

«Тамбовский государственный университет имени Г.Р. Державина»

УТВЕРЖДАЮ

ФГБОУ ВО «Тамбовский государственный университет имени Г.Р. Державина»

Я.Ю. Радюкова

2023 г.

**«ПРАКТИЧЕСКАЯ ПСИХОЛОГИЯ ЛИЧНОСТИ»**

**Объем:** 256 часов / 7 зачетных единиц

**Тамбов 2023**

Составитель:

Маркова Ольга Николаевна, кандидат психологических наук, доцент кафедры общей и клинической психологии ФГБОУ ВО «Тамбовский государственный университет имени Г.Р. Державина»

Эксперт:

Юрьева Татьяна Владиславовна, кандидат психологических наук, доцент, заведующий кафедрой общей и клинической психологии ФГБОУ ВО «Тамбовский государственный университет имени Г.Р. Державина»

Гущина Татьяна Ивановна, к.п.н., доцент, директор педагогического института ФГБОУ ВО «Тамбовский государственный университет имени Г.Р. Державина».

Дополнительная профессиональная программа рассмотрена и одобрена на заседании кафедры общей и клинической психологии Педагогического института ФГБОУ ВО «Тамбовский государственный университет имени Г.Р.Державина». Протокол №5 от «30 » ноября 2023 года.

## **I. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРОГРАММЫ**

### **1.1. Нормативные правовые основания разработки программы**

Нормативную правовую основу разработки программы составляют:

- 1) Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- 2) постановление Правительства Российской Федерации от 22 января 2013 г. №23 «О Правилах разработки, утверждения и применения профессиональных стандартов»;
- 3) приказ Минтруда России от 12 апреля 2013 г. № 148н «Об утверждении уровней квалификаций в целях разработки проектов профессиональных стандартов»;
- 4) приказ Минобрнауки России от 1 июля 2013 г. № 499 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным профессиональным программам»;
- 5) приказ Минобрнауки России от 15 ноября 2013 г. № 1244 «О внесении изменений в Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным профессиональным программам, утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 1 июля 2013 г. № 499»;
- 6) приказ Минобрнауки РФ от 23.08.2017 № 816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;
- 7) методические рекомендации-разъяснения по разработке дополнительных профессиональных программ на основе профессиональных стандартов;
- 8) методические рекомендации по реализации дополнительных профессиональных программ с использованием дистанционных образовательных технологий, электронного обучения и в сетевой форме;
- 9) методические рекомендации по организации итоговой аттестации при реализации дополнительных профессиональных программ.

Программа разработана с учетом профессионального стандарта 03.008 «Психолог в социальной сфере», утвержденного приказом Министерства труда и социальной защиты РФ от 18.11.2013. № 628н) (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 25 декабря 2013 г., регистрационный № 30840) и профессионального стандарта 03.018 «Психолог-консультант», утвержденного приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 14 сентября 2022 № 537н).

**1.2. Требования к слушателям:** программа реализуется на базе высшего образования (уровень квалификации – бакалавриат, магистратура, специалитет).

**1.3. Формы освоения программы:** очно-заочная, заочная / с применением дистанционных образовательных технологий

### **1.4. Цель и планируемые результаты обучения**

**Цель:** формирование у слушателей профессиональных компетенций, необходимых для психологического консультирования населения, а также эффективного решения психологических задач в социальной сфере.

### **Характеристика профессиональной деятельности выпускника**

Выпускник готовится к выполнению следующего вида деятельности: психологическое консультирование населения и трудовых коллективов.

Присваиваемая квалификация: « Психолог в социальной сфере».

### **Планируемые результаты обучения**

В результате освоения программы слушатели должны **знать:**

- нормативно-правовые документы, регламентирующие профессиональную деятельность в сфере психологического консультирования;

- требования по защите персональных данных при обработке информации;
- структура и содержание договора об оказании консультационной психологической помощи и порядок действий по его заключению;
- основные понятия и положения общей психологии и психологии личности, возрастной психологии и психологии развития;
- основные понятия и положения психодиагностики;
- требования, предъявляемые к условиям и особенностям проведения консультативной беседы;
- психодиагностические методы, предназначенные для диагностики интересов, склонностей, способностей, особенностей личности и профессионально важных качеств;
- методы обработки информации (количественной и качественной), полученной в процессе проведения психологического обследования;

**уметь:**

- выявлять основные факторы, влияющие на мотивацию граждан, обратившихся за консультационной психологической помощью, в соответствии с целями психологического консультирования;
- выявлять приоритетные темы психологического консультирования;
- выявлять причины для направления граждан, обратившихся за консультационной психологической помощью, к смежным специалистам;
- выявлять у гражданина признаки трудной жизненной ситуации, угрозы жизни и здоровью;
- использовать методы наблюдения, собеседования, письменного опроса, анкетирования, изучения документов, дискуссии по проблематике для экспресс-анализа ситуации и определения направлений работы психолога-консультанта;
- подбирать и применять комплекс диагностических методик для проведения психологического обследования граждан и трудовых коллективов в соответствии с содержанием их психологических проблем и целями психологического консультирования;
- использовать в работе психологические тесты и опросники для диагностики профессионально важных качеств граждан;
- анализировать результаты психологического обследования;
- применять методы анализа деятельности профессионала на личностно-мотивационном, компетентно-целевом, информационном, структурно-функциональном и индивидуально-психологическом уровнях;
- применять методы обработки информации, полученной в ходе подготовки к психологическому обследованию;
- применять в работе необходимые компьютерные программы, информационно-коммуникационные технологии, системы онлайн-консультирования;

**проявлять навыки:**

- выявление первичных запросов граждан и трудовых коллективов, обратившихся за консультационной психологической помощью, и ранжирование тем консультирования;
- формирование мотивации к прохождению курса психологического консультирования у граждан, обратившихся за консультационной психологической помощью;
- определение целей психологического консультирования;
- подготовка и заключение договора об оказании консультационной психологической помощи;
- подбор диагностических инструментов для проведения психологического обследования;
- проведение психологической диагностики граждан, обработка полученной информации и подбор форм, методов консультирования и способа организации консультаций;
- составление заключения по результатам психологического обследования;
- подготовка рекомендаций по направлению граждан, обратившихся за консультационной психологической помощью, к смежным специалистам (по необходимости);
- выявление необходимости рекомендовать гражданину обратиться на консультацию к врачу-психиатру.

## 1.5. Трудоемкость программы: 256 часов.

## II. УЧЕБНЫЙ ПЛАН

| №<br>п/п                   | Наименование<br>учебных курсов,<br>дисциплин (модулей),<br>практик | Формы<br>промеж<br>уточной<br>аттес-<br>тации | Обязательные<br>учебные занятия |                                                                          | Самостоятельная<br>работа<br>обучающегося |                                                                                                        | Практика (стажировка)<br>(час.) | Всего<br>(час.) |
|----------------------------|--------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------|---------------------------------|--------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------|-----------------|
|                            |                                                                    |                                               | Всего<br>(час.)                 | в т. ч.<br>лаборатор-<br>ные и<br>практичес-<br>кие<br>занятия<br>(час.) | Всего<br>(час.)                           | в т. ч.<br>консультаций<br>при<br>выполнении<br>самостоятель-<br>ной работы<br>(при наличии)<br>(час.) |                                 |                 |
| 1                          | 2                                                                  | 3                                             | 4                               | 5                                                                        | 6                                         | 7                                                                                                      | 8                               | 9               |
| 1.                         | <b>Раздел 1. Введение в практическую психологию</b>                | <b>Зачет</b>                                  | <b>14</b>                       |                                                                          | <b>16</b>                                 |                                                                                                        |                                 | <b>30</b>       |
| 2.                         | Психология как наука и практика                                    |                                               | 6                               |                                                                          | 6                                         |                                                                                                        |                                 | 12              |
| 3.                         | Основные методы в психологии                                       |                                               | 8                               |                                                                          | 10                                        |                                                                                                        |                                 | 18              |
| 4.                         | <b>Раздел 2. Общая психология</b>                                  | <b>Зачет</b>                                  | <b>44</b>                       |                                                                          | <b>40</b>                                 |                                                                                                        |                                 | <b>84</b>       |
| 5.                         | Психология познавательных процессов                                |                                               | 16                              |                                                                          | 16                                        |                                                                                                        |                                 | 32              |
| 6.                         | Эмоционально-волевая сфера                                         |                                               | 14                              |                                                                          | 12                                        |                                                                                                        |                                 | 26              |
| 7.                         | Мотивационная сфера                                                |                                               | 14                              |                                                                          | 12                                        |                                                                                                        |                                 | 26              |
| 8.                         | <b>Раздел 3. Психология личности</b>                               | <b>Зачет</b>                                  | <b>48</b>                       |                                                                          | <b>50</b>                                 |                                                                                                        |                                 | <b>98</b>       |
| 9.                         | Понятие личности в психологии                                      |                                               | 6                               |                                                                          | 10                                        |                                                                                                        |                                 | 16              |
| 10.                        | Темперамент                                                        |                                               | 12                              |                                                                          | 10                                        |                                                                                                        |                                 | 22              |
| 11.                        | Характер                                                           |                                               | 12                              |                                                                          | 10                                        |                                                                                                        |                                 | 22              |
| 12.                        | Способности                                                        |                                               | 10                              |                                                                          | 10                                        |                                                                                                        |                                 | 20              |
| 13.                        | Сознание и самосознание                                            |                                               | 8                               |                                                                          | 10                                        |                                                                                                        |                                 | 18              |
| 14.                        | <b>Раздел 4. Возрастные и социальные аспекты развития личности</b> | <b>Зачет</b>                                  | <b>22</b>                       |                                                                          | <b>20</b>                                 |                                                                                                        |                                 | <b>42</b>       |
| 15.                        | Основные нормативные кризисы развития                              |                                               | 10                              |                                                                          | 10                                        |                                                                                                        |                                 | 20              |
| 16.                        | Стресс как источник ситуативных кризисов развития                  |                                               | 12                              |                                                                          | 10                                        |                                                                                                        |                                 | 22              |
| 17.                        | <b>Итоговая аттестация</b>                                         | <b>Экзамен</b>                                | <b>2</b>                        |                                                                          |                                           |                                                                                                        |                                 | <b>2</b>        |
| <b>Всего по программе:</b> |                                                                    |                                               | <b>130</b>                      | <b>86</b>                                                                | <b>126</b>                                |                                                                                                        |                                 | <b>256</b>      |

### III. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

#### Содержание раздела «Введение в практическую психологию»

| Содержание раздела «Введение в практическую психологию» |                                                                                    |                                                                                                                                             |             |
|---------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|
| Наименование разделов и тем                             | Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся         |                                                                                                                                             | Объем часов |
| 1                                                       | 2                                                                                  |                                                                                                                                             | 3           |
| Тема 1. Психология как наука и практика                 | Содержание учебного материала                                                      |                                                                                                                                             | 6           |
|                                                         | 1                                                                                  | Предмет научной психологии. Структура психологии как научной дисциплины. Цели и задачи психологии как науки. Виды психологической практики. |             |
|                                                         | Информационные (лекционные) занятия                                                |                                                                                                                                             | 2           |
|                                                         | Практические занятия                                                               |                                                                                                                                             | 6           |
|                                                         | Самостоятельная работа: проработка конспектов и подготовка к практическим занятиям |                                                                                                                                             | 6           |
| Тема № 2 Основные методы в психологии и                 | Содержание учебного материала                                                      |                                                                                                                                             | 8           |
|                                                         | 1                                                                                  | Классификация методов, используемых в психологии. Основные и вспомогательные методы. Объективные и субъективные методы.                     |             |
|                                                         | Информационные (лекционные) занятия                                                |                                                                                                                                             | 2           |
|                                                         | Практические занятия                                                               |                                                                                                                                             | 4           |
|                                                         | Самостоятельная работа: проработка конспектов и подготовка к практическим занятиям |                                                                                                                                             | 10          |
| Всего:                                                  |                                                                                    |                                                                                                                                             | 30          |

#### Содержание раздела «Общая психология»

| Наименование разделов и тем                  | Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся         |                                                                                      | Объем часов |
|----------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------|-------------|
| 1                                            | 2                                                                                  |                                                                                      | 3           |
| Тема 3. Психология познавательных процессов. | Содержание учебного материала                                                      |                                                                                      | 16          |
|                                              | 1                                                                                  | Ощущение. Восприятие. Внимание. Память. Мышление. Речь. Воображение.                 |             |
|                                              | Информационные (лекционные) занятия                                                |                                                                                      | 6           |
|                                              | Практические занятия                                                               |                                                                                      | 10          |
|                                              | Самостоятельная работа: проработка конспектов и подготовка к практическим занятиям |                                                                                      | 16          |
| Тема 4. Эмоционально-волевая                 | Содержание учебного материала                                                      |                                                                                      | 14          |
|                                              | 1                                                                                  | Общая характеристика эмоций. Общая характеристика волевых действий. Волевые качества |             |

|                                     |                                                                                           |                                                                                                                                                      |                         |
|-------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------|
| <b>сфера.</b>                       | человека и их развитие.                                                                   |                                                                                                                                                      |                         |
|                                     | <b>Информационные (лекционные) занятия</b>                                                |                                                                                                                                                      | 4                       |
|                                     | <b>Практические занятия</b>                                                               |                                                                                                                                                      | 10                      |
|                                     | <b>Самостоятельная работа:</b> проработка конспектов и подготовка к практическим занятиям |                                                                                                                                                      | 12                      |
| <b>Тема 5. Мотивационная сфера.</b> | <b>Содержание учебного материала</b>                                                      |                                                                                                                                                      | <b>Уровень освоения</b> |
|                                     | 1                                                                                         | Строение мотивационной сферы. Потребности и мотивы. Виды потребностей. Мотивы и потребности. Мотивы и сознание. Мотивы и личность. Развитие мотивов. | 2                       |
|                                     | <b>Информационные (лекционные) занятия</b>                                                |                                                                                                                                                      | 4                       |
|                                     | <b>Практические занятия</b>                                                               |                                                                                                                                                      | 10                      |
|                                     | <b>Самостоятельная работа:</b> проработка конспектов и подготовка к практическим занятиям |                                                                                                                                                      | 12                      |
|                                     | <b>Всего:</b>                                                                             |                                                                                                                                                      | <b>84</b>               |

#### Содержание раздела «Психология личности»

| Наименование разделов и тем                  | Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся                |                                                                                                                                                                                                                                           | Объем часов             |
|----------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------|
| 1                                            | 2                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                           | 3                       |
| <b>Тема 6. Понятие личности в психологии</b> | <b>Содержание учебного материала</b>                                                      |                                                                                                                                                                                                                                           | <b>Уровень освоения</b> |
|                                              | 1                                                                                         | Многозначность понятия «личность» в современной психологии. Биологическое и социальное в структуре личности. Соотношение понятий «индивид и личность», «индивидуальность и личность». Современные представления о развитии личности.      | 1                       |
|                                              | <b>Информационные (лекционные) занятия</b>                                                |                                                                                                                                                                                                                                           | 2                       |
|                                              | <b>Практические занятия</b>                                                               |                                                                                                                                                                                                                                           | 4                       |
|                                              | <b>Самостоятельная работа:</b> проработка конспектов и подготовка к практическим занятиям |                                                                                                                                                                                                                                           | 10                      |
| <b>Тема 7. Темперамент.</b>                  | <b>Содержание учебного материала</b>                                                      |                                                                                                                                                                                                                                           | <b>Уровень освоения</b> |
|                                              | 1                                                                                         | Темперамент как базовое свойство личности. Краткий обзор учений о темпераменте. Исследование темперамента в трудах И.П. Павлова. Характеристика основных типов темперамента. Связь темперамента и характера, темперамента и способностей. | 2                       |
|                                              | <b>Информационные (лекционные) занятия</b>                                                |                                                                                                                                                                                                                                           | 4                       |
|                                              | <b>Практические занятия</b>                                                               |                                                                                                                                                                                                                                           | 8                       |
|                                              | <b>Самостоятельная работа:</b> проработка конспектов и подготовка к практическим занятиям |                                                                                                                                                                                                                                           | 10                      |

|                                              |                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                         |           |
|----------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------|-----------|
| <b>Тема 8.<br/>Характер.</b>                 | <b>Содержание учебного материала</b>                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                   | <b>Уровень освоения</b> | <b>12</b> |
|                                              | 1                                                                                         | Понятие о чертах характера, классификация черт. Виды типологий характера. Психологические типы, выделенные К.Г. Юнгом. Типология характеров К. Леонгарда и А.Е. Личко. Социальная типология характеров Э. Фромма. Формирование характера.                                         | 2                       |           |
|                                              | <b>Информационные (лекционные) занятия</b>                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                         | <b>4</b>  |
|                                              | <b>Практические занятия</b>                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                         | <b>8</b>  |
|                                              | <b>Самостоятельная работа:</b> проработка конспектов и подготовка к практическим занятиям |                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                         | <b>10</b> |
| <b>Тема 9.<br/>Способности.</b>              | <b>Содержание учебного материала</b>                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                   | <b>Уровень освоения</b> | <b>10</b> |
|                                              | 1                                                                                         | Общая характеристика способностей человека (понятие, классификация). Уровни развития способностей и индивидуальные различия. Основные этапы развития способностей. Проблема профориентации. Классификация профессиональной пригодности и классификация профессий по Е.А. Климову. | 2                       |           |
|                                              | <b>Информационные (лекционные) занятия</b>                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                         | <b>4</b>  |
|                                              | <b>Практические занятия</b>                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                         | <b>6</b>  |
|                                              | <b>Самостоятельная работа:</b> проработка конспектов и подготовка к практическим занятиям |                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                         | <b>10</b> |
| <b>Тема 10.<br/>Сознание и самосознание.</b> | <b>Содержание учебного материала</b>                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                   | <b>Уровень освоения</b> | <b>8</b>  |
|                                              | 1                                                                                         | Функции и свойства сознания. Высшие психические функции человека. Основные психологические характеристики сознания. Структура сознания по В.П. Зинченко. Психологические подходы к проблеме самосознания.                                                                         | 1                       |           |
|                                              | <b>Информационные (лекционные) занятия</b>                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                         | <b>2</b>  |
|                                              | <b>Практические занятия</b>                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                         | <b>6</b>  |
|                                              | <b>Самостоятельная работа:</b> проработка конспектов и подготовка к практическим занятиям |                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                         | <b>10</b> |
|                                              | <b>Всего:</b>                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                         | <b>98</b> |

**Содержание раздела «Возрастные и социальные аспекты развития личности»**

| <b>Наименование разделов и тем</b>       | <b>Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся</b> |                                                                                                   | <b>Объем часов</b>      |
|------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------|
| <b>1</b>                                 | <b>2</b>                                                                          |                                                                                                   | <b>3</b>                |
| <b>Тема 11.<br/>Основные нормативные</b> | <b>Содержание учебного материала</b>                                              |                                                                                                   | <b>Уровень освоения</b> |
|                                          | 1                                                                                 | Гетерохронность развития человека. Биологическая, психологическая, социальная зрелость. Подходы к | 1                       |
|                                          |                                                                                   |                                                                                                   | <b>6</b>                |

|                                                                   |                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                         |
|-------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------|
| <b>кризисы развития</b>                                           | возрастной периодизации развития. Противоречия в структуре личности как движущие силы ее развития. Понятие кризиса развития. |                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                         |
|                                                                   | <b>Информационные (лекционные) занятия</b>                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                           | 2                       |
|                                                                   | <b>Практические занятия</b>                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                           | 6                       |
|                                                                   | <b>Самостоятельная работа:</b> проработка конспектов и подготовка к практическим занятиям                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                           | 6                       |
| <b>Тема 12. Стресс как источник ситуативных кризисов развития</b> | <b>Содержание учебного материала</b>                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                           | <b>Уровень освоения</b> |
|                                                                   | 1                                                                                                                            | Стресс как неспецифическая реакция организма. Основные стадии стресса по Г. Селье. Классификация психического стресса. Регуляция эмоциональных состояний. Функции психологической защиты и классификация видов психологической защиты. Особенности построения интегрированного поведения. | 3                       |
|                                                                   | <b>Информационные (лекционные) занятия</b>                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                           | 2                       |
|                                                                   | <b>Практические занятия</b>                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                           | 4                       |
|                                                                   | <b>Самостоятельная работа:</b> проработка конспектов и подготовка к практическим занятиям                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                           | 10                      |
|                                                                   | <b>Всего:</b>                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                           | <b>42</b>               |

Для характеристики уровня освоения учебного материала используются следующие обозначения:

1. – ознакомительный (узнавание ранее изученных объектов, свойств);
2. – репродуктивный (выполнение деятельности по образцу, инструкции или под руководством)
3. – продуктивный (планирование и самостоятельное выполнение деятельности, решение проблемных задач)

## **ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ**

Требования к квалификации педагогических кадров, представителей предприятий и организаций, обеспечивающих реализацию образовательного процесса.

Реализация программы повышения квалификации обеспечивается сотрудниками университета, а также лицами, привлекаемыми к реализации программы на условиях договора гражданско-правового характера. Доля научно-педагогических работников, имеющих образование, соответствующее профилю программы повышения квалификации, в общем числе научно-педагогических работников, реализующих программу, должна составлять не менее 50 процентов. Доля научно-педагогических из числа руководителей и работников организаций, деятельность которых связана с направленностью (реализуемой программы (имеющих стаж работы в данной профессиональной области не менее 3 лет) в общем числе работников, реализующих программу повышения квалификации не менее 10 процентов.

Требования к материально-техническим условиям

Для реализации программы необходима одна учебная аудитория для проведения лекционных и семинарских занятий.

Оборудование учебного кабинета и рабочих мест кабинета: аудитория должна быть оборудована учебной мебелью, доской.

Технические средства обучения: компьютер или ноутбук с выходом в Интернет, проектор, экран.

Требования к информационным и учебно-методическим условиям

Для реализации программы необходима обеспеченность основной литературой из расчета 50 экземпляров на каждые 100 слушателей. Для реализации программы необходим доступ обучающихся к ЭБС университета, а также обеспечение их справочными и другими учебно-методическими изданиями в печатном или электронном виде.

Общие требования к организации образовательного процесса

Образовательный процесс осуществляется в соответствии с настоящей программой в соответствии локальными нормативными актами образовательной организации.

Продолжительность занятий устанавливается локальным нормативным актом образовательной организации. Занятия начинаются не ранее 9.00 часов утра и заканчиваются не позднее 21.00 часов. Занятия могут осуществлять в субботу.

## **Перечень используемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы**

### **Основные источники:**

1. Гиппенрейтер Ю. Б. Введение в общую психологию. Курс лекций. — М.: АСТ, 2022. — 352 с.
2. Гуревич П. С. Психология личности : учебник. — М.: ИНФРА-М, 2023. — 479 с.
3. Леонтьев А. Н. Лекции по общей психологии. М.: Смысл, 2019. — 511с.
4. Маклаков А. Г. Общая психология: Учебник для вузов. — СПб.: Издательство Питер, 2023. — 583 с.
5. Нартова-Бочавер С. Психология личности и индивидуальных различий : Учебное пособие. — СПб.: Издательство Питер, 2023. — 432 с.

6. Психодиагностика и психокоррекция / [Александров А. А. и др.] ; под ред. А. А. Александрова. - Москва [и др.] : Питер, 2018. - 380 с.
7. Психология личности. Хрестоматия. В 2-х томах / Ред. Райгородский Д. Я. – М.: Бахрах-М, 2021. – 1056 с.
8. Райгородский Д.Я. Практическая психодиагностика: методики и тесты. – Бахрах-М, 2022. – 672 с.
9. Рубинштейн С. Л. Основы общей психологии. – СПб.: Издательство Питер, 2022. – 720 с.
10. Сапогова Е. Е. Психология развития и возрастная психология. Учебное пособие. – М.: Издательство «Инфра-М», 2023. – 638 с.
11. Сапольски Р. Психология стресса. 3-е издание. / Пер. с англ. Алиева М.А., Буравова Н., Комаров С. – СПб.: Издательство Питер, 2022. – 480 с.
12. Хьелл Л., Зиглер Д. Теории личности. – СПб.: Питер, 2020. – 608 с.

#### **Дополнительные источники:**

1. Гоулман Д., Каплан Р., Эйрих Т. Самосознание. Понять сильные стороны и ценности. – М.: Издательство Манн, Иванов и Фербер, 2023. – 192 с.
2. Гоулман Д. Эмоциональный интеллект / Пер. с англ. Исаева А.П. – М.: Издательство Манн, Иванов и Фербер, 2022. – 544 с.
3. Донцов Д. А., Донцова М. В. Возрастная психология и психология развития личности в макропериоде детства, в отрочестве и юности : учебное пособие. – М.: Издательство Флинта, 2018. – 308 с.
4. Дружинин В. Н. Психология общих способностей / В. Н. Дружинин. - 3-е изд. - Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 349 с.
5. Личко А.Е. Психопатии и акцентуации характера у подростков. – СПб.: Издательство Питер, 2020. – 304 с.
6. Мак-Вильямс Н. Психоаналитическая диагностика: Понимание структуры личности в клиническом процессе / Пер. с англ. В. Синигура. — М.: Независимая фирма “Класс”, 2021. – 592 с.
7. Мандель Б. Р. Возрастная психология. – М.: Издательство «Инфра-М», 2023. – 350 с.
8. Манцулич В. В. История становления когнитивной психологии и развития взглядов на проблему когнитивных и метакогнитивных способностей личности // Вестник МГПУ. Серия: Педагогика и психология. 2022. №4. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/istoriya-stanovleniya-kognitivnoy-psihologii-i-razvitiya-vzglyadov-na-problemu-kognitivnyh-i-metakognitivnyh-sposobnostey-lichnosti> (дата обращения: 18.10.2023).
9. Маслоу А. Мотивация и личность. 3-е изд. / Пер. с англ. Гутман Т., Мухина Н.; ред. Ильин Е.П. – СПб.: Питер, 2019. – 400 с.
10. Мишке-Ридс М. Соматическая психотерапия. 125 рабочих листов и упражнений для лечения психологических травм и стресса. – М.: Бомбора, 2023. – 352 с.
11. Нагоски Э., Ногоски А. Выгорание. Новый подход к избавлению от стресса / Пер. с англ. Лаирова А. – М.: Издательство Манн, Иванов и Фербер, 2021. – 304 с.
12. Ничипоренко Н. П. Метакогнитивные ресурсы и механизмы совладающего поведения личности в юношеском возрасте // КПЖ. 2020. №5 (142). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/metakognitivnye-resursy-i-mehanizmy-sovladayuschego-povedeniya-lichnosti-v-yunosheskom-vozhraсте> (дата обращения: 18.10.2023).
13. Райгородский Д.Я. Практическая психодиагностика: методики и тесты. – Бахрах-М, 2022. – 672 с.
14. Рождерс К., Мэй Р., Маслоу А. и др. Теория и практика экзистенциальной психологии /Пер. с англ. Римский С. – М.: Институт общегуманитарных исследований, 2018. – 336 с.
15. Уильямс М, Пеннман Д. Осознанность. Как обрести гармонию в нашем безумном мире. – М.: Издательство Манн, Иванов и Фербер, 2022. – 288 с.
16. Фрейд З. Толкование сновидений / Пер. с нем. Коган Я. М. – М.: Азбука, 2023. – 512 с.
17. Фрейд З. Я и Оно. – М.: Азбука, 2022. – 288 с.

### **Интернет-ресурсы:**

1. Российская государственная библиотека. URL: <http://www.rsl.ru>.
2. Тамбовская областная универсальная научная библиотека им. А.С. Пушкина. URL: <http://www.tambovlib.ru>
3. ЭБС «КнигаФонд». URL: <http://www.knigafund.ru>
4. ЭБС «Лань». URL: <https://e.lanbook.com>
5. Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU. URL: <http://elibrary.ru/>
6. Электронная библиотека по психологии, гуманитарным и управленческим наукам. URL: <http://www.koob.ru/>
7. Электронный журнал «Психологические исследования». URL: <http://psystudy.ru/>
8. Портал психологических изданий PsyJournals: доступны полные тексты многих психологических журналов и научных сборников. URL: <http://psyjournals.ru/>
9. Российская психология. Информационно-аналитический портал. URL: [http:// www.rospany.ru](http://www.rospany.ru)
10. Психологические тесты он-лайн. URL: <http://vsetesti.ru/>