

## Аннотация рабочей программы учебной дисциплины «Психология личностного роста»

### 1. Цель и задачи освоения дисциплины

Целями освоения дисциплины «Психология личностного роста» являются:

Изучение «Психологии личностного роста» способствует формированию систематизированных знаний о современных подходах к пониманию личностного роста в психологии, об условиях и приемах, стимулирующих личностный рост и самовыражение человека.

Учебные задачи дисциплины:

- формирование представлений об основных современных теориях личностного роста в психологии;
- формирование представлений о факторах, способствующих личностному росту;
- формирование представлений о психологическом тренинге личностного роста;
- формирование навыков применения отдельных фрагментов тренинга личностного роста.

### 2. Место дисциплины в структуре ООП

Дисциплина относится к дисциплинам по выбору

### 3. Требования к результатам освоения содержания дисциплины

Изучение данной дисциплины направлено на формирование у обучающихся следующих компетенций:

ОК-8: «способностью использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности».

ПК-28: «способностью формировать психологическую готовность будущего специалиста к профессиональной деятельности».

**2. Общая трудоемкость дисциплины:** 3 зачетные единицы

**3. Формы контроля:** зачет с оценкой, контрольная работа

**4. Структура дисциплины:**

Понятие личность и личностный рост. Понятие о личности. Теории личности. Основные характеристики личности. Социализация личности. Личностный рост и личностный кризис этапы и стадии интеграции. Тренинг личностного роста как средство развития самосознания и самовыражения. Современные подходы к исследованию самосознания. Структура самосознания. Характеристика основных структурных компонентов самосознания. Психология рефлексии. Основные психологические модели рефлексии. Тренинг личностного роста как объект и предмет психологической теории и практики. Методические основы тренинга личностного роста. Классификация методов с позиции различных теоретических оснований. Методы, стимулирующие развитие профессионального самосознания и самовыражения. Биографические методы. Рефлексивные методы. Рефлексивно-инновационные методы. Методы рефлексивной самодиагностики. Личностный рост и условия его развития. Общение как условие личностного роста. Техники эмпатического слушания. Нерефлексивное слушание. Техники рефлексивного слушания.

Разработчик:

доцент кафедры психологии

Дрожжина Н.Б.

Зав. кафедрой психологии

Корлякова С.Г.