает наш чувственный процесс в данный момент.

Практическое занятие 3.

Упражнение «Безмолвие ума»:

7- 15 минут в течение дня необходимо перестать вести диалог с самим собой.

Погружая себя в состояние полнейшего присутствия в настоящем моменте.

Стараясь при этом максимально удерживать собственное внимание на том, что проживается / делается в текущее время.

Упражнение «Владение эмоциями и чувствами»:

1. Задаем себе следующие вопросы:

«Что со мной происходит в данный момент?»;

«Что я сейчас испытываю?»;

«Отчего это со мной происходит?»;

«В чем причина данной реакции?».

2. Признаем, принимаем, проживаем любые эмоции / чувства.

3. Выражаем / демонстрируем их.

Практическое занятие 4.

Упражнение - практикум «Настройка состояний личности».

Упражнение. Практикуем умение испытывать радость и наслаждение.

Упражнение. Учимся делать то, что нам хочется.

Практическое занятие 5.

Упражнение «Слушаем себя»:

Один раз в день три дня подряд записывать на диктофон историю о том, что произошло с вами в течение дня.

Запись от 3 до 5 минут.

На следующий день внимательно и с неподдельным интересом прослушать запись.

Проанализировать и сделать осознанные выводы по вашим речевым особенностям.

Остальные два дня обращать внимание по 3-5 раз в течение дня на то, что и как мы говорим в момент «слушания себя».

Отмечаем важное и значимое.

Упражнение «Читаем вслух»:

Один раз в день читаем вслух приятное для духа и души произведение, внимательно слушаем себя.

Можно делать аудио запись.

Практическое занятие 6.

Выполнить по схеме «Логика принятия верных решений, приводящих к разумному осознанному действию»:

1. Задать себе вопрос:

«Что я хочу именно сейчас?»

(Не вчера хотела, минуту назад или буду хотеть).

2. Исследовать неспешно свое желание, используя вопросы:

«Для чего мне это?»

«Зачем?»

«Почему я этого хочу?»

«Как воплощение моего желания отразится на моей жизни?»

3. Осознать, что необходимо сделать, чтобы достичь этого?

Если это сложная цель, набросать список всех видимых действий, расставить их в правильной логике и очередности, осознать и принять целиком весь план действий.

Старайтесь уходить от шаблонных, привычных действий и схем.

Стремитесь находить простые, четкие и ясные действия.

4. Приступить к выполнению выбранного действия или целого плана.

Практическое занятие 7.

Вспомните, какие у вас есть потребности, желания и мечты.

Проведите осознанный анализ своих желаний.

Пересмотрите их и осознайте:

1. Что вам хочется здесь и сейчас? Какое желание самое значимое?

2. Над чем вы готовы начать работать, чтобы воплотить свое желание?

Что вы готовы изменить, чтобы привести в норму идеальное звучание себя самих и свою жизнь?

Пропишите все полученные ответы к следующему занятию.

Практическое занятие 8.

Навык:

Постараться отказать три раза кому-либо в просьбе, если так велит сердце.

Осознанно наблюдая за результатами.

Навык:

Учимся просить осознанно (минимум 5 раз) - тренируем умение «обращаться за помощью».

Практическое занятие 9.

Подведите итог сегодняшнего занятия и для себя определите три важных упражнения, те упражнения, которые будут формировать нужные для вас навыки согласно этому периоду жизни.

Практическое занятие 10.

Схема:

1. Внимание и полная концентрация на объекте, который хочу привести в норму.
(Чтобы сконцентрироваться на чём-либо, необходимо помнить зачем мне это и для чего я это делаю).
2. Через внимательное восприятие объекта начать осознавать все свои чувства относительно него в данный момент времени.
3. Проживая все возникающие чувства, задать вопрос, что мне хочется, относительно данного объекта.
4. Сделать то, что хочется здесь и сейчас в ближайшее время (в течение 3 суток).

Практическое занятие 11.

Схема проработки обиды:

1. Признать тот факт, что вы обижены (Человек часто скрывает обиду не только от других, но и от себя. Ведь все знают: обиды надо прощать. Обижаться стыдно и неправильно).
2. Осознать, на что я конкретно обиделся? Какие проживаю эмоции и чувства, сопровождающие обиду? (Прожить их заново и в полноте).
3. «Предъявить» все свои переживания обидчику чётко и ясно (При необходимости записать в виде полного списка).
4. «Стать на время» своим обидчиком и постараться объяснить, почему я так поступил. (Строго следуя по списку).
5. Понять своего обидчика и искренне простить.

Схема проработки чувства вины:

6. Понять почему и на что я обиделся. Объяснить себе честно и непредвзято имеющиеся причины и обстоятельства. Осознать всё и простить себя.
7. Сделать вывод, как жить дальше.
8. Начать жить свободно и легко, согласно принятому решению.

Примечание:

Если, проработав 5-й пункт, у вас всё-таки остались вопросы к вашему обидчику - при возможности задаем их ему лично. Выясняем для себя всё до полного понимания.

Если, проясняя для себя все причины и обстоятельства, из-за которых вы обиделись на человека, у вас возникает желание попросить прощения у него - делаем это!

Практическое занятие 12.

Как укрепить связь с собой?

1. Научитесь осознавать себя в полноте в любое мгновение жизни (здесь и сейчас). Восстановите свою целостность.
2. Цените себя достаточно, чтобы защищать/ отстаивать себя (свои мысли, чувства, состояния, слова, действия, интересы, желания и потребности). Обретите свою ценность.
3. Начните с большим вниманием и заботой относиться к себе (к своим мыслям, чувствам, состояниям, словам и проявлениям). Возродите чувство собственного достоинства, и самоуважения.
4. Приступите к укреплению веры в себя и свои силы. Всячески поддерживайте себя, хвалите.
5. Займитесь преобразованием себя и своих качеств. Развивайтесь. Станьте лучше, совершеннее.
6. Воскресите любовь к себе.

Схема восстановления связи с собой:

Целостность - Ценность - Достоинство - Вера в себя - Совершенствование - Любовь к себе

Умение быть наедине с собой - одиночество.

- Ежедневно погружайтесь в собственный мир, оставаясь наедине с собой, до тех пор, пока не начнёте чувствовать, понимать и осознавать себя в полноте.
- Выделите каждый день хотя бы 20 минут на настройку себя: успокоить, усмирить, умиротворить, привести в гармонию.

Научитесь любить одиночество, постигните его суть, начните наслаждаться уединением и вам откроется целый Мир, полный спокойствия, гармонии, силы, уверенности, любви и счастья!

Практическое занятие 13.

Практика «Чувствование тела»

Нужно научиться фиксировать чувственное внимание на теле и установить связь с собственным телом, раскрывая суть сигнала, идущего от тела.

Схема выполнения:

3-5 раз в течении дня, пять дней подряд, 2 выходных.

Снова 3-5 раз в течение дня, пять дней подряд.

Между подходами должны быть равные временные промежутки.

Чтобы еще раз прослушать технику выполнения практики, переместите ползунок вправо до времени

1 : 40 : 40

Практическое занятие 14.

Прорабатываем предложенные навыки:

- Умение понимать, принимать и владеть собственными эмоциями, чувствами и состояниями.
- Честно, открыто и, главное, вовремя сообщать о них другому.
- Способствовать пониманию другим человеком вас и ваших состояний.
- Готовность понять, принять, поддержать чувства другого (Не обязательно разделять!).
- Осознанно обмениваться своими состояниями.

Практическое занятие 15.

Упражнение:

Выработать навык сознательно различать:

когда мы наблюдаем нечто и когда начинаем домысливать наблюдаемое.

Вспомогающие вопросы:

То, что я сейчас воспринимаю (думаю, представляю), действительно так?

Я это точно знаю?

Уверена в этом на 100 %?

Упражнение:

Во взаимодействии с кем-либо, понаблюдать за собой:

своими мыслями, эмоциями, чувствами и состояниями.

Отследить, если ваши состояния от взаимодействия с человеком ухудшаются, кого вы обвиняете в этом?

Практическое занятие 16.

Навык:

При взаимодействии с человеком в любое мгновение жизни (здесь и сейчас), осознавать кто более светлый, как происходит энергообмен и не нарушая энергообмен выстраивать свое взаимодействие.

Навык:

Учитесь истинному сочувствию по отношению к самому себе.

Практическое занятие 17.

Учимся делать выборку из истинно значимых вопросов в этот момент времени (в течении 1 недели).

После того, как вы смоделировали вопрос, приступайте к остальным пунктам, проходя всю цепочку.

8. ОЦЕНКА КАЧЕСТВА ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ

Формы аттестации

Программой предусмотрена текущая и итоговая аттестация слушателей.

Для проведения текущей и итоговой аттестации разработан фонд оценочных средств, являющийся неотъемлемой частью учебно-методического комплекса.

Объектами оценивания выступают:

- степень освоения теоретических знаний;
- уровень овладения практическими умениями и навыками по всем видам учебной работы.

Текущий контроль знаний обучающихся проводится преподавателем, ведущим занятия в учебной группе, на протяжении всего обучения по программе.

Текущий контроль знаний включает в себя наблюдение преподавателя за учебной работой обучающихся и проверку качества знаний, умений и навыков, которыми они овладели на определенном этапе обучения в формах, установленных преподавателем.

Итоговая аттестация — процедура, проводимая с целью установления уровня знаний обучающихся с учетом прогнозируемых результатов обучения и требований к результатам освоения программы.

Слушатель допускается к итоговой аттестации после изучения разделов и тем программы в объеме, предусмотренном учебным планом.

Для аттестации обучающихся на соответствие их персональных достижений требованиям соответствующей образовательной программы созданы фонды оценочных средств, включающие методы контроля, позволяющие оценить знания и умения.

Обучающимся, успешно прошедшим итоговую аттестацию, выдаются удостоверения о повышении квалификации установленного образца.

При освоении программы параллельно с получением среднего профессионального или высшего образования удостоверение о повышении

квалификации выдаются одновременно с получением соответствующего документа о среднем профессиональном или высшем образовании.

Лицам, не прошедшим итоговую аттестацию или получившим на итоговой аттестации неудовлетворительные результаты, а также лицам, освоившим часть программы и (или) отчисленным из образовательной организации, выдается справка об обучении или о периоде обучения по образцу, устанавливаемому организацией.

9. ПРОГРАММА ИТОГОВОЙ АТТЕСТАЦИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Обучающиеся допускаются к итоговой аттестации после изучения разделов и тем программы в объеме, предусмотренном учебным планом программы.

Оценка качества освоения учебной программы проводится в процессе итоговой аттестации в форме зачета посредством прохождения опроса.

Оценка	Критерии оценки
Зачтено	Оценка «Зачтено» выставляется слушателю, если он твердо знает материал курса, грамотно и по существу использует его, не допуская существенных неточностей в ответе на тестовые вопросы, правильно применяет теоретические положения при решении практических вопросов.
Не зачтено	Оценка «Не зачтено» выставляется слушателю, который не знает значительной части программного материала, допускает существенные ошибки, неуверенно, с большими затруднениями решает практические вопросы или не справляется с ними самостоятельно.

Лицам, успешно освоившим программу и прошедшим итоговую аттестацию, выдаётся удостоверение о повышении квалификации установленного образца.

Лицам, не прошедшим итоговую аттестацию или получившим на итоговой аттестации неудовлетворительные результаты, а также лицам, освоившим часть программы и (или) отчисленным из образовательной организации, выдается справка об обучении или о периоде обучения по образцу, устанавливаемому организацией.

10. ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

Примерные вопросы для итоговой аттестации

1. Личность человека. Сознание человека.

2. Мысль человека. Особенности. Виды.
3. Управление собственными мыслями. Упражнение «Работа с мыслями»
4. Эмоции. Отличительные особенности.
5. Управление эмоциями. Преодоление негативных эмоций.
6. Чувства. Отличительные особенности.
7. Отличие эмоций от чувств.
8. Личностное состояние. Работа с состояниями.
9. Речь и язык. Психологическая структура речи.
10. Действия человека. Разумность, последовательность, своевременность.
11. Что такое осознанный анализ? Что он дает? Как помогает человеку в жизни?
12. Что такое страх?
13. Основные разновидности страха?
14. Способы преодоления разных видов страха?
15. Что такое стресс?
16. Расскажите, как вы понимаете правило двух минут в разрешении стрессовых ситуаций?
17. Мышление человека. Характеристика. Виды. Индивидуальные особенности.
18. Что такое стереотипы мышления?
19. Как обнаружить и проработать стереотипы?
20. Обиды. Причины возникновения. Влияние на жизнь человека.
21. Схема проработки обид.
22. Чувство вины. Причины возникновения. Влияние на жизнь человека.
23. Схема проработки чувства вины.
24. Понятие личной энергии человека.
25. Потенциал человека. Баланс внутренней энергии и физических сил.
26. Развитие потенциала человека.

11. ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Лекционные занятия проводятся с целью теоретической подготовки слушателей. Цель лекции - дать систематизированные основы знаний по учебной теме, акцентировав внимание на наиболее сложных вопросах темы занятия. Лекция должна стимулировать активную познавательную деятельность слушателей, способствовать формированию самостоятельного мышления.

Выбор методов обучения для каждого занятия определяется преподавателем в соответствии с составом и уровнем подготовленности слушателей, степенью сложности излагаемого материала.

Реализация программы осуществляется с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий.

Обучающимся предоставляется доступ (удаленный доступ) к современным профессиональным базам данных и информационным справочным системам, электронной библиотеке, состав которых определяется настоящей программой.

При осуществлении дистанционного обучения слушателям выдаются логин и пароль для входа на образовательную платформу, с помощью которой необходимо будет реализовывать требования программы.

Кадровые (педагогические) условия. Реализация программы обеспечивается педагогическими кадрами, имеющими соответствующее профессиональное образование и отвечающими квалификационным требованиям, указанным в квалификационных справочниках, и (или) профессиональным стандартам, в рамках изучаемого цикла.

Форма итоговой аттестации по дополнительной профессиональной программе повышения квалификации - зачет посредством прохождения опроса.

Обучающийся допускается к итоговой аттестации после изучения учебных материалов в объеме, предусмотренном учебным планом.

Лица, освоившие дополнительную профессиональную программу повышения квалификации и успешно прошедшие итоговую аттестацию, получают документ установленного образца – удостоверение о повышении квалификации.

12. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

12.1. Материально-техническая база образовательной организации оснащена необходимым оборудованием для доступа в интернет по выделенному каналу.

12.2. Образовательная организация имеет необходимое серверное оборудование, обеспечивающее функционирование электронной информационно-образовательной среды, и высокоскоростной канал доступа к электронной информационно-образовательной среде.

12.3. Обучение проводится посредством электронной образовательной среды (платформы) <https://academyosoznannosty.com/>.

Для освоения образовательной программы обучающийся должен иметь доступ в сеть интернет, а также персональный компьютер или смартфон. Используемое для обучения программное обеспечение и техника обучающегося должны соответствовать следующим техническим требованиям:

- для персонального компьютера: процессор с частотой работы от 1.5ГГц, Память ОЗУ объемом не менее 4 Гб, Жесткий диск объемом не менее 128 Гб, Монитор от 10 дюймов с разрешением от 1440*900 точек (пикселей), ОС Windows 7+ или Mac OS X от 10.7+, Браузер Google Chrome последней версии.

- для смартфона: операционная система Android версии 5.0 и выше, а также ОС iOS версии 10.0 и выше. оперативная память от 1 гб и выше, экран от 720×1280 и выше, Браузер Google Chrome последней версии.

Вебинары проводятся с применением платформы Webinar.ru.

Каждый обучающийся обеспечен индивидуальным неограниченным доступом к электронной информационно-образовательной платформе из любой точки, в которой имеется доступ к информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» (далее – сеть «Интернет»).

Электронная информационно-образовательная среда образовательной организации обеспечивает:

- доступ к настоящей Программе, видеоурокам, конспектам к каждому уроку в виде электронного файла в формате PDF, пошаговым инструкциям и дополнительным материалам;

- формирование электронного архива выполненных работ и тестов обучающегося, в том числе сохранение оценок и комментариев менторов по этим работам и тестам.

При реализации настоящей Программы с применением исключительно дистанционных образовательных технологий и электронного обучения электронная информационно-образовательная среда образовательной организации дополнительно обеспечивает:

Фиксацию хода образовательного процесса, результатов выполнения домашних практических работ, выполнения тестов, предварительной аттестации и результатов освоения Программы:

- просмотр видеоуроков,
- процедуру оценки результатов обучения, реализация которых предусмотрена с применением исключительно электронного обучения.

Взаимодействие между участниками образовательного процесса посредством сети Интернет.

Функционирование электронной информационно-образовательной среды обеспечивается соответствующими средствами информационно-коммуникационных технологий и квалификацией лиц, ее использующих и поддерживающих.

Функционирование электронной информационно-образовательной среды соответствует законодательству Российской Федерации.

Совокупность информационных технологий, телекоммуникационных технологий, соответствующих технологических средств образовательной организации обеспечивает освоение обучающимися программы в полном объеме независимо от места нахождения обучающихся.

Образовательная организация обеспечена необходимым комплектом лицензионного и свободно распространяемого программного обеспечения, в том числе отечественного производства, которое подлежит обновлению при необходимости.

Реализация настоящей Программы обеспечивается педагогическими работниками и/или лицами, привлекаемыми образовательной организацией к реализации Программы на их условиях.

13. ИНФОРМАЦИОННЫЕ И УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ

Список литературы:

Основная литература:

1. Куликов Л. Психология личности в трудах отечественных психологов - Питер; СПб.; 2009.
2. Маклаков А.Г. Общая психология: Учебник для вузов. – СПб.: Питер, 2016. – 583 с.: ил. – (Серия «Учебник для вузов»)
3. Немов Р.С. Психология: Учеб. для студ. высш. пед. учеб. заведений: В 3 кн. – 4-е изд. – М.: гуманитар. Изд. Центр ВЛАДОС, 2003. КН=н. 1: Общие основы психологии. – 688 с.
4. Аверин В.А. Психология личности: Учебное пособие. – СПб.: Изд-во Михайлова В.А., 1999. – 89 с
5. Щербатых Ю.В. Общая психология. Завтра экзамен. – СПб.: Питер, 2008. – 272 с.: ил. – (Серия «Завтра экзамен»)
6. Платоново К.К. Психологический практикум – Профтехобразование
7. К. Платонов. Занимательная психология. – Издание 5-е, исправленное. – СПб.: Питер Пресс, 1997. – 288 с., ил. – (Серия «Азбука психологии»)
8. Фрейд З. – Психология масс и анализ человеческого Я.
9. Психология бессознательного: Сб. произведений / Сост., науч. ред., авт. вступ. ст. М. Г. Ярошевский.— М.: Просвещение» 1990.— 448 с.
10. К. Роджерс. Взгляд на психотерапию. Становление человека. М.: "Прогресс", 1994 Терминологическая правка В.Данченко
11. Эрих Фромм. Искусство любить – Золотой фонд мировой классики
12. Столяренко Л.Д. Основы психологии. Издание третье, переработанное и дополненное. Серия «Учебники, учебные пособия». Ростов-на-Дону: «Феникс», 2000. -672 с.

