ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ
"АКАДЕМИЯ ОСОЗНАННОСТИ"

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 039C138C00A3B485B7473BCF2D4EB5A863
Владелец: СУБРАКОВА ИРИНА ГРИГОРЬЕВНА
Действителен: с 11.08.2026 до 11.11.2027

УТВЕРЖДАЮ
Генеральный директор

/Субракова И.Г.

«20» октября 2026 г.

М.П.

Дополнительная профессиональная программа – дополнительная программа повышения квалификации «ПСИХОЛОГИЯ ЛИЧНОСТИ и ЛИЧНОСТНОГО РОСТА»

Объем программы (трудоемкость): 212 академических часов

Срок освоения программы — 52 уч. недели

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

г. Москва
2026 г.

ЛИСТ ОБНОВЛЕНИЙ И АКТУАЛИЗАЦИИ

дополнительной профессиональной программы
повышения квалификации
«Психология личности и личностного роста»

№ п/п	Дата внесения изменений в программу	Характер изменений	Дата и номер протокола согласований документа

1. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

1.1 Характеристика программы:

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

Дополнительная профессиональная программа повышения квалификации **«Психология личности и личностного роста»** разработана в соответствии с нормами Федерального закона от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» с учетом требований приказа Минобрнауки РФ от 24.03.2025 № 266 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным профессиональным программам», Постановления Правительства Российской Федерации от 11.10.2023 № 1678 «Об утверждении Правил применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ», профессионального стандарта «Психолог в социальной сфере» (утв. приказом Министерства труда и социальной защиты РФ от 14 сентября 2023 года № 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. № 839).

1.2. Категория обучающихся: лица, имеющие высшее профильное образование; лица, получающие высшее профильное образование.

1.3. Объем программы (трудоемкость): общая трудоемкость 212 академических часов.

1.4. Срок освоения программы – 52 учебных недели.

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 в сфере развития личности и личностного роста.

2.2. Задачи программы:

1. Получение слушателями актуальных знаний по психологии личности и личностного роста.
2. Овладение знаниями, умениями и навыками психологической диагностики, обработки полученной информации и психологического консультирования для ведения профессиональной деятельности.
3. Формирование навыков по оказанию психологической помощи населению и составлению индивидуальных программ предоставления психологических услуг.

3. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ

3.1. **Программа направлена** на совершенствование и приобретение новых компетенций для работы психологом, безопасную и эффективную профессиональную деятельность в сфере семейных развития личности и личностного роста.

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-4 использовать основные формы психологической помощи для решения конкретной проблемы отдельных лиц, групп населения, и (или) организаций, в том числе лицам с ограниченными возможностями здоровья и при организации инклюзивного образования;

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 отношений и семейных отношений при работе психологом;

ПК-2 определять основные направления психологической помощи для коррекции отношений и семейных отношений клиента.

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

Обучающиеся будут знать:

- основы психологии личности и личностного роста;
- типы психических личностных состояний;
- психологическую структуру личности;
- основы становления, формирования, самоидентификации и развития личности;
- основы реализации личностного потенциала и психологических возможностей;
- основы осознанного управления мыслями, эмоциями, чувствами, состояниями;
- основные аспекты развития осознанности;
- способы преодоления мешающих и сдерживающих развитие факторов, страхов, неуверенности, негативных чувств, тревожных состояний и др.;
- основы социализации личности и межличностных отношений;
- способы разрешения межличностных противоречий и конфликтов;
- методика развития эмпатии;
- основы рефлекции;
- основы развития интеллекта, творческого и креативного мышления;
- основы психологического консультирования граждан по разным вопросам и сферам жизни;
- основы диагностирования проблем личности;
- метод включенного наблюдения;
- способы и методы психологической помощи и социально-психологического сопровождения граждан и социальных групп.

будут уметь:

- работать с основами психологии личности и личностного роста;
- работать с психическими личностными состояниями;
- понимать и работать с психологической структурой личности;
- понимать основы становления, формирования, самоидентификации и развития личности;
- работать с основами реализации личностного потенциала и психологических возможностей;
- понимать основные аспекты развития осознанности;
- осознанно управлять мыслями, эмоциями, чувствами, состояниями;
- преодолевать мешающие и сдерживающие развитие факторы, страхи, неуверенность, негативные чувства, тревожные состояния и др.;
- работать с основами социализации личности и межличностных отношений;

- разрешать межличностные противоречия и конфликты;
- использовать методику развития эмпатии;
- работать с основами рефлексии;
- проводить психологическое консультирование граждан по разным вопросам и сферам жизни;
- работать с основами диагностирования проблем личности;
- пользоваться методом включенного наблюдения;
- использовать в работе способы и методы психологической помощи и социально-психологического сопровождения граждан и социальных групп.

владеть навыками:

- управления психическими личностными состояниями;
- владения мыслями, эмоциями и чувствами;
- развития осознанности;
- становления, формирования, самоидентификации и развития личности;
- решения проблем и конфликтных ситуаций в межличностных отношениях,
- развития эмпатии;
- консультирования психологического граждан по разным вопросам и сферам жизни;
- диагностирования проблем личности;
- включенного наблюдения;
- психологической помощи и поддержки граждан и социальных групп.

4. УЧЕБНЫЙ ПЛАН
дополнительной профессиональной программы
повышения квалификации «Психология личности и личностного роста»

Цель обучения – получение теоретических знаний и овладение практическими умениями и навыками, обеспечивающими формирование у слушателей профессиональных компетенций, необходимых для работы психологом в сфере развития личности и личностного роста.

Категория слушателей – лица, имеющие высшее профильное образование; лица, получающие высшее профильное образование.

Трудоемкость обучения: 212 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 личности**	**54,00**	**26,00**	**26,00**	**2,00**	**Отчет**
1.1	Понятие личности человека. Основные элементы.	4,00	2,00	2,00	-	-
1.2	Самосознание личности.	4,00	2,00	2,00	-	-
1.3	Психологическая структура личности.	4,00	2,00	2,00	-	-
1.4	Структурные компоненты личности.	4,00	2,00	2,00	-	-
1.5	Психические личностные состояния.	4,00	2,00	2,00	-	-
1.6	Становление личности человека.	4,00	2,00	2,00	-	-
1.7	Формирование личности.	4,00	2,00	2,00	-	-
1.8	Самоидентификация личности. Сепарация от родителей.	4,00	2,00	2,00	-	-
1.9	Направленность личности.	4,00	2,00	2,00	-	-
1.10	Развитие личности.	4,00	2,00	2,00	-	-

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

1.11	Реализация личностного потенциала.	4,00	2,00	2,00	-	-
1.12	Межличностные отношения.	4,00	2,00	2,00	-	-
1.13	Коллоквиум № 1. Подведение итогов модуля. Рассмотрение проблемных вопросов.	4,00	2,00	2,00	-	-
1.14	Текущий контроль знаний	2,00	-	-	2,00	Отчет
2.	**Модуль 2. Психология личностного роста.**	**110,00**	**54,00**	**54,00**	**2,00**	**Отчет**
2.1	Понятие личностного роста. Основные аспекты.	4,00	2,00	2,00	-	-
2.2	Принятие себя. Признание своей природы. Вера в свои возможности.	4,00	2,00	2,00	-	-
2.3	Понимание себя. Осознание и контроль своих мыслей, эмоций, чувств и состояний. Анализ текущего положения, актуализация желаний, верное планирование действий.	4,00	2,00	2,00	-	-
2.4	Развитие осознанности. Самоидентичность. Статус и роль в обществе.	4,00	2,00	2,00	-	-
2.5	Целостность. Нераздельность внутреннего и внешнего мира человека. Взаимосвязь всех аспектов человеческой жизни.	4,00	2,00	2,00	-	-
2.6	Гармоничная личность. Восприятие своих сильных и слабых сторон. Проработка недостатков, укрепление достоинств.	4,00	2,00	2,00	-	-
2.7	Способность жить настоящим. Верная жизненная связь настоящего с прошлым и будущим.	4,00	2,00	2,00	-	-
2.8	Динамичность. Способность к внутренним и внешним изменениям, адаптивность, проявленная активность.	4,00	2,00	2,00	-	-
2.9	Ответственность. Способность и готовность человека осознавать свой выбор, умение принимать согласно ему верные решения, осуществлять разумные действия и отвечать за их последствия.	4,00	2,00	2,00	-	-
2.10	Способность преодолевать проблемы. Работа со сложностями в жизни.	4,00	2,00	2,00	-	-
2.11	Низкая самооценка. Привычка сравнивать себя с другими не в свою пользу.	4,00	2,00	2,00	-	-
2.12	Человеческие страхи. Страх непринятия, осуждения, страх неудачи, страх перед действием. Тревожные чувства, опасения, состояния беспокойства, паника. Боязнь изменений.	4,00	2,00	2,00	-	-
2.13	Зона личного комфорта. Преодоление привычных сдерживающих развитие рамок.	4,00	2,00	2,00	-	-
2.14	Стереотипы мышления, блокирующие становление, формирование и рост личности. Негативные установки. Ограничивающие программы.	4,00	2,00	2,00	-	-
2.15	Способность уничижать себя. Роль жертвы. Беспричинное чувство вины и обвинений.	4,00	2,00	2,00	-	-
2.16	Токсичность окружения. Способы	4,00	2,00	2,00	-	-

	преодоления.					
2.17	Социализация. Стремление к конструктивным социальным взаимоотношениям.	4,00	2,00	2,00	-	-
2.18	Принятие других. Способность принимать людей такими, какие они есть. Признание их права быть собой.	4,00	2,00	2,00	-	-
2.19	Понимание других людей. Эмпатия. Способность к глубокому и тонкому пониманию других. Готовность строить отношения на основе истинного взаимопонимания.	4,00	2,00	2,00	-	-
2.20	Умение разумно разрешать межличностные противоречия и конфликты.	4,00	2,00	2,00	-	-
2.21.	Обучение и развитие жизненно важным навыкам и умениям. Работа с привычками.	4,00	2,00	2,00	-	-
2.22	Рефлексия. Практика фиксации настоящего момента, анализ прогресса, замечание малых и больших достижений, правильная работа с ошибками, необходимая корректировка при изменениях.	4,00	2,00	2,00	-	-
2.23	Человеческий интеллект. Связанность эмоционально-чувственного и умственного аспектов.	4,00	2,00	2,00	-	-
2.24	Творческое и креативное мышление. Умение находить ответы на важные и актуальные жизненные вопросы.	4,00	2,00	2,00	-	-
2.25	Постановка значимых целей по методу GENIUS.	4,00	2,00	2,00	-	-
2.26	Формирование плана действий по выбранной цели.	4,00	2,00	2,00	-	-
2.27	Коллоквиум № 1. Подведение итогов модуля. Рассмотрение проблемных вопросов.	4,00	2,00	2,00	-	-
2.28	Текущий контроль знаний	2,00	-	-	2,00	Отчет
3.	**Модуль 3. Практическая психология для экспертов личностного развития**	**46,00**	**22,00**	**22,00**	**2,00**	**Отчет**
3.1	Цели и задачи психологической помощи в становлении, формировании и развитии личности. Профессиональные способы и методы.	4,00	2,00	2,00	-	-
3.2	Психологическое консультирование.	4,00	2,00	2,00	-	-
3.3	Психологические тренинги и практические занятия.	4,00	2,00	2,00	-	-
3.4	Наставничество и менторство.	4,00	2,00	2,00	-	-
3.5	Коучинг.	4,00	2,00	2,00	-	-
3.6	Профессиональная конструктивная оценка – обратная связь.	4,00	2,00	2,00	-	-
3.7	Создание развивающей среды для формирования нужных личностных качеств, свойств, умений, навыков и привычек.	4,00	2,00	2,00	-	-
3.8	Психологическое диагностирование проблем личности.	4,00	2,00	2,00	-	-
3.9	Метод включенного наблюдения.	4,00	2,00	2,00	-	-

3.10	Коллоквиум № 3. Подведение итогов модуля. Рассмотрение проблемных вопросов.	4,00	2,00	2,00	-	-
3.11	Текущий контроль знаний	2,00	-	-	2,00	Отчет
3.12	Коллоквиум № 4. Подведение итогов обучения. Рассмотрение проблемных вопросов.	4,00	2,00	2,00	-	-
4.	**Итоговая аттестация (экзамен)**	**2,00**	**-**	**-**	**2,00**	**Экзамен**
5.	**Итого**	**212**	**102**	**102**	**8,00**	

5. КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК
дополнительной профессиональной программы повышения квалификации «Психология личности и личностного роста»

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

Срок освоения программы — 52 недель. Начало обучения — по мере набора группы.

Примерный режим занятий: 2 раза в неделю по 2-2,5 академических часа[2]. Итоговая аттестация проводится согласно графику.

№ п/п	Наименование компонентов программы	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя	5 неделя	6 неделя	7 неделя	8 неделя	9 неделя	10 неделя	11 неделя	12 неделя	13 неделя
1.	Модуль 1. Психология личности	4,00	4,00	4,00	4,00	4,00	4,00	4,00	4,00	4,00	4,00	4,00	5,00	5,00
2.	Модуль 2. Психология личностного роста													
3.	Модуль 3. Практическая психология для экспертов личностного развития													
4.	Итоговая аттестация (экзамен)													
5.	ВСЕГО	4,00	4,00	4,00	4,00	4,00	4,00	4,00	4,00	4,00	4,00	4,00	5,00	5,00

Продолжение

№ п/п	Наименование компонентов программы	14 неделя	15 неделя	16 неделя	17 неделя	18 неделя	19 неделя	20 неделя	21 неделя	22 неделя	23 неделя	24 неделя	25 неделя	26 неделя
1.	Модуль 1. Психология личности													
2.	Модуль 2. Психология личностного роста	4,00	4,00	4,00	4,00	4,00	4,00	4,00	4,00	4,00	4,00	4,00	4,00	4,00
3.	Модуль 3. Практическая психология для экспертов личностного развития													
4.	Итоговая аттестация (экзамен)													
5.	ВСЕГО	4,00	4,00	4,00	4,00	4,00	4,00	4,00	4,00	4,00	4,00	4,00	4,00	4,00

Продолжение

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

№ п/п	Наименование компонентов программы	27 неделя	28 неделя	29 неделя	30 неделя	31 неделя	32 неделя	33 неделя	34 неделя	35 неделя	36 неделя	37 неделя	38 неделя	39 неделя
1.	Модуль 1. Психология личности													
2.	Модуль 2. Психология личностного роста	4,00	4,00	4,00	4,00	4,00	4,00	4,00	4,00	4,00	4,00	4,00	4,00	4,00
3.	Модуль 3. Практическая психология для экспертов личностного развития													
4.	Итоговая аттестация (экзамен)													
5.	ВСЕГО	4,00	4,00	4,00	4,00	4,00	4,00	4,00	4,00	4,00	4,00	4,00	4,00	4,00

Продолжение

№ п/п	Наименование компонентов программы	40 неделя	41 неделя	42 неделя	43 неделя	44 неделя	45 неделя	46 неделя	47 неделя	48 неделя	49 неделя	50 неделя	51 неделя	52 неделя
1.	Модуль 1. Психология личности													
2.	Модуль 2. Психология личностного роста	4,00	2,00											
3.	Модуль 3. Практическая психология для экспертов личностного развития		2,00	4,00	4,00	4,00	4,00	4,00	4,00	4,00	4,00	5,00	5,00	2,00
4.	Итоговая аттестация (экзамен)													2,00
5.	ВСЕГО	4,00	4,00	4,00	4,00	4,00	4,00	4,00	4,00	4,00	4,00	5,00	5,00	4,00

6. РАБОЧИЕ ПРОГРАММЫ УЧЕБНЫХ МОДУЛЕЙ

6.1. Рабочая программа Модуля 1. Психология 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 в сфере развития личности и личностного роста.

Задачи программы:

1. Получение слушателями актуальных знаний по психологии личности и личностного роста.
2. Овладение знаниями, умениями и навыками психологической диагностики, обработки полученной информации и психологического консультирования для ведения профессиональной деятельности.
3. Формирование навыков по оказанию психологической помощи населению и составлению индивидуальных программ предоставления психологических услуг.

Планируемые результаты изучения модуля

В результате освоения программы обучающиеся:

будут знать:

- основы психологии личности и личностного роста;
- типы психических личностных состояний;
- психологическую структуру личности;
- основы становления, формирования, самоидентификации и развития личности;
- основы реализации личностного потенциала и психологических возможностей;

- основы осознанного управления мыслями, эмоциями, чувствами, состояниями;
- основы межличностных отношений;

будут уметь:
- работать с основами психологии личности и личностного роста;
- работать с психическими личностными состояниями;
- понимать и работать с психологической структурой личности;
- понимать основы становления, формирования, самоидентификации и развития личности;
- работать с основами реализации личностного потенциала и психологических возможностей;
- осознанно управлять мыслями, эмоциями, чувствами, состояниями;
- работать с основами межличностных отношений;

владеть навыками:
- управления психическими личностными состояниями;
- владения мыслями, эмоциями и чувствами;
- становления, формирования, самоидентификации и развития личности.

Учебный план

№ п/п	Наименование компонентов программы	Трудоемкость, ак. ч.[3]				Форма контроля
		Всего	Лекции	Практические занятия / Самостоятельная работа	Контроль	
1.	**Модуль 1. Психология личности**	**54,00**	**26,00**	**26,00**	**2,00**	**Отчет**
1.1	Понятие личности человека. Основные элементы.	4,00	2,00	2,00	-	-
1.2	Самосознание личности.	4,00	2,00	2,00	-	-
1.3	Психологическая структура личности.	4,00	2,00	2,00	-	-
1.4	Структурные компоненты личности.	4,00	2,00	2,00	-	-
1.5	Психические личностные состояния.	4,00	2,00	2,00	-	-
1.6	Становление личности человека.	4,00	2,00	2,00	-	-
1.7	Формирование личности.	4,00	2,00	2,00	-	-
1.8	Самоидентификация личности. Сепарация от родителей.	4,00	2,00	2,00	-	-
1.9	Направленность личности.	4,00	2,00	2,00	-	-
1.10	Развитие личности.	4,00	2,00	2,00	-	-
1.11	Реализация личностного потенциала.	4,00	2,00	2,00	-	-
1.12	Межличностные отношения.	4,00	2,00	2,00	-	-
1.13	Коллоквиум № 1. Подведение итогов модуля. Рассмотрение проблемных вопросов.	4,00	2,00	2,00	-	-
1.14	Текущий контроль знаний	2,00	-	-	2,00	Отчет
2.	**Итого**	**54,00**	**26,00**	**26,00**	**2,00**	

Содержание

Вид Занятий	Кол-во часов	Наименование раздела, темы и содержание
Модуль 1. Психология личности		

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

Вид Занятий	Кол-во часов	Наименование раздела, темы и содержание
Лекция	2,00	**Понятие личности человека.** Основные элементы личности человека.
Практическое занятие	2,00	**Практическое занятие 1**
Лекция	2,00	**Самосознание личности.** Осознание своего «Я», своих потребностей, мыслей, чувств, качеств и своего взаимодействия с окружающим миром.
Практическое занятие	2,00	**Практическое занятие 2**
Лекция	2,00	**Психологическая структура личности.** Понятие психологической структуры личности. Психические процессы, свойства, образования, состояния.
Практическое занятие	2,00	**Практическое занятие 3**
Лекция	2,00	**Структурные компоненты личности.** Направленность личности, социальные роли, позиции, установки, опыт, особенности личности, темперамент, характер, способности.
Практическое занятие	2,00	**Практическое занятие 4**
Лекция	2,00	**Психические личностные состояния.** Типы, особенности формирования и управления.
Практическое занятие	2,00	**Практическое занятие 5**
Лекция	2,00	**Становление личности человека.** Обретение устойчивых качеств, ценности, мировоззрения и умения взаимодействовать с миром. Условия становления.
Практическое занятие	2,00	**Практическое занятие 6**
Лекция	2,00	**Формирование личности.** Основные факторы и этапы формирования личности.
Практическое занятие	2,00	**Практическое занятие 7**
Лекция	2,00	**Самоидентификация личности. Сепарация от родителей.** Формирование представления о самом себе, своей уникальности, ценностях, убеждениях, социальных ролях и принадлежности. Взросление, отделение от родителей, сепарация.
Практическое занятие	2,00	**Практическое занятие 8**
Лекция	2,00	**Направленность личности.** Структура, виды, характеристики направленности личности. Интересы, потребности, желания, ценности, убеждения, стремления, мировоззрение.
Практическое занятие	2,00	**Практическое занятие 9**
Лекция	2,00	**Развитие личности.** Факторы развития личности. Направления развития личности.
Практическое занятие	2,00	**Практическое занятие 10**
Лекция	2,00	**Реализация личностного потенциала.** Ключевые элементы и принципы реализации. Признаки успешной реализации личностного потенциала. Способы развития.
Практическое занятие	2,00	**Практическое занятие 11**
Лекция	2,00	**Межличностные отношения.** Основные понятия и аспекты межличностных отношений.

Вид Занятий	Кол-во часов	Наименование раздела, темы и содержание
Практическое занятие	2,00	**Практическое занятие 12**
Лекция-практикум	2,00	**Коллоквиум № 1. Подведение итогов модуля.** Рассмотрение проблемных вопросов.
Практическое занятие	2,00	**Практическое занятие 13**
Отчет	2,00	**Текущий контроль знаний**
Всего часов	54,00	

Календарный учебный график

№ п/п	Наименование компонентов программы	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя	5 неделя	6 неделя	7 неделя	8 неделя	9 неделя	10 неделя	11 неделя	12 неделя	13 неделя
1.	Модуль 1. Психология личности	4,00	4,00	4,00	4,00	4,00	4,00	4,00	4,00	4,00	4,00	4,00	5,00	5,00
2.	Модуль 2. Психология личностного роста													
3.	Модуль 3. Практическая психология для экспертов личностного развития													
4.	Итоговая аттестация (экзамен)													
5.	ВСЕГО	4,00	4,00	4,00	4,00	4,00	4,00	4,00	4,00	4,00	4,00	4,00	5,00	5,00

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-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://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.

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 обучающегося, в том числе сохранение комментариев менторов по этим работам.

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. Немов Р. С. Психология. Немов Р.С. Психология: Учеб. для студ. высш. пед. учеб. заведений: В 3 кн. – 4-е изд. – М.: гуманит. Изд. Центр ВЛАДОС, 2003. КН=н. 1: Общие основы психологии. – 688 с.
2. Немов Р. С. Общая психология. Введение в психологию. — М.: Юрайт. 2024. 728 с.
3. Иванников, В. А. Введение в психологию: учебник для вузов / В. А. Иванников. — Москва: Издательство Юрайт, 2023 — 234 с.
4. Немов Р. С. Общая психология. Психология личности. — М.: Юрайт. 2024. 941 с.
5. Столяренко Л.Д. Основы психологии. Издание третье, переработанное и дополненное. Серия «Учебники, учебные пособия». Ростов-на-Дону: «Феникс», 2000. - 672 с.
6. Маклаков А.Г. Общая психология: Учебник для вузов. – СПб.: Питер, 2016. – 583 с.: ил. – (Серия «Учебник для вузов»)
7. К. Платонов. Занимательная психология. – Издание 5-е, исправленное. – СПб.: Питер Пресс, 1997. – 288 с., ил. – (Серия «Азбука психологии»).
8. Щербатых Ю.В. Общая психология. Завтра экзамен. – СПБ.: Питер, 2008. – 272 с.: ил. – (Серия «Завтра экзамен).
9. Аверин В.А. Психология личности: Учебное пособие. – СПб.: Изд-во Михайлова В.А., 1999. – 89 с.

10. Коржова Е.Ю. Психология личности. Учебное пособие. Стандарт третьего поколения. — СПб.: Питер. 2020. 544 с. Леонтьева В. Л. Психология. Учебное пособие для СПО. — М.: Юрайт. 2019. 152 с.
11. Гуревич, П. С. Психология личности: учебник / П.С. Гуревич. — 2-е изд. — Москва: ИНФРА-М, 2023 — 479 с.
12. Самыгин С. И. Психология личности: учебник. / Самыгин С. И., Столяренко Л. Д. Курносенко А. А.— Москва : Феникс, 2025. – 575 с.
13. Куликов Л. Психология личности в трудах отечественных психологов - Питер; СПб.; 2009.
14. Елисеев, О. П. Практикум по психологии личности: учебник для вузов / О. П. Елисеев. — 4-е изд., перераб. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2023 — 390 с.
15. Шнейдер Л. Б. Психология идентичности. Учебник и практикум для бакалавриата и магистратуры. — М.: Юрайт. 2019. 328 с.
16. Немов Р. С. Общая психология. Познавательные процессы и психические состояния. — М.: Юрайт. 2024. 1272 с.
17. Немов Р. С. Общая психология. Учебник и практикум для СПО. В 3-х томах. Том 2. В 4-х книгах. Книга 4. Речь. Психические состояния. — М.: Юрайт. 2019. 244 с.
18. Диянова З. В., Щеголева Т. М. Общая психология. Познавательные процессы. — М.: Юрайт. 2024. 132 с.
19. Гонина О. О. Психология. Учебное пособие. — М.: КноРус. 2019. 320 с.
20. Психология. Учебник и практикум для СПО / под общ. ред. А. С. Обухова. — М.: Юрайт. 2019. 404 с.
21. Самыгин С. И., Кротов Д. В., Столяренко Л. Д. Психология. Учебное пособие. — М.: Феникс. 2020. 280 с.
22. Общая и социальная психология / под ред. Б. А. Сосновского. — М.: Юрайт. 2024. 482 с.
23. Обухова Л. Ф. Возрастная психология. — М.: Юрайт. 2024. 412 с.
24. Самыгин С. И. Психология развития и возрастная психология. Учебное пособие. — М.: Феникс. 2024. 320 с.
25. Солдатова Е. Л., Лаврова Г. Н. Психология развития и возрастная психология. Онтогенез и дизонтогенез. — М.: Юрайт. 2024. 362 с.
26. Возрастная и педагогическая психология / под ред. Б. А. Сосновского. — М.: Юрайт. 2024. 360 с.
27. Крысько В. Г. Социальная психология. — М.: Юрайт. 2024. 554 с.
28. Социальная психология развития / под ред. Н. Н. Толстых. — М.: Юрайт. 2024. 544 с.
29. Социальная психология: современная теория и практика. — М.: Юрайт. 2024. 226 с.
30. Либин А. В. Дифференциальная психология. Учебник. — М.: Юрайт. 2020. 442 с.
31. Дереча В. А. Психология зависимостей. Учебное пособие для вузов. — М.: Юрайт. 2019. 160 с.
32. Дружинин В. Н. Экспериментальная психология. Учебное пособие для бакалавриата, специалитета и магистратуры. — М.: Юрайт. 2019. 386 с.
33. Высоков И. Е. Математические методы в психологии. Учебник и практикум. — М.: Юрайт. 2019. 432 с.
34. Ермолаев-Томин О. Ю. Математические методы в психологии. Учебник для академического бакалавриата. В 2-х частях. Часть 1. — М.: Юрайт. 2019. 280 с.
35. Константинов В. В. Методологические основы психологии. Учебное пособие для академического бакалавриата. — М.: Юрайт. 2019. 200 с.
36. Немов Р. С. Общая психология. Учебник и практикум для СПО. В 3-х томах. Том 2. В 4-х книгах. Книга 2. Внимание и память. — М.: Юрайт. 2019. 262 с.
37. Рамендик, Д. М. Тренинг личностного роста: учебник и практикум для вузов / Д. М. Рамендик. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2023 — 136 с.
38. Духовно-нравственные проблемы современной личности / Отв. ред. М. И. Воловикова, А. Л. Журавлев, А. В. Юревич. – М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2018. – 477 с.

Дополнительная литература:

1. Эрих Фромм. Искусство любить – Золотой фонд мировой классики.
2. Диспенза Д. Сверхъестественный разум. Эксмо, 2022 г.
3. Джо Диспенза. Развивай свой мозг. Как перенастроить разум и реализовать собственный потенциал, перевод Шепелев Д. - ООО «Издательство «Эксмо», 2019
4. Диспенза Д. Сила подсознания. Бомбора, 2021 г.
5. Джим Лоулесс. Иди туда, где страшно. Именно там ты обретешь силу, Перевод ЗАО «Компания ЭГО Транслейтинг» - ООО «Издательство „Эксмо“», 2018
6. Карнеги Д. Как перестать беспокоиться и начать жить. Москва.: Прогресс, 1990 г.

7.2. Рабочая программа
Модуля 2. Психология личностного роста

Цель обучения – получение теоретических знаний и овладение практическими умениями и навыками, обеспечивающими формирование и совершенствование у слушателей профессиональных компетенций, необходимых для работы психологом в социальной сфере развития личности и личностного роста.

Задачи программы:

1. Получение слушателями актуальных знаний по психологии личности и личностного роста.
2. Овладение знаниями, умениями и навыками психологической диагностики, обработки полученной информации и психологического консультирования для ведения профессиональной деятельности.
3. Формирование навыков по оказанию психологической помощи населению и составлению индивидуальных программ предоставления психологических услуг.

Планируемые результаты изучения модуля

В результате освоения программы обучающиеся:

будут знать:

- основы психологии личности и личностного роста;
- основы становления, формирования, самоидентификации и развития личности;
- основы реализации личностного потенциала и психологических возможностей;
- основы осознанного управления мыслями, эмоциями, чувствами, состояниями;
- основные аспекты развития осознанности;
- способы преодоления мешающих и сдерживающих развитие факторов, страхов, неуверенности, негативных чувств, тревожных состояний и др.;
- основы социализации личности и межличностных отношений;
- способы разрешения межличностных противоречий и конфликтов;
- методика развития эмпатии;
- основы рефлекции;
- основы развития интеллекта, творческого и креативного мышления;

будут уметь:

- работать с основами психологии личности и личностного роста;
- понимать основы становления, формирования, самоидентификации и развития личности;
- работать с основами реализации личностного потенциала и психологических возможностей;
- понимать основные аспекты развития осознанности;
- осознанно управлять мыслями, эмоциями, чувствами, состояниями;
- преодолевать мешающие и сдерживающие развитие факторы, страхи, неуверенность, негативные чувства, тревожные состояния и др.;
- работать с основами социализации личности и межличностных отношений;
- разрешать межличностные противоречия и конфликты;
- использовать методику развития эмпатии;
- работать с основами рефлексии;

владеть навыками:

- владения мыслями, эмоциями и чувствами;
- развития осознанности;
- становления, формирования, самоидентификации и развития личности;
- решения проблем и конфликтных ситуаций в межличностных отношениях,
- развития эмпатии;
- консультирования психологического граждан по разным вопросам и сферам жизни;
- диагностирования проблем личности;
- включенного наблюдения;
- психологической помощи и поддержки граждан и социальных групп.

Учебный план

№ п/п	Наименование компонентов программы	Трудоемкость, ак. ч. [4]				Форма контроля
		Всего	Лекции	Практические занятия / Самостоятельная работа	Контроль	
1.	**Модуль 2. Психология личностного роста.**	**110,00**	**54,00**	**54,00**	**2,00**	**Отчет**
1.1	Понятие личностного роста. Основные аспекты.	4,00	2,00	2,00	-	-
1.2	Принятие себя. Признание своей природы. Вера в свои возможности.	4,00	2,00	2,00	-	-
1.3	Понимание себя. Осознание и контроль своих мыслей, эмоций, чувств и состояний. Анализ текущего положения, актуализация желаний, верное планирование действий.	4,00	2,00	2,00	-	-
1.4	Развитие осознанности. Самоидентичность. Статус и роль в обществе.	4,00	2,00	2,00	-	-
1.5	Целостность. Нераздельность внутреннего и внешнего мира человека. Взаимосвязь всех аспектов человеческой жизни.	4,00	2,00	2,00	-	-
1.6	Гармоничная личность. Восприятие своих сильных и слабых сторон. Проработка недостатков, укрепление достоинств.	4,00	2,00	2,00	-	-
1.7	Способность жить настоящим. Верная жизненная связь настоящего с прошлым и будущим.	4,00	2,00	2,00	-	-
1.8	Динамичность. Способность к внутренним и внешним изменениям, адаптивность, проявленная активность.	4,00	2,00	2,00	-	-
1.9	Ответственность. Способность и готовность человека осознавать свой выбор, умение принимать согласно ему верные решения, осуществлять разумные действия и отвечать за их последствия.	4,00	2,00	2,00	-	-
1.10	Способность преодолевать проблемы. Работа со сложностями в жизни.	4,00	2,00	2,00	-	-
1.11	Низкая самооценка. Привычка сравнивать себя с другими не в свою пользу.	4,00	2,00	2,00	-	-
1.12	Человеческие страхи. Страх непринятия, осуждения, страх неудачи, страх перед действием. Тревожные чувства, опасения, состояния беспокойства, паника. Боязнь изменений.	4,00	2,00	2,00	-	-
1.13	Зона личного комфорта. Преодоление привычных сдерживающих развитие рамок.	4,00	2,00	2,00	-	-
1.14	Стереотипы мышления, блокирующие становление, формирование и рост личности. Негативные установки. Ограничивающие программы.	4,00	2,00	2,00	-	-
1.15	Способность уничижать себя. Роль жертвы. Беспричинное чувство вины и	4,00	2,00	2,00	-	-

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

	обвинений.					
1.16	Токсичность окружения. Способы преодоления.	4,00	2,00	2,00	-	-
1.17	Социализация. Стремление к конструктивным социальным взаимоотношениям.	4,00	2,00	2,00	-	-
1.18	Принятие других. Способность принимать людей такими, какие они есть. Признание их права быть собой.	4,00	2,00	2,00	-	-
1.19	Понимание других людей. Эмпатия. Способность к глубокому и тонкому пониманию других. Готовность строить отношения на основе истинного взаимопонимания.	4,00	2,00	2,00	-	-
1.20	Умение разумно разрешать межличностные противоречия и конфликты.	4,00	2,00	2,00	-	-
1.21.	Обучение и развитие жизненно важным навыкам и умениям. Работа с привычками.	4,00	2,00	2,00	-	-
1.22	Рефлексия. Практика фиксации настоящего момента, анализ прогресса, замечание малых и больших достижений, правильная работа с ошибками, необходимая корректировка при изменениях.	4,00	2,00	2,00	-	-
1.23	Человеческий интеллект. Связанность эмоционально-чувственного и умственного аспектов.	4,00	2,00	2,00	-	-
1.24	Творческое и креативное мышление. Умение находить ответы на важные и актуальные жизненные вопросы.	4,00	2,00	2,00	-	-
1.25	Постановка значимых целей по методу GENIUS.	4,00	2,00	2,00	-	-
1.26	Формирование плана действий по выбранной цели.	4,00	2,00	2,00	-	-
1.27	Коллоквиум № 1. Подведение итогов модуля. Рассмотрение проблемных вопросов.	4,00	2,00	2,00	-	-
1.28	Текущий контроль знаний	2,00	-	-	**2,00**	Отчет
2.	**Итого**	**110,00**	**54,00**	**54,00**	**2,00**	

Содержание

Вид Занятий	**Кол-во часов**	**Наименование раздела, темы и содержание**
Модуль 2. Психология личностного роста		
Лекция	2,00	**Понятие личностного роста.** Основные аспекты.
Практическое занятие	2,00	**Практическое занятие 14**
Лекция	2,00	**Принятие себя.** Признание своей природы. Вера в свои возможности.
Практическое занятие	2,00	**Практическое занятие 15**

Вид Занятий	Кол-во часов	Наименование раздела, темы и содержание
Лекция	2,00	**Понимание себя.** Осознание и контроль своих мыслей, эмоций, чувств и состояний. Анализ текущего положения, актуализация желаний, верное планирование действий.
Практическое занятие	2,00	**Практическое занятие 16**
Лекция	2,00	**Развитие осознанности.** Самоидентичность. Статус и роль в обществе.
Практическое занятие	2,00	**Практическое занятие 17**
Лекция	2,00	**Целостность.** Нераздельность внутреннего и внешнего мира человека. Взаимосвязь всех аспектов человеческой жизни.
Практическое занятие	2,00	**Практическое занятие 18**
Лекция	2,00	**Гармоничная личность.** Восприятие своих сильных и слабых сторон. Проработка недостатков, укрепление достоинств.
Практическое занятие	2,00	**Практическое занятие 19**
Лекция	2,00	**Способность жить настоящим.** Верная жизненная связь настоящего с прошлым и будущим.
Практическое занятие	2,00	**Практическое занятие 20**
Лекция	2,00	**Динамичность.** Способность к внутренним и внешним изменениям, адаптивность, проявленная активность.
Практическое занятие	2,00	**Практическое занятие 21**
Лекция	2,00	**Ответственность.** Способность и готовность человека осознавать свой выбор, умение принимать согласно ему верные решения, осуществлять разумные действия и отвечать за их последствия.
Практическое занятие	2,00	**Практическое занятие 22**
Лекция	2,00	**Способность преодолевать проблемы.** Работа со сложностями в жизни.
Практическое занятие	2,00	**Практическое занятие 23**
Лекция	2,00	**Низкая самооценка.** Привычка сравнивать себя с другими не в свою пользу.
Практическое занятие	2,00	**Практическое занятие 24**
Лекция	2,00	**Человеческие страхи.** Страх непринятия, осуждения, страх неудачи, страх перед действием. Тревожные чувства, опасения, состояния беспокойства, паника. Боязнь изменений.
Практическое занятие	2,00	**Практическое занятие 25**
Лекция	2,00	**Зона личного комфорта.** Преодоление привычных сдерживающих развитие рамок.
Практическое занятие	2,00	**Практическое занятие 26**

Вид Занятий	Кол-во часов	Наименование раздела, темы и содержание
Лекция	2,00	**Стереотипы мышления, блокирующие становление, формирование и рост личности.** Негативные установки. Ограничивающие программы.
Практическое занятие	2,00	**Практическое занятие 27**
Лекция	2,00	**Способность уничижать себя.** Роль жертвы. Беспричинное чувство вины и обвинений.
Практическое занятие	2,00	**Практическое занятие 28**
Лекция	2,00	**Токсичность окружения.** Способы преодоления.
Практическое занятие	2,00	**Практическое занятие 29**
Лекция	2,00	**Социализация.** Стремление к конструктивным социальным взаимоотношениям.
Практическое занятие	2,00	**Практическое занятие 30**
Лекция	2,00	**Принятие других.** Способность принимать людей такими, какие они есть. Признание их права быть собой.
Практическое занятие	2,00	**Практическое занятие 31**
Лекция	2,00	**Понимание других людей. Эмпатия.** Способность к глубокому и тонкому пониманию других. Готовность строить отношения на основе истинного взаимопонимания.
Практическое занятие	2,00	**Практическое занятие 32**
Лекция	2,00	**Умение разумно разрешать межличностные противоречия и конфликты.**
Практическое занятие	2,00	**Практическое занятие 33**
Лекция	2,00	**Обучение и развитие жизненно важным навыкам и умениям.** Работа с привычками.
Практическое занятие	2,00	**Практическое занятие 34**
Лекция	2,00	**Рефлексия.** Практика фиксации настоящего момента, анализ прогресса, замечание малых и больших достижений, правильная работа с ошибками, необходимая корректировка при изменениях.
Практическое занятие	2,00	**Практическое занятие 35**
Лекция	2,00	**Человеческий интеллект.** Связанность эмоционально-чувственного и умственного аспектов.
Практическое занятие	2,00	**Практическое занятие 36**
Лекция	2,00	**Творческое и креативное мышление.** Умение находить ответы на важные и актуальные жизненные вопросы.
Практическое занятие	2,00	**Практическое занятие 37**
Лекция	2,00	**Постановка значимых целей по методу GENIUS.**
Практическое занятие	2,00	**Практическое занятие 38**
Лекция	2,00	**Формирование плана действий по выбранной цели.**

Вид Занятий	Кол-во часов	Наименование раздела, темы и содержание
Практическое занятие	2,00	**Практическое занятие 39**
Лекция-практикум	2,00	**Коллоквиум № 2. Подведение итогов модуля.** Рассмотрение проблемных вопросов.
Практическое занятие	2,00	**Практическое занятие 40**
Отчет	2,00	**Текущий контроль знаний**
Всего часов	110,00	

Календарный учебный график

№ п/п	Наименование компонентов программы	14 неделя	15 неделя	16 неделя	17 неделя	18 неделя	19 неделя	20 неделя	21 неделя	22 неделя	23 неделя	24 неделя	25 неделя	26 неделя
1.	Модуль 1. Психология личности													
2.	Модуль 2. Психология личностного роста	4,00	4,00	4,00	4,00	4,00	4,00	4,00	4,00	4,00	4,00	4,00	4,00	4,00
3.	Модуль 3. Практическая психология для экспертов личностного развития													
4.	Итоговая аттестация (экзамен)													
5.	ВСЕГО	4,00	4,00	4,00	4,00	4,00	4,00	4,00	4,00	4,00	4,00	4,00	4,00	4,00

Продолжение

№ п/п	Наименование компонентов программы	27 неделя	28 неделя	29 неделя	30 неделя	31 неделя	32 неделя	33 неделя	34 неделя	35 неделя	36 неделя	37 неделя	38 неделя	39 неделя
1.	Модуль 1. Психология личности													
2.	Модуль 2. Психология личностного роста	4,00	4,00	4,00	4,00	4,00	4,00	4,00	4,00	4,00	4,00	4,00	4,00	4,00
3.	Модуль 3. Практическая психология для экспертов личностного развития													
4.	Итоговая аттестация (экзамен)													
5.	ВСЕГО	4,00	4,00	4,00	4,00	4,00	4,00	4,00	4,00	4,00	4,00	4,00	4,00	4,00

Продолжение

№ п/п	Наименование компонентов программы	40 неделя	41 неделя	42 неделя	43 неделя	44 неделя	45 неделя	46 неделя	47 неделя	48 неделя	49 неделя	50 неделя	51 неделя	52 неделя
1.	Модуль 1. Психология личности													
2.	Модуль 2. Психология личностного роста	4,00	2,00											

3.	Модуль 3. Практическая психология для экспертов личностного развития													
4.	Итоговая аттестация (экзамен)													
5.	ВСЕГО	4,00	2,00											

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://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.

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 обучающегося, в том числе сохранение комментариев менторов по этим работам.

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. Немов Р. С. Психология. Немов Р.С. Психология: Учеб. для студ. высш. пед. учеб. заведений: В 3 кн. – 4-е изд. – М.: гуманит. Изд. Центр ВЛАДОС, 2003. КН=н. 1: Общие основы психологии. – 688 с.
2. Немов Р. С. Общая психология. Введение в психологию. — М.: Юрайт. 2024. 728 с.
3. Иванников, В. А. Введение в психологию: учебник для вузов / В. А. Иванников. — Москва: Издательство Юрайт, 2023 — 234 с.
4. Немов Р. С. Общая психология. Психология личности. — М.: Юрайт. 2024. 941 с.
5. Столяренко Л.Д. Основы психологии. Издание третье, переработанное и дополненное. Серия «Учебники, учебные пособия». Ростов-на-Дону: «Феникс», 2000. - 672 с.
6. Маклаков А.Г. Общая психология: Учебник для вузов. – СПб.: Питер, 2016. – 583 с.: ил. – (Серия «Учебник для вузов»)
7. К. Платонов. Занимательная психология. – Издание 5-е, исправленное. – СПб.: Питер Пресс, 1997. – 288 с., ил. – (Серия «Азбука психологии»).
8. Щербатых Ю.В. Общая психология. Завтра экзамен. – СПБ.: Питер, 2008. – 272 с.: ил. – (Серия «Завтра экзамен).
9. Аверин В.А. Психология личности: Учебное пособие. – СПб.: Изд-во Михайлова В.А., 1999. – 89 с.
10. Коржова Е.Ю. Психология личности. Учебное пособие. Стандарт третьего поколения. — СПб.: Питер. 2020. 544 с. Леонтьева В. Л. Психология. Учебное пособие для СПО. — М.: Юрайт. 2019. 152 с.
11. Гуревич, П. С. Психология личности: учебник / П.С. Гуревич. — 2-е изд. — Москва: ИНФРА-М, 2023 — 479 с.
12. Самыгин С. И. Психология личности: учебник. / Самыгин С. И., Столяренко Л. Д. Курносенко А. А.— Москва : Феникс, 2025. – 575 с.
13. Куликов Л. Психология личности в трудах отечественных психологов - Питер; СПб.; 2009.
14. Елисеев, О. П. Практикум по психологии личности: учебник для вузов / О. П. Елисеев. — 4-е изд., перераб. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2023 — 390 с.
15. Шнейдер Л. Б. Психология идентичности. Учебник и практикум для бакалавриата и магистратуры. — М.: Юрайт. 2019. 328 с.
16. Немов Р. С. Общая психология. Познавательные процессы и психические состояния. — М.: Юрайт. 2024. 1272 с.
17. Немов Р. С. Общая психология. Учебник и практикум для СПО. В 3-х томах. Том 2. В 4-х книгах. Книга 4. Речь. Психические состояния. — М.: Юрайт. 2019. 244 с.
18. Диянова З. В., Щеголева Т. М. Общая психология. Познавательные процессы. — М.: Юрайт. 2024. 132 с.
19. Гонина О. О. Психология. Учебное пособие. — М.: КноРус. 2019. 320 с.
20. Психология. Учебник и практикум для СПО / под общ. ред. А. С. Обухова. — М.: Юрайт. 2019. 404 с.
21. Самыгин С. И., Кротов Д. В., Столяренко Л. Д. Психология. Учебное пособие. — М.: Феникс. 2020. 280 с.
22. Общая и социальная психология / под ред. Б. А. Сосновского. — М.: Юрайт. 2024. 482 с.
23. Обухова Л. Ф. Возрастная психология. — М.: Юрайт. 2024. 412 с.
24. Самыгин С. И. Психология развития и возрастная психология. Учебное пособие. — М.: Феникс. 2024. 320 с.

25. Солдатова Е. Л., Лаврова Г. Н. Психология развития и возрастная психология. Онтогенез и дизонтогенез. — М.: Юрайт. 2024. 362 с.
26. Возрастная и педагогическая психология / под ред. Б. А. Сосновского. — М.: Юрайт. 2024. 360 с.
27. Крысько В. Г. Социальная психология. — М.: Юрайт. 2024. 554 с.
28. Социальная психология развития / под ред. Н. Н. Толстых. — М.: Юрайт. 2024. 544 с.
29. Социальная психология: современная теория и практика. — М.: Юрайт. 2024. 226 с.
30. Либин А. В. Дифференциальная психология. Учебник. — М.: Юрайт. 2020. 442 с.
31. Дереча В. А. Психология зависимостей. Учебное пособие для вузов. — М.: Юрайт. 2019. 160 с.
32. Дружинин В. Н. Экспериментальная психология. Учебное пособие для бакалавриата, специалитета и магистратуры. — М.: Юрайт. 2019. 386 с.
33. Высоков И. Е. Математические методы в психологии. Учебник и практикум. — М.: Юрайт. 2019. 432 с.
34. Ермолаев-Томин О. Ю. Математические методы в психологии. Учебник для академического бакалавриата. В 2-х частях. Часть 1. — М.: Юрайт. 2019. 280 с.
35. Константинов В. В. Методологические основы психологии. Учебное пособие для академического бакалавриата. — М.: Юрайт. 2019. 200 с.
36. Немов Р. С. Общая психология. Учебник и практикум для СПО. В 3-х томах. Том 2. В 4-х книгах. Книга 2. Внимание и память. — М.: Юрайт. 2019. 262 с.
37. Рамендик, Д. М. Тренинг личностного роста: учебник и практикум для вузов / Д. М. Рамендик. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2023 — 136 с.
38. Духовно-нравственные проблемы современной личности / Отв. ред. М. И. Воловикова, А. Л. Журавлев, А. В. Юревич. – М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2018. – 477 с.

Дополнительная литература:

1. Эрих Фромм. Искусство любить – Золотой фонд мировой классики.
2. Диспенза Д. Сверхъестественный разум. Эксмо, 2022 г.
3. Джо Диспенза. Развивай свой мозг. Как перенастроить разум и реализовать собственный потенциал, перевод Шепелев Д. - ООО «Издательство «Эксмо», 2019
4. Диспенза Д. Сила подсознания. Бомбора, 2021 г.
5. Джим Лоулесс. Иди туда, где страшно. Именно там ты обретешь силу, Перевод ЗАО «Компания ЭГО Транслейтинг» - ООО «Издательство „Эксмо“», 2018
6. Карнеги Д. Как перестать беспокоиться и начать жить. Москва.: Прогресс, 1990 г.

7.3. Рабочая программа
Модуля 3. Практическая психология для экспертов личностного развития

Цель обучения – получение теоретических знаний и овладение практическими умениями и навыками, обеспечивающими формирование и совершенствование у слушателей профессиональных компетенций, необходимых для работы психологом в социальной сфере развития личности и личностного роста.

Задачи программы:

1. Получение слушателями актуальных знаний по психологии личности и личностного роста.
2. Овладение знаниями, умениями и навыками психологической диагностики, обработки полученной информации и психологического консультирования для ведения профессиональной деятельности.
3. Формирование навыков по оказанию психологической помощи населению и составлению индивидуальных программ предоставления психологических услуг.

Планируемые результаты изучения модуля

В результате освоения программы обучающиеся:

будут знать:

- основы психологии личности и личностного роста;
- основы психологического консультирования граждан по разным вопросам и сферам жизни;
- основы диагностирования проблем личности;
- метод включенного наблюдения;
- способы и методы психологической помощи и социально-психологического сопровождения граждан и социальных групп.

будут уметь:

- работать с основами психологии личности и личностного роста;
- проводить психологическое консультирование граждан по разным вопросам и сферам жизни;
- работать с основами диагностирования проблем личности;
- пользоваться методом включенного наблюдения;
- использовать в работе способы и методы психологической помощи и социально-психологического сопровождения граждан и социальных групп.

владеть навыками:

- консультирования психологического граждан по разным вопросам и сферам жизни;
- диагностирования проблем личности;
- включенного наблюдения;
- психологической помощи и поддержки граждан и социальных групп.

Учебный план

№ п/п	Наименование компонентов программы	Трудоемкость, ак. ч. [5]				Форма контроля
		Всего	Лекции	Практические занятия / Самостоятельная работа	Контроль	
1.	**Модуль 3. Практическая психология для экспертов личностного развития**	**66,00**	**22,00**	**22,00**	**2,00**	**Отчет**
1.1	Цели и задачи психологической помощи в становлении, формировании и развитии личности. Профессиональные способы и методы.	4,00	2,00	2,00	-	-
1.2	Психологическое консультирование.	4,00	2,00	2,00	-	-
1.3	Психологические тренинги и практические занятия.	4,00	2,00	2,00	-	-
1.4	Наставничество и менторство.	4,00	2,00	2,00	-	-
1.5	Коучинг.	4,00	2,00	2,00	-	-
1.6	Профессиональная конструктивная оценка – обратная связь.	4,00	2,00	2,00	-	-
1.7	Создание развивающей среды для формирования нужных личностных качеств, свойств, умений, навыков и привычек.	4,00	2,00	2,00	-	-
1.8	Психологическое диагностирование проблем личности.	4,00	2,00	2,00	-	-
1.9	Метод включенного наблюдения.	4,00	2,00	2,00	-	-
1.10	Коллоквиум № 3. Подведение итогов модуля. Рассмотрение проблемных вопросов.	4,00	2,00	2,00	-	-
1.11	Коллоквиум № 4. Подведение итогов обучения. Рассмотрение проблемных вопросов.	4,00	2,00	2,00	-	-
1.12	Текущий контроль знаний	2,00	-	-	2,00	Отчет
2.	**Итого**	**46,00**	**22,00**	**22,00**	**2,00**	

Содержание

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

Вид Занятий	Кол-во часов	Наименование раздела, темы и содержание
Модуль 3. Практическая психология для экспертов личностного развития		
Лекция	2,00	**Цели и задачи психологической помощи в становлении, формировании и развитии личности.** Профессиональные способы и методы.
Практическое занятие	2,00	**Практическое занятие 41**
Лекция	2,00	**Психологическое консультирование.** Цели и задачи. Основные подходы и методы. Этапы работы.
Практическое занятие	2,00	**Практическое занятие 42**
Лекция	2,00	**Психологические тренинги и практические занятия.** Ключевые особенности и виды.
Практическое занятие	2,00	**Практическое занятие 43**
Лекция	2,00	**Наставничество и менторство.** Ключевые особенности и подходы.
Практическое занятие	2,00	**Практическое занятие 44**
Лекция	2,00	**Коучинг.** Ключевые принципы и техники.
Практическое занятие	2,00	**Практическое занятие 45**
Лекция	2,00	**Профессиональная конструктивная оценка – обратная связь.** Виды и модели обратной связи. Распространенные ошибки.
Практическое занятие	2,00	**Практическое занятие 46**
Лекция	2,00	**Создание развивающей среды для формирования нужных личностных качеств, свойств, умений, навыков и привычек.** Ключевые виды организации развивающей среды, практические способы ее создания.
Практическое занятие	2,00	**Практическое занятие 47**
Лекция	2,00	**Психологическое диагностирование проблем личности.** Основные задачи, методы диагностики. Этапы диагностического процесса. Этические принципы.
Практическое занятие	2,00	**Практическое занятие 48**
Лекция	2,00	**Метод включенного наблюдения.** Суть, виды включенного наблюдения. Этапы проведения.
Практическое занятие	2,00	**Практическое занятие 49**
Лекция-практикум	2,00	**Коллоквиум № 3. Подведение итогов модуля.** Рассмотрение проблемных вопросов.
Практическое занятие	2,00	**Практическое занятие 50**
Отчет	2,00	**Текущий контроль знаний**
Лекция-практикум	2,00	**Коллоквиум № 4. Подведение итогов обучения.** Рассмотрение проблемных вопросов.
Практическое занятие	2,00	**Практическое занятие 51**
Всего часов	**46,00**	

Календарный учебный график

№ п/п	Наименование компонентов программы	40 неделя	41 неделя	42 неделя	43 неделя	44 неделя	45 неделя	46 неделя	47 неделя	48 неделя	49 неделя	50 неделя	51 неделя	52 неделя
1.	Модуль 1. Психология личности													
2.	Модуль 2. Психология личностного роста													
3.	Модуль 3. Практическая психология для экспертов личностного развития		2,00	4,00	4,00	4,00	4,00	4,00	4,00	4,00	4,00	5,00	5,00	2,00
4.	Итоговая аттестация (экзамен)													
5.	ВСЕГО		2,00	4,00	4,00	4,00	4,00	4,00	4,00	4,00	4,00	5,00	5,00	2,00

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://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.

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 обучающегося, в том числе сохранение комментариев менторов по этим работам.

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. Кузнецова, О. В. Введение в профессию: психолог: учебник и практикум для вузов / О. В. Кузнецова; под редакцией Л. Ф. Обуховой. — Москва: Издательство Юрайт, 2023 — 440 с.
2. Введение в профессию: психолог: учебник и практикум для вузов / В. Н. Панферов, С. В. Васильева, А. В. Микляева, С. А. Безгодова; под редакцией В. Н. Панферова. — Москва: Издательство Юрайт, 2023 — 291 с.
3. Введение в профессию: психолог: учебник и практикум для вузов / В. М. Голянич [и др.]; под редакцией В. М. Голянич, С. В. Семеновой. — Москва: Издательство Юрайт, 2023 — 365 с.
4. Карандашев, В. Н. Введение в профессию: психолог: учебник и практикум для вузов /В. Н. Карандашев. — 7-е изд., перераб. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2023 — 476 с.
5. Немов, Р. С. Психологическое консультирование: учебник для вузов / Р. С. Немов. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2023 — 440 с.
6. Смолова, Л. В. Психологическое консультирование: учебное пособие для вузов / Л.В. Смолова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2023 — 356 с.
7. Психологическое консультирование: практическое пособие для вузов / Е. П. Кораблина, И. А. Акиндинова, А. А. Баканова, А. М. Родина; под редакцией Е. П. Кораблиной. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2023 — 222 с.
8. Айсина, Р. М. Индивидуальное психологическое консультирование: основы теории и практики: учебное пособие / Р.М. Айсина. — Москва: РИОР : ИНФРА-М, 2023 —148 с.
9. Болотова А. К. Настольная книга практикующего психолога. — М.: Юрайт. 2024. 342 с.
10. Болотова А. К. Прикладная психология. Основы консультативной психологии. — М.: Юрайт. 2024. 342 с.
11. Гулина М. А., Зинченко Ю. П. Консультативная психология: учебника. — М.: Издательство МГУ. 2023. 383 с.
12. Бобченко Т. Г. Психологические тренинги. Основы тренинговой работы. Учебное пособие. — М.: Юрайт. 2020. 132 с.
13. Камалетдинова, З. Ф. Психологическое консультирование: когнитивно-поведенческий подход: учебное пособие для вузов / З. Ф. Камалетдинова, Н. В. Антонова. — 2-е изд. — Москва: Издательство Юрайт, 2023 — 211 с.

14. Мальцева, Т. В. Психологическое консультирование личности в процессе профессионализации: учебное пособие / Т. В. Мальцева, И. Е. Реуцкая, В. Е. Петров. — Москва: РИОР: ИНФРА-М, 2023 — 136 с.
15. Шарапов, А. О. Современные технологии психологического консультирования и психотерапии: практическое пособие / А. О. Шарапов, О. В. Матвеев. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2023 — 178 с.
16. Немов Р. С. Психология. В 3 книгах. Книга 3. Психодиагностика. Введение в научное психологическое исследование с элементами математической статистики. — М.: Владос. 2016. 640 с.
17. Духновский, С. В. Психодиагностика: учебник и практикум для вузов / С. В. Духновский. — Москва: Издательство Юрайт, 2023 — 353 с.
18. Психодиагностика. Теория и практика: учебник для вузов / М. К. Акимова [и др.]. — 4-е изд., перераб. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2023 — 609 с.
19. Рамендик, Д. М. Практикум по психодиагностике: учебное пособие для вузов / Д. М. Рамендик, М. Г. Рамендик. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2023 — 139 с.
20. Столяренко Л. Д., Самыгин С. И., Исмаилова С. Ф. Этика и психология профессиональной деятельности. Учебник. — М.: Феникс. 2023. 318 с.

7. ПРАКТИЧЕСКИЕ ЗАНЯТИЯ

Модуль 1. Психология личности.

Практическое занятие 1.
Понятие личности человека. Основные элементы.

Упражнение 1:

Сфокусируйте свое внимание на себе, своем дыхании. Успокойтесь. Замедлитесь. Расслабьтесь. Медленно переведите внимание на свои чувства и ощущения. Зафиксируйте себя в настоящем моменте и понаблюдайте за происходящим внутри.

Золотая схема для выполнения упражнений:

5 рабочих дней/2 выходных

Выполнять упражнения 2-3 раза в день по 2-3 минуты 5 дней подряд.

Практическое занятие 2.
Самосознание личности.

Упражнение 2:

Сфокусируйте свое внимание на себе, своем дыхании. Успокойтесь. Замедлитесь. Расслабьтесь. Зафиксируйте себя в настоящем моменте. Медленно переведите внимание на свои внутренние чувства и ощущения. Выберете одно чувство/ощущение. Проживите его в полноте в течении 30-60 секунд безоценочно.

Практическое занятие 3.
Психологическая структура личности.

Упражнение 3:

Сфокусируйте свое внимание на себе, своем дыхании. Успокойтесь. Замедлитесь. Расслабьтесь. Медленно переведите внимание на свои чувства и ощущения, рождаемые внутри в настоящем моменте. Побудьте «в чувствовании» около одной минуты. Выберете одно чувство/ощущение. Проживите его в полноте. Постарайтесь усилить, а затем уменьшить степень его выраженности (как уменьшаем яркость или звук на телефоне).

Практическое занятие 4.
Структурные компоненты личности.

Упражнение 4:

Сфокусируйте свое внимание на себе, своем дыхании. Успокойтесь. Замедлитесь. Расслабьтесь. Медленно переведите внимание на свои чувства и ощущения, рождаемые внутри в настоящем моменте. Побудьте «в чувствовании» около одной минуты. Далее мягко и аккуратно «прогрузите тело» от макушки до стоп в течении 2-3 минут. Насладитесь результатом.

Практическое занятие 5.
Психические личностные состояния.

Упражнение 5:

Сфокусируйте свое внимание на себе, своем дыхании. Успокойтесь. Замедлитесь. Расслабьтесь. Медленно переведите внимание на свои чувства и ощущения, рождаемые внутри в настоящем моменте. Побудьте «в чувствовании» около одной минуты. Далее обратите внимание на свои мысли. Безоценочно понаблюдайте за ними около 2 минут.

Практическое занятие 6.
Становление личности человека.

Упражнение 6:

Сфокусируйте свое внимание на себе, своем дыхании. Успокойтесь. Замедлитесь. Расслабьтесь. Переведите внимание на свои чувства и ощущения. Побудьте «в чувствовании» около одной минуты. Далее обратите внимание на свои мысли. Безоценочно понаблюдайте за ними около одной минуты. Теперь медленно осознайте того, кто наблюдает за ходом мыслей и рождением чувств. Побудьте в этом.

Практическое занятие 7.
Формирование личности.

Упражнение 7:

Сфокусируйте свое внимание на себе, своем дыхании. Успокойтесь. Замедлитесь. Расслабьтесь. Переведите внимание на свои чувства и ощущения. Побудьте «в чувствовании» около одной минуты. Осознанно «прогрузите тело» от макушки до стоп. Соедините воедино чувствование внутренних состояний и телесных ощущений. Насладитесь процессом, осознав себя в полноте.

Практическое занятие 8.
Самоидентификация личности. Сепарация от родителей.

Упражнение 8:

Умение осознавать себя «здесь и сейчас» через осмысление 5 простых вопросов:

- Кто я?
- Какой я?
- Где я?
- С кем я?
- Зачем? Для чего?

Практическое занятие 9.
Направленность личности.

Упражнение 9:

Восстановление связи с собой (вертикальная ось):

шаг 1. Выстраиваем вертикаль, следуя вниманием сначала сверху вниз, затем снизу вверх, установив четкую стержневую основу.

Практическое занятие 10.
Развитие личности.

Упражнение 10:

Восстановление связи с собой (горизонтальная ось):

шаг 2: расправляем себя по горизонтали, двигаясь по спирали по солнечному ходу до полной своей размерности.

Практическое занятие 11.
Реализация личностного потенциала.

Упражнение 11:

Восстановление связи с собой (диагональ):

шаг 3: заземляем себя в настоящем моменте в конкретном пространственном месте.

Практическое занятие 12.
Межличностные отношения.

Упражнение 12:

Закрепить навык осознавать себя в полной мере в любой момент времени и месте. Продолжите укреплять связь с собой.

Коллоквиум №1.

Самостоятельная работа, изучение дополнительного материала, выполнение практических заданий и наработка навыков. Подготовка отчета по Модулю 1.

Модуль 2. Психология личностного роста.

Практическое занятие 13.
Понятие личностного роста. Основные аспекты.

Упражнение 13:

Осознайте себя в полной мере «здесь и сейчас». Переведите внимание на свое состояние. Осмыслите его.

Практическое занятие 14.
Принятие себя. Признание своей природы. Вера в свои возможности.

Упражнение 14:

Осознав себя в полной мере, прогрузите чувствование своей природы. Побудьте в этом около 2 минут.

Практическое занятие 15.
Понимание себя. Осознание и контроль своих мыслей, эмоций, чувств и состояний. Анализ текущего положения, актуализация желаний, верное планирование действий.

Упражнение 15:

Осознав себя в полной мере, прогрузите чувствование своей природы. Переведите внимание на свое состояние, побудьте в нем. Чувственно определите его значение («-», «+», «нейтральное»).

Практическое занятие 16.
Целостность. Нераздельность внутреннего и внешнего мира человека. Взаимосвязь всех аспектов человеческой жизни.

Упражнение 16:

Осознайте себя в полной своей сути и природе. Переведя внимание на свое состояние, осмыслите его. Соберите себя по формуле:

Я = СУТЬ + ПРИРОДА + СОСТОЯНИЕ

Закрепитесь в этом.

Практическое занятие 17.
Развитие осознанности. Самоидентичность. Статус и роль в обществе.

Упражнение 17:

Собрав себя всецело (суть + природа + состояние), понаблюдайте поочередно за:

- эмоциями, чувствами, ощущениями;
- мыслями, потоком мыслей;
- речью (внутренней/внешней);
- действиями.

Насладитесь процессом.

Практическое занятие 18.
Способность жить настоящим. Верная жизненная связь настоящего с прошлым и будущим.

Упражнение 18:

Собрав себя всецело «здесь и сейчас», осмыслите:

- Кто я?
- Какой я?
- Где я?
- С кем я?
- Зачем? Для чего?

Закрепите навык осознанного восприятия себя в настоящем.

Практическое занятие 19.
Гармоничная личность. Восприятие своих сильных и слабых сторон. Укрепление достоинств, проработка недостатков.

Упражнение 19:

Осознав себя в настоящем моменте, проведите самоанализ по следующим вопросам:

- Что есть у меня?
- Что есть во мне?
- Чем особенным наделен?
- Чем обладаю?
- Что умею?
- Использую ли я это в своей жизнь?
- Если использую, то как?

Ответы запишите в дневник.

Практическое занятие 20.
Динамичность. Способность к внутренним и внешним изменениям, адаптивность, проявленная активность.

Упражнение 20:

Осознав себя целостно в настоящем моменте, почувствуйте свою энергию. Определите ее объем по 10-ти бальной шкале. Закрепите навык чувствовать и замерять свой энергетический потенциал.

Практическое занятие 21.
Ответственность. Способность и готовность человека осознавать свой выбор, умение принимать согласно ему верные решения, осуществлять разумные действия и отвечать за их последствия.

Упражнение 21:

Осознав себя целостно в настоящем моменте, почувствуйте свою энергию, измерьте ее объем. Определите срок ее полезного использования. Закрепите умение чувствовать, замерять и определять срок службы своего энергетического потенциала.

Практическое занятие 22.
Способность преодолевать проблемы. Работа со сложностями в жизни.

Упражнение 22:

Осознав себя целостно в настоящем моменте, почувствуйте свою энергию, измерьте объем и срок ее службы. Определите назначение своей энергии (ее потенциальный смысл).

Практическое занятие 23.
Низкая самооценка. Привычка сравнивать себя с другими не в свою пользу.

Упражнение 23:

Осознав себя целостно в настоящем моменте, ответьте на вопросы:

- Что я хочу сейчас? Зачем?
- Что хочу иметь в будущем? Для чего?
- Кем являюсь сейчас?
- Кем хочу стать? Ради чего?

Ответы запишите в дневнике.

Практическое занятие 24.
Человеческие страхи. Страх непринятия, осуждения, страх неудачи, страх перед действием. Тревожные чувства, опасения, состояния беспокойства, паника. Боязнь изменений.

Упражнение 24:

Осознав себя целостно в настоящем моменте, ответьте на вопросы:

- Что я хочу сейчас? Зачем?
- Насколько я этого хочу?
- Верю ли я в исполнение этого? Насколько верю?

Проживите все происходящее максимально чувственно.

Практическое занятие 25.
Зона личного комфорта. Преодоление привычных сдерживающих развитие рамок.

Упражнение 25:

Осознав себя целостно, определите наличие желания в настоящем моменте. Проанализируйте, связан ли ваш энергетический потенциал с желанием. При необходимости соедините желание с вашей энергией. Осознанно понаблюдайте за процессом. Сделайте выводы.

Практическое занятие 26.
Стереотипы мышления, блокирующие становление, формирование и рост личности. Негативные установки. Ограничивающие программы.

Упражнение 26:

Осознав себя целостно, определите наличие желания в настоящем моменте. Соедините желание с вашей энергией. Созерцая наполненное энергией желание, вдохновитесь им. Проживите происходящее в полной мере.

Практическое занятие 27.
Способность уничижать себя. Роль жертвы. Беспричинное чувство вины и обвинений.

Упражнение 27:

Осознав себя целостно, определите наличие желания в настоящем моменте. Соедините желание с вашей энергией. Вдохновитесь им. Задайте себе вопрос, что я могу уже сейчас сделать, чтобы оно осуществилось? Осуществите действие по необходимости.

Практическое занятие 28.
Токсичность окружения. Способы преодоления.

Упражнение 28:

Осознав себя целостно, определите наличие желания в настоящем моменте. Соедините желание с вашей энергией. Вдохновитесь им. Задайте себе вопрос, если что-то, что мешает осуществлению моего желания? Если есть – нивелируйте это.

Практическое занятие 29.
Социализация. Стремление к конструктивным социальным взаимоотношениям.

Практическое занятие 30.
Принятие других. Способность принимать людей такими, какие они есть. Признание их права быть собой.

Практическое занятие 31.
Понимание других людей. Эмпатия. Способность к глубокому и тонкому пониманию других. Готовность строить отношения на основе истинного взаимопонимания.

Практическое занятие 32.
Умение разумно разрешать межличностные противоречия и конфликты.

Практическое занятие 33.
Обучение и развитие жизненно важным навыкам и умениям. Работа с привычками.

Практическое занятие 34.
Рефлексия. Практика фиксации настоящего момента, анализ прогресса, замечание малых и больших достижений, правильная работы с ошибками, необходимая корректировка при изменениях.

Практическое занятие 35.
Человеческий интеллект. Связанность эмоционально-чувственного и умственного аспектов.

Практическое занятие 36.
Творческое и креативное мышление. Умение находить ответы на важные и актуальные жизненные вопросы.

Практическое занятие 37.
Постановка значимых целей по методу GENIUS.

Практическое занятие 38.
Формирование плана действий по выбранной цели.

Коллоквиум №2.
Самостоятельная работа, изучение дополнительного материала, выполнение практических заданий и наработка навыков. Подготовка отчета по Модулю 2.

Модуль 3. Практическая психология для экспертов личностного развития.

Практическое занятие 39.
Цели и задачи психологической помощи в становлении, формировании и развитии личности. Профессиональные способы и методы.

Упражнение 39:
Изучить основы психологической помощи в области личностного развития.

Практическое занятие 40.
Психологическое консультирование.

Упражнение 40:
Изучить основы психологического диагностирования личности.

Практическое занятие 41.
Психологические тренинги и практические занятия.

Упражнение 41:
Сформировать практическое занятие по теме психологического здоровья личности.

Практическое занятие 42.
Наставничество и менторство.

Упражнение 42:
Изучить современные виды наставничества. Определить актуальные темы в наставничестве.

Практическое занятие 43.
Коучинг.

Упражнение 43:
Изучить отличительные особенности коучинга.

Практическое занятие 44.
Профессиональная конструктивная оценка – обратная связь.

Упражнение 44:
Изучить ключевые принципы профессиональной конструктивной обратной связи.

Практическое занятие 45.
Создание развивающей среды для формирования нужных личностных качеств, свойств, умений, навыков и привычек.

Упражнение 45:
Создать мини-тренинг по формированию умения принимать ответственное решение в жизненных ситуациях.

Практическое занятие 46.
Психологическое диагностирование проблем личности.

Упражнение 46:
Доработать предыдущее упражнение.

Практическое занятие 47.
Метод включенного наблюдения.
Упражнение 47:

Изучить метод включенного наблюдения.

Коллоквиум №3.

Самостоятельная работа, изучение дополнительного материала, выполнение практических заданий и наработка навыков. Подготовка отчета по Модулю 3.

Итоговый коллоквиум № 4.

Самостоятельная работа, изучение дополнительного материала, выполнение практических заданий и наработка навыков. Подготовка к итоговой аттестации.

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 удостоверения 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 диплом о профессиональной переподготовке 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. Раскрыть понятие личности человека. Основные элементы личности.
2. Что такое самосознание личности. Осознание своего «Я», своих потребностей, мыслей, чувств, качеств и своего взаимодействия с окружающим миром.
3. Понятие психологической структуры личности. Психические процессы, свойства, образования, состояния.
4. Виды структурных компонентов личности. Направленность личности, социальные роли, позиции, установки, опыт, особенности личности, темперамент, характер, способности.
5. Типы, особенности формирования и управления психическими личностными состояниями.
6. Условия становление личности человека.
7. Основные факторы и этапы формирования личности.
8. Что такое самоидентификация личности. Как и кода проходит сепарация от родителей.
9. Структура, виды, характеристики направленности личности. Интересы, потребности, желания, ценности, убеждения, стремления, мировоззрение.
10. Факторы развития личности. Направления развития личности.
11. Ключевые элементы и принципы реализации личностного потенциала. Признаки успешной реализации личностного потенциала. Способы развития.
12. Основные понятия и аспекты межличностных отношений.
13. Понятие личностного роста. Основные аспекты.
14. Что такое принятие себя, признание своей природы. Как развивается вера в свои возможности.
15. Понимание себя. Осознание и контроль своих мыслей, эмоций, чувств и состояний.
16. Способы и примеры проведения анализа текущего положения, актуализации желаний, верного планирования действий.
17. Понятие осознанности. Развитие осознанности.
18. Понятие самоидентичности. Понятие статуса и роли в обществе.
19. Понятие целостности человека.
20. Понятие гармоничной личности.
21. Способы проработки недостатков, укрепления достоинств.
22. Что значит способность жить настоящим.
23. Понятие динамичности. Способность к внутренним и внешним изменениям, адаптивность, проявленная активность.
24. Понятие ответственности.
25. Понятие способности преодолевать проблемы.
26. Способы работы со сложностями в жизни.
27. Признаки низкой самооценки.
28. Виды человеческих страхов и других негативных чувств и состояний. Способы преодоления.
29. Понятие зоны личного комфорта. Способы преодоления привычных сдерживающих развитие рамок.
30. Понятие стереотипов, установок, ограничивающих программ. Способы преодоления.
31. Способы преодоления уничижения себя, выхода из роли жертвы и преодоление чувства вины и обвинений.
32. Способы преодоления токсичности окружения.
33. Понятие социализации. Способы выстраивания конструктивных социальных взаимоотношений.
34. Навык принятия других людей и признания их права быть собой.
35. Понятие понимания и эмпатии. Развитие способности к глубокому и тонкому пониманию других.
36. Развитие умения разумно разрешать межличностные противоречия и конфликты.
37. Развитие жизненно важных навыков и умений. Способы работы с привычками.
38. Понятие рефлексии. Практика фиксации настоящего момента, анализ прогресса, замечание малых и больших достижений, правильная работа с ошибками, необходимая корректировка при изменениях.
39. Понятие человеческого интеллекта. Особенности связанности эмоционально-чувственного и умственного аспектов.

40. Понятие творческого и креативного мышления. Умение находить ответы на важные и актуальные жизненные вопросы.
41. Метод GENIUS. Особенности постановки значимых целей.
42. Особенности формирования плана действий по выбранной цели.
43. Профессиональные способы и методы психологической помощи в становлении, формировании и развитии личности.
44. Цели и задачи Психологического консультирования. Основные подходы и методы. Этапы работы.
45. Ключевые особенности и виды психологических тренингов и практических занятий.
46. Ключевые особенности и подходы наставничества и менторства.
47. Понятие коучинга. Ключевые принципы и техники.
48. Виды и модели профессиональной конструктивной оценки – обратной связи. Распространенные ошибки.
49. Ключевые виды организации развивающей среды для формирования нужных личностных качеств, свойств, умений, навыков и привычек. Практические способы ее создания.
50. Основные задачи, методы психологического диагностирования проблем личности. Этапы диагностического процесса. Этические принципы.
51. Понятие метода включенного наблюдения. Суть, виды включенного наблюдения. Этапы проведения.

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 вхождения 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 – экзамен посредством устного опроса.

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

Лица, освоившие дополнительную профессиональную программу профессиональной переподготовки и успешно прошедшие итоговую аттестацию, получают документ установленного образца – диплом о профессиональной переподготовке.

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 Getcourse.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 обучающегося, в том числе сохранение комментариев менторов по этим работам.

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. Немов Р. С. Психология. Немов Р.С. Психология: Учеб. для студ. высш. пед. учеб. заведений: В 3 кн. – 4-е изд. – М.: гуманит. Изд. Центр ВЛАДОС, 2003. КН=н. 1: Общие основы психологии. – 688 с.
2. Немов Р. С. Общая психология. Введение в психологию. — М.: Юрайт. 2024. 728 с.
3. Иванников, В. А. Введение в психологию: учебник для вузов / В. А. Иванников. — Москва: Издательство Юрайт, 2023 — 234 с.
4. Немов Р. С. Общая психология. Психология личности. — М.: Юрайт. 2024. 941 с.
5. Столяренко Л.Д. Основы психологии. Издание третье, переработанное и дополненное. Серия «Учебники, учебные пособия». Ростов-на-Дону: «Феникс», 2000. - 672 с.
6. Маклаков А.Г. Общая психология: Учебник для вузов. – СПб.: Питер, 2016. – 583 с.: ил. – (Серия «Учебник для вузов»)
7. К. Платонов. Занимательная психология. – Издание 5-е, исправленное. – СПб.: Питер Пресс, 1997. – 288 с., ил. – (Серия «Азбука психологии»).
8. Щербатых Ю.В. Общая психология. Завтра экзамен. – СПБ.: Питер, 2008. – 272 с.: ил. – (Серия «Завтра экзамен).
9. Аверин В.А. Психология личности: Учебное пособие. – СПб.: Изд-во Михайлова В.А., 1999. – 89 с.
10. Коржова Е.Ю. Психология личности. Учебное пособие. Стандарт третьего поколения. — СПб.: Питер. 2020. 544 с. Леонтьева В. Л. Психология. Учебное пособие для СПО. — М.: Юрайт. 2019. 152 с.
11. Гуревич, П. С. Психология личности: учебник / П.С. Гуревич. — 2-е изд. — Москва: ИНФРА-М, 2023 — 479 с.
12. Самыгин С. И. Психология личности: учебник. / Самыгин С. И., Столяренко Л. Д. Курносенко А. А.— Москва : Феникс, 2025. – 575 с.

13. Куликов Л. Психология личности в трудах отечественных психологов - Питер; СПб.; 2009.
14. Елисеев, О. П. Практикум по психологии личности: учебник для вузов / О. П. Елисеев. — 4-е изд., перераб. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2023 — 390 с.
15. Шнейдер Л. Б. Психология идентичности. Учебник и практикум для бакалавриата и магистратуры. — М.: Юрайт. 2019. 328 с.
16. Немов Р. С. Общая психология. Познавательные процессы и психические состояния. — М.: Юрайт. 2024. 1272 с.
17. Немов Р. С. Общая психология. Учебник и практикум для СПО. В 3-х томах. Том 2. В 4-х книгах. Книга 4. Речь. Психические состояния. — М.: Юрайт. 2019. 244 с.
18. Диянова З. В., Щеголева Т. М. Общая психология. Познавательные процессы. — М.: Юрайт. 2024. 132 с.
19. Гонина О. О. Психология. Учебное пособие. — М.: КноРус. 2019. 320 с.
20. Психология. Учебник и практикум для СПО / под общ. ред. А. С. Обухова. — М.: Юрайт. 2019. 404 с.
21. Самыгин С. И., Кротов Д. В., Столяренко Л. Д. Психология. Учебное пособие. — М.: Феникс. 2020. 280 с.
22. Общая и социальная психология / под ред. Б. А. Сосновского. — М.: Юрайт. 2024. 482 с.
23. Обухова Л. Ф. Возрастная психология. — М.: Юрайт. 2024. 412 с.
24. Самыгин С. И. Психология развития и возрастная психология. Учебное пособие. — М.: Феникс. 2024. 320 с.
25. Солдатова Е. Л., Лаврова Г. Н. Психология развития и возрастная психология. Онтогенез и дизонтогенез. — М.: Юрайт. 2024. 362 с.
26. Возрастная и педагогическая психология / под ред. Б. А. Сосновского. — М.: Юрайт. 2024. 360 с.
27. Крысько В. Г. Социальная психология. — М.: Юрайт. 2024. 554 с.
28. Социальная психология развития / под ред. Н. Н. Толстых. — М.: Юрайт. 2024. 544 с.
29. Социальная психология: современная теория и практика. — М.: Юрайт. 2024. 226 с.
30. Либин А. В. Дифференциальная психология. Учебник. — М.: Юрайт. 2020. 442 с.
31. Дереча В. А. Психология зависимостей. Учебное пособие для вузов. — М.: Юрайт. 2019. 160 с.
32. Дружинин В. Н. Экспериментальная психология. Учебное пособие для бакалавриата, специалитета и магистратуры. — М.: Юрайт. 2019. 386 с.
33. Высоков И. Е. Математические методы в психологии. Учебник и практикум. — М.: Юрайт. 2019. 432 с.
34. Ермолаев-Томин О. Ю. Математические методы в психологии. Учебник для академического бакалавриата. В 2-х частях. Часть 1. — М.: Юрайт. 2019. 280 с.
35. Константинов В. В. Методологические основы психологии. Учебное пособие для академического бакалавриата. — М.: Юрайт. 2019. 200 с.
36. Немов Р. С. Общая психология. Учебник и практикум для СПО. В 3-х томах. Том 2. В 4-х книгах. Книга 2. Внимание и память. — М.: Юрайт. 2019. 262 с.
37. Рамендик, Д. М. Тренинг личностного роста: учебник и практикум для вузов / Д. М. Рамендик. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2023 — 136 с.
38. Духовно-нравственные проблемы современной личности / Отв. ред. М. И. Воловикова, А. Л. Журавлев, А. В. Юревич. – М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2018. – 477 с.
39. Кузнецова, О. В. Введение в профессию: психолог: учебник и практикум для вузов / О. В. Кузнецова; под редакцией Л. Ф. Обуховой. — Москва: Издательство Юрайт, 2023 — 440 с.
40. Введение в профессию: психолог: учебник и практикум для вузов / В. Н. Панферов, С. В. Васильева, А. В. Микляева, С. А. Безгодова; под редакцией В. Н. Панферова. — Москва: Издательство Юрайт, 2023 — 291 с.
41. Введение в профессию: психолог: учебник и практикум для вузов / В. М. Голянич [и др.]; под редакцией В. М. Голянич, С. В. Семеновой. — Москва: Издательство Юрайт, 2023 — 365 с.
42. Карандашев, В. Н. Введение в профессию: психолог: учебник и практикум для вузов /В. Н. Карандашев. — 7-е изд., перераб. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2023 — 476 с.
43. Немов, Р. С. Психологическое консультирование: учебник для вузов / Р. С. Немов. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2023 — 440 с.
44. Смолова, Л. В. Психологическое консультирование: учебное пособие для вузов / Л.В. Смолова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2023 — 356 с.
45. Психологическое консультирование: практическое пособие для вузов / Е. П. Кораблина, И. А. Акиндинова, А. А. Баканова, А. М. Родина; под редакцией Е. П. Кораблиной. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2023 — 222 с.
46. Айсина, Р. М. Индивидуальное психологическое консультирование: основы теории и практики: учебное пособие / Р.М. Айсина. — Москва: РИОР : ИНФРА-М, 2023 —148 с.
47. Болотова А. К. Настольная книга практикующего психолога. — М.: Юрайт. 2024. 342 с.
48. Болотова А. К. Прикладная психология. Основы консультативной психологии. — М.: Юрайт. 2024. 342 с.

49. Гулина М. А., Зинченко Ю. П. Консультативная психология: учебника. — М.: Издательство МГУ. 2023. 383 с.
50. Бобченко Т. Г. Психологические тренинги. Основы тренинговой работы. Учебное пособие. — М.: Юрайт. 2020. 132 с.
51. Камалетдинова, З. Ф. Психологическое консультирование: когнитивно-поведенческий подход: учебное пособие для вузов / З. Ф. Камалетдинова, Н. В. Антонова. — 2-е изд. — Москва: Издательство Юрайт, 2023 — 211 с.
52. Мальцева, Т. В. Психологическое консультирование личности в процессе профессионализации: учебное пособие / Т. В. Мальцева, И. Е. Реуцкая, В. Е. Петров. — Москва: РИОР: ИНФРА-М, 2023 — 136 с.
53. Шарапов, А. О. Современные технологии психологического консультирования и психотерапии: практическое пособие / А. О. Шарапов, О. В. Матвеев. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2023 — 178 с.
54. Немов Р. С. Психология. В 3 книгах. Книга 3. Психодиагностика. Введение в научное психологическое исследование с элементами математической статистики. — М.: Владос. 2016. 640 с.
55. Духновский, С. В. Психодиагностика: учебник и практикум для вузов / С. В. Духновский. — Москва: Издательство Юрайт, 2023 — 353 с.
56. Психодиагностика. Теория и практика: учебник для вузов / М. К. Акимова [и др.]. — 4-е изд., перераб. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2023 — 609 с.
57. Рамендик, Д. М. Практикум по психодиагностике: учебное пособие для вузов / Д. М. Рамендик, М. Г. Рамендик. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2023 — 139 с.
58. Столяренко Л. Д., Самыгин С. И., Исмаилова С. Ф. Этика и психология профессиональной деятельности. Учебник. — М.: Феникс. 2023. 318 с.

Дополнительная литература:

1. Эрих Фромм. Искусство любить – Золотой фонд мировой классики.
2. Диспенза Д. Сверхъестественный разум. Эксмо, 2022 г.
3. Джо Диспенза. Развивай свой мозг. Как перенастроить разум и реализовать собственный потенциал, перевод Шепелев Д. - ООО «Издательство «Эксмо», 2019
4. Диспенза Д. Сила подсознания. Бомбора, 2021 г.
5. Джим Лоулесс. Иди туда, где страшно. Именно там ты обретешь силу, Перевод ЗАО «Компания ЭГО Транслейтинг» - ООО «Издательство „Эксмо“», 2018
6. Карнеги Д. Как перестать беспокоиться и начать жить. Москва.: Прогресс, 1990 г.