

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Смирнов Сергей Николаевич
Должность: врио ректора
Дата подписания: 17.11.2023 12:40:04
Уникальный программный ключ:
69e375c64f7e975d4e8830e7b4fcc2ad1bf35f08

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации
ФГБОУ ВО «Тверской государственный университет»

Утверждаю:

Руководитель ООП

Никольский В.М.

27 июня 2023 г.



Рабочая программа дисциплины (с аннотацией)
Стратегии личностного и профессионального развития

Направление подготовки

04.04.01 Химия

Направленность (профиль)

Аналитическая химия

Органическая химия

Физическая химия

Для студентов 2 курса очной формы обучения

Составитель: к.п.н., доцент Мороз М. В.

Тверь, 2023

I. Аннотация

1. Цель и задачи дисциплины

Целью освоения дисциплины является создание организационно-педагогических условий для формирования у обучающихся системных знаний об основах профессионального и личностного развития и самосовершенствования, формирование универсальных компетенций, позволяющих актуализировать стратегию личностного и профессионального развития и самосовершенствования с учетом потребностей рынка труда и мегатрендов будущего.

Задачами освоения дисциплины являются:

1. Создание педагогических условий для осознания студентами своих профессиональных целей, необходимости личностно-профессионального развития.
2. Формирование знаний о механизмах развития, саморазвития.
3. Формирование универсальных компетенций, детерминирующих личностное и профессиональное развитие и самосовершенствование
4. Научить оценивать требования рынка труда с целью построения профессиональной карьеры.

2. Место дисциплины в структуре ООП

Дисциплина «Стратегии профессионального и личностного развития» входит в Часть, формируемую участниками образовательных отношений Блока 1. «Дисциплины» учебного плана. Освоение данной дисциплины обеспечивает предшествует практике производственной и преддипломной практике, обеспечивает возможность выбора профессиональной траектории.

3. Объем дисциплины: 3 зачетные единицы, 108 академических часов;

в том числе: контактная аудиторная работа: практические занятия - **15** часов, в т. ч. практическая подготовка - **15** часов; **самостоятельная работа: 93** часа.

4. Планируемые результаты обучения по дисциплине, соотнесенные с планируемыми результатами освоения образовательной программы

Планируемые результаты освоения образовательной программы (формируемые компетенции)	Планируемые результаты обучения по дисциплине
<p>УК-6 Способен определять и реализовывать приоритеты собственной деятельности и способы ее совершенствования на основе самооценки</p>	<p>УК-6.1 Оценивает свои ресурсы и их пределы (личностные, ситуативные, временные), оптимально их использует для успешного выполнения порученного</p> <p>УК-6.2 Определяет приоритеты профессионального роста и способы совершенствования собственной деятельности на основе самооценки по выбранным критериям</p> <p>УК-6.3 Выстраивает гибкую профессиональную траекторию, используя инструменты непрерывного образования, с учетом накопленного опыта профессиональной деятельности и динамично изменяющихся требований рынка труда</p>

5. Форма промежуточной аттестации и семестр прохождения:

зачет – 3 семестр

6. Язык преподавания: русский.

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

Учебная программа – наименование разделов и тем	Всего (час.)	Контактная работа (час.)			Самостоятельная работа, в том числе Контроль (час.)
		Лекции	Семинарские/ Практические занятия/ Лабораторные работы (<i>оставить нужное</i>)	Контроль самостоятельной работы (в том числе курсовая работа)	
Профессионально-личностное развитие: теоретико-методологические основы	36		6		30

Hardskills/ softskills –stratego= развитие конкурентоспособной личности	39		6		33
Кризисы профессионально-личностного развития	33		3		30
ИТОГО	108		15		93

III. Образовательные технологии

Учебная программа – наименование разделов и	Вид занятия	Образовательные технологии
Профессионально-личностное развитие: теоретико-методологические основы	Практическое занятие	Дискуссионные технологии (панельная дискуссия)
Hard skills/soft skills –stratego= развитие конкурентоспособной личности	Практическое занятие	Игровые технологии; проектные технологии, технологии развития критического мышления
Кризисы профессионально-личностного развития	Практическое занятие	Технологии развития критического мышления Игровые технологии;

IV. Оценочные материалы для проведения текущей и промежуточной аттестации

Задания для оценки уровня сформированности компетенций

Планируемый образовательный результат	Типовые контрольные задания для оценивания компетенций	Критерии оценивания
УК-6.1 Оценивает ресурсы и их пределы (личностные, ситуативные, временные), оптимально использует для успешного выполнения порученного задания	1. На основе психодиагностики уровня развития эмпатии, уровня тревожности, стрессоустойчивости и др разработать дорожную карту «Повышение уровня EQ» 2. Используя технику	Высокий уровень - 5: студент правильно выполнил задание. Показал отличные владения навыками применения полученных знаний и умений при решении профессиональных задач в рамках усвоенного учебного материала. <i>Средний уровень -4:</i> Студент выполнил задание с небольшими неточностями. Показал хорошие владения навыками применения полученных знаний и

	«Колесо баланса» оценить ресурсы, обозначать приоритетные задачи развития	умений при решении профессиональных задач в рамках усвоенного учебного материала. <i>Минимальный уровень- 2 балла.</i> При выполнении задания студент продемонстрировал недостаточный уровень владения умениями и навыками при решении профессиональных задач в рамках усвоенного учебного материала.
УК-6.2 Определяет приоритеты профессионального роста и способы совершенствования собственной деятельности на основе самооценки по выбранным критериям	1. На основе результатов психодиагностики профессионально-важных качеств химика смоделировать траекторию личностного роста. 2. Используя Методы планирования: SMART; PRIMER проработать несколько жизненных целей; разработать профессиональную траекторию	Высокий уровень - 5: студент правильно выполнил задание. Показал отличные владения навыками применения полученных знаний и умений при решении профессиональных задач в рамках усвоенного учебного материала. <i>Средний уровень -4:</i> Студент выполнил задание с небольшими неточностями. Показал хорошие владения навыками применения полученных знаний и умений при решении профессиональных задач в рамках усвоенного учебного материала. <i>Минимальный уровень- 2 балла.</i> При выполнении задания студент продемонстрировал недостаточный уровень владения умениями и навыками при решении профессиональных задач в рамках усвоенного учебного материала
УК-6.3 Выстраивает гибкую профессиональную траекторию, используя инструменты непрерывного образования, с учетом накопленного опыта профессиональной деятельности и динамично изменяющихся требований рынка труда	1. Проанализировать контексты и вызовы профессиональной деятельности современного химика (нормативно-правовой; социально-экономический, технологический). 2. Форсайт регионального рынка труда, социальный заказ). К чему должны готовить в университете, учитывая обозначенные выше контексты. Составить модель «Химик будущего».	Высокий уровень - 5: студент правильно выполнил задание. Показал отличные владения навыками применения полученных знаний и умений при решении профессиональных задач в рамках усвоенного учебного материала. <i>Средний уровень -4:</i> Студент выполнил задание с небольшими неточностями. Показал хорошие владения навыками применения полученных знаний и умений при решении профессиональных задач в рамках усвоенного учебного материала. <i>Минимальный уровень- 2 балла.</i> При выполнении задания студент продемонстрировал недостаточный уровень владения умениями и навыками при решении профессиональных задач в рамках усвоенного учебного материала

Вопросы для подготовки к зачету:

1. Профессиональное становление: основные понятия.
2. Основные подходы и авторы изучения проблемы профессионального становления личности.
3. Изменение личности в процессе профессионализации.
4. Стадии профессионального развития личности.

5. Ресурсность профессионального развития.
6. Теории профессионального развития. Концепция профессионального развития Д. Сьюпера, теория профессионального выбора.
7. Модель профессионального развития личности и модель адаптивного функционирования.
8. Профессиональное саморазвитие как процесс изменения компонентов: мотивационно-целевого, когнитивного, эмоционально-волевого, конструктивно-деятельностного, рефлексивного и результативного.
9. Понятие о психическом выгорании в процессе профессиональной деятельности. Синдром психического выгорания как следствие профессионального стресса.

V. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

1) Рекомендуемая литература

а) Основная литература

1. Зеер, Э. Ф. Психология профессионального развития: учебное пособие для вузов / Э. Ф. Зеер, Э. Э. Сыманюк. — 3-е изд., испр. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2021. — 234 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-14387-4. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/477499>

2. Арон, И. С. Психология развития профессионала: учебное пособие / И. С. Арон; Поволжский государственный технологический университет. — Йошкар-Ола: Поволжский государственный технологический университет, 2017. — 164 с. — Режим доступа: по подписке. — URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=476163>

3. Голубева, Е. В. Развитие личности профессионала: учебное пособие / Е. В. Голубева, А. Е. Лызь; Министерство науки и высшего образования Российской Федерации, Южный федеральный университет, Инженерно-технологическая академия. — Ростов-на-Дону; Таганрог: Южный федеральный университет, 2017. — 89 с.: ил. — Режим доступа: по подписке. — URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=499624>

б) Дополнительная литература

1. Архангельский Г.А. Формула времени. Тайм-менеджмент на Outlook 2007 – М.: Манн, Иванов и Фербер, 2006 – 224 с.

2. Леонтьев Д.А. Саморегуляция, ресурсы и личностный потенциал. Сибирский психологический журнал. 2016 - № 62 С. 18—37.

3. Леонтьев Д. А., Аверина А. Ж. Феномен рефлексии в контексте проблемы саморегуляции [Электронный ресурс] // Психологические исследования: электрон.науч. журн. 2011 № 2(16). URL: <https://psystudy.ru/index.php/num/article/view/860/464>

4. Митина Л.М. Психология развития конкурентоспособной личности. «МПСИ», 2002. – 400 с.

5. Мандель Б.Р. Психология стресса [Электронный ресурс]: учеб.пособие / Б.Р. Мандель - М.: ФЛИНТА, 2014. - 252 с.

6. Низовских, Н. А. Человек как автор самого себя: психосемантическое исследование личностного саморазвития / Н. А. Низовских. – Москва; Берлин: Директ-Медиа, 2014. – 405 с.: ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=274928>

7. Оганесян Т.Н. Технологии активного социально-педагогического взаимодействия (тренинги, игры, дискуссии) в обеспечении психологической безопасности образовательного процесса [Электронный ресурс] учебно-методическое пособие / Н.Т. Оганесян - М.: ФЛИНТА, 2013. – 134 с. -

9. Шляпникова, О. А. Профессиональное развитие личности: учебное пособие / О. А. Шляпникова. – Ярославль: ЯрГУ им. П. Г. Демидова, 2012 – 132 с.

10. Харитоновна Е.В. Психология социально-профессиональной востребованности личности [Электронный ресурс]/ Харитоновна Е.В.— Электрон. текстовые данные.— М.:Институт психологии РАН, 2014.— 416 с. Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/32147>

11. Кибанов А.Я. Конфликтология: Учебник / Кибанов А.Я., Ворожейкин И.Е., Захаров Д.К.; Под ред. Кибанов А.Я., - 2-е изд., перераб. и доп. - М.:НИЦ ИНФРА-М, 2017. - 301с.

12. Пикулева О.А. Психология самопрезентации личности: Монография / О.А. Пикулева. - М.: НИЦ ИНФРА-М, 2013. - 320 с.:

2) Программное обеспечение

Google Chrome бесплатное ПО

Яндекс Браузер бесплатное ПО

Kaspersky Endpoint Security 10 акт на передачу прав ПК545 от 16.12.2022

Многофункциональный редактор ONLYOFFICE бесплатное ПО

ОС Linux Ubuntu бесплатное ПО

б) Свободно распространяемое программное обеспечение

1. Adobe Reader XI

2. Any Video Converter 5.9.0

3. Deductor Academic

4. G*Power 3.1.9.2

5. Google Chrome

6. R for Windows 3.2.5

7. RStudio

8. SMART Notebook

9. WinDjView 2.0.2

10. Google Chrome

3) Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы

1. ЭБС «ZNANIUM.COM» www.znanium.com ;
2. ЭБС «ЮРАИТ» www.biblio-online.ru ;
3. ЭБС «Университетская библиотека онлайн» <https://biblioclub.ru/> ;
4. ЭБС IPRbooks <http://www.iprbookshop.ru/> ;
5. ЭБС «Лань» <http://e.lanbook.com>;
6. ЭБС BOOK.ru <https://www.book.ru/>
7. ЭБС ТвГУ <http://megapro.tversu.ru/megapro/Web>
8. Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU (подписка на журналы) https://elibrary.ru/projects/subscription/rus_titles_open.asp? ;
Репозиторий ТвГУ <http://eprints.tversu.ru>

VI. Методические материалы для обучающихся по освоению дисциплины

Тема 1. Профессионально-личностное развитие

Профессиональное развитие. Становление профессионализма человека и проблемы профессионального развития личности. Понятие о профессионализме. Профессионализации - уровень индивида, уровень личности, уровень субъекта деятельности и уровень индивидуальности.

Психологическая модель профессии. Стадии профессионального развития личности. Фазы развития профессионала по Е.А. Климову. Дифференциально-диагностический подход к профессиональному развитию личности (Е.А. Климов). Концепция Д. Сьюпера. Личностно-развивающий подход профессионального развития (Л.М. Митина). Единство личного и профессионального развития как взаимодополняющих процессов на разных этапах онтогенеза (Л.М. Митина). Модель профессионального развития личности и модель адаптивного функционирования. Развитие профессиональной Я-концепции. Самоопределение, самоопределение и самореализация личности. Профессиональная подготовка.

Вопросы для практического занятия (панельная дискуссия):

1. Контексты профессиональной деятельности современного химика (нормативно-правовой; социально-экономический, технологический)

2. Профессиональная подготовка химика. ФГОС ВО по направлению подготовки Химия (магистратура). Компетенции.

3. Профессиональные стандарты. Профессиограмма. Профессионально-важные качества.

4. «Химик будущего»: необходимые и достаточные компетенции. Социальный заказ региона. Требования рынка труда. Кого/как должны готовить вузы.

5. Мегатренды будущего.

6. Психические процессы, свойства и состояния в структуре личности профессионала. Метапрограмма.

Тема 2. Hard skills/soft skills – stratego= развитие конкурентоспособной личности

Интегральные характеристики конкурентоспособной личности. Направленность личности. Компетентность личности (психологическое содержание и условия развития). Виды профессиональной компетентности (Маркова А.К.).

Soft skills:

1. Умение работать в команде: коммуникативные навыки, управление конфликтами. Диагностика коммуникативных умений и навыков (КОС – 2). Практическое занятие – практикум с элементами тренинга коммуникативных умений и навыков.

3. Креативное мышление: креативность и ее диагностика (тест Торренса; батарея тестов «Творческое мышление» опросник креативности Джонсона и др); методы решения творческих задач. Практическое занятие – практикум с элементами тренинга креативности.

4. Планирование: индивидуальные траектории обучения. Построение карьеры. Методы планирования: SMART; PRIMER. На основе результатов психодиагностики профессионально-важных качеств химика смоделировать траекторию личностного роста. Используя Методы планирования: SMART;

PRIMER проработать несколько жизненных целей; разработать профессиональную траекторию.

5. Личный бренд.

Примерные темы для подготовки проектов:

- Химик в субъектной позиции (на примере великих химиков)
- Химия головного мозга и депрессия: профилактика
- Химия счастья: руководство к действию и др.
- Правильное питание: биохимические основы;
- Химия жизни;
- Antiage: химический аспект;
- Биоэнергетика: миф или реальность;
- Гликация: вещества и их основное действие. Возможные способы решения проблемы и их профилактика.

Тема 3. Кризисы профессионально-личностного развития

Эмоциональный интеллект: самоконтроль, эмпатия, мотивация. Модели эмоционального интеллекта. Модель социального и эмоционального интеллекта. Синдром эмоционального выгорания. Стресс. Стрессогенность. Стресс-менеджмент. Саморегуляция. Методики саморегуляции. Профилактика. Психологическая диагностика

1. Практическое занятие – практикум с элементами тренинга стрессоустойчивости.

2. По результатам диагностики уровня эмпатии, уровня тревожности и др. подготовить дорожную карту повышения уровня EQ.

Вопросы для самостоятельной работы

1. Современная концепция дифференциально-диагностического подхода (Е.А. Климова)
2. Психодинамический подход к профессиональному становлению личности (З.Фрейд, А.Адлер)
3. Типологический подход к проблеме профессионального развития личности. (Теория Дж. Голланда).
4. Сценарная теория выбора профессии (Э.Берна).
5. Возрастные особенности профессионального самоопределения.

6. Закономерности профессиональной адаптации.
7. Кризис профессионального саморазвития: причины, пути развития.
8. Креативная личность: понятие, признаки, приемы развития профессиональной креативности.
9. Индивидуальные образовательные траектории: исторический опыт.
10. Варианты саморазвития: риски и перспективы.
11. Современные подходы к проектированию программ профессионального самосовершенствования.

VII. Материально-техническое обеспечение

VIII. Сведения об обновлении рабочей программы дисциплины

№п.п.	Обновленный раздел рабочей программы дисциплины	Описание внесенных изменений	Реквизиты документа, утвердившего изменения
1.			
2.			