

МИНОБРНАУКИ РОССИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Костромской государственный университет»
(КГУ)

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

РАЗВИТИЕ ЛИЧНОСТНОГО ПОТЕНЦИАЛА

Направление подготовки (37.04.01) Психология
Направленность Психология в социальной сфере
Очно-заочная форма обучения
Очная форма обучения
Квалификация (степень) выпускника: магистр

Кострома

Рабочая программа дисциплины «Развитие личностного потенциала» разработана в соответствии с ФГОС ВО

37.04.01 Психология ФГОС ВО магистратура по направлению подготовки 37.04.01 Психология, утвержденный Минобрнауки России № 841 от 29.07.2020

Разработал: _Опекина ТП.. к.пс.н, доцент каф. общей и социальной психологии

Рецензент: _Сапоровская М. В, д.пс.н., профессор, доцент каф. общей и социальной психологии

УТВЕРЖДЕНО:

На заседании кафедры общей и социальной психологии
Протокол № 17 от 25.05.2022

ПЕРЕУТВЕРЖДЕНО:

На заседании кафедры общей и социальной психологии
Протокол № 14 от 24.05.2023

Заведующий кафедрой общей и социальной психологии Сапоровская М.В., д.пс.н., профессор

1. Цели и задачи освоения дисциплины

Цель дисциплины: формирование у студентов представлений о личностном потенциале человека как о системе организации личности в целом, его феноменологии, структуры и составляющих с точки зрения различных подходов.

Задачи дисциплины:

- содействие повышению образованности магистрантов в вопросах психологии развития личностно потенциала, его феноменологией и структурой;
- ознакомление с основными методами диагностики составляющих личностного потенциала;
- формирование умения выявлять специфику психического функционирования человека с учетом уровня развития мотивации к изменению, сформированности потребности в развитии личностного потенциала.

2. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине

ПК-2 Способен осуществлять психологическую помощь социальным группам и отдельным лицам (клиентам), попавшим в трудную жизненную ситуацию

ИПК-2.1. Разрабатывает индивидуальные программы психологического сопровождения клиентов, в том числе с использованием ресурсов из различных источников

ИПК-2.1. Владеет методами группового и индивидуального консультирования клиентов

ПК-3 Способен организовывать психологическое сопровождение и оказывать психологическую помощь социально уязвимым слоям населения (клиентам)

ИПК-3.1. Владеет методикой подбора комплекса психологических методик, планирования и проведения обследования клиентов

ИПК-3.2. Владеет методами оценки психологических потребностей, рисков и ресурсов клиентов

ИПК-3.3. Разрабатывает "дорожные карты" с целью определения жизненных целей и задач на конкретных этапах социализации, формирования норм социального поведения

Знать: психологические феномены, категории, методы изучения и описания процесса развития личностного потенциала в отечественной и зарубежной науке; специфику становления и личности, ее ресурс; основные подходы к развитию личностного потенциала на индивида; структура и составляющие личностного потенциала; основные методики для диагностики составляющих личностного потенциала.

Уметь: ставить цель и видеть задачи развития личностного потенциала; связывать цель и задачи, выбирать методики для осуществления диагностики развития личностного потенциала; выявлять специфику психического функционирования человека с учетом уровня развития мотивации к изменению, сформированности потребности в личностном росте.

Владеть: навыками диагностики составляющих личностного потенциала, самопознания, саморазвития и самосовершенствования, приемами комплексного профессионального воздействия на мотивационно-волевую сферу, самосознание, функциональные состояния; навыками определения стратегий развития личностного потенциала, выбора путей достижения, методов его совершенствования.

3. Место дисциплины в структуре ОП ВО

Дисциплина относится к части учебного плана, формируемой участниками образовательных отношений. Изучается в 4 семестре (очная) и 5 (очно-заочная) обучения.

4. Объем дисциплины

4.1. Объем дисциплины в зачетных единицах с указанием академических часов и виды учебной работы

Виды учебной работы,	Очно-заочная форма
Общая трудоемкость в зачетных единицах	2
Общая трудоемкость в часах	72
Аудиторные занятия в часах, в том числе:	20
Лекции	8
Практические занятия	12
Лабораторные занятия	
Практическая подготовка	
Самостоятельная работа в часах	52
Форма промежуточной аттестации	зачет
Виды учебной работы,	Очная форма
Общая трудоемкость в зачетных единицах	2
Общая трудоемкость в часах	72
Аудиторные занятия в часах, в том числе:	34
Лекции	14
Практические занятия	20
Лабораторные занятия	
Практическая подготовка	
Самостоятельная работа в часах	38
Форма промежуточной аттестации	зачет

4.2. Объем контактной работы на 1 обучающегося

Виды учебных занятий	Очно-заочная форма
Лекции	8
Практические занятия	12
Лабораторные занятия	
Консультации	0,4
Зачет/зачеты	0.25
Экзамен/экзамены	
Курсовые работы	
Курсовые проекты	
Практическая подготовка	
Всего	20,65
Виды учебных занятий	Очная форма
Лекции	14
Практические занятия	20
Лабораторные занятия	
Консультации	0,4
Зачет/зачеты	0.25
Экзамен/экзамены	

Курсовые работы	
Курсовые проекты	
Практическая подготовка	
Всего	34,65

5 Содержание дисциплины, структурированное по темам (разделам), с указанием количества часов и видов занятий

5.1 Тематический план учебной дисциплины (очно-заочная форма)

№	Название раздела, темы	Всего з.е/час	Аудиторные занятия			Самостоятельная работа
			Лекц.	Практ.	Лаб.	
1.	Понятие личностного потенциала. Самодетерминация личности. Развитие личностного потенциала	13	2	3		8
2.	Подход к развитию личностного потенциала через позитивные черты личности	13	2	3		8
3.	Личностный потенциал как потенциал саморегуляции	12	2	2		8
4.	Структура и составляющие личностного потенциала	12	2	2		8
5	Жизнестойкость как составляющая личностного потенциала	11		2		9
	Зачет					9
	Итого:	72	8	12		52

5.2 Тематический план учебной дисциплины Очная форма

№	Название раздела, темы	Всего з.е/час	Аудиторные занятия			Самостоятельная работа
			Лекц.	Практ.	Лаб.	
1.	Понятие личностного потенциала. Самодетерминация личности. Развитие личностного потенциала	10	2	4		4

2.	Подход к развитию личностного потенциала через позитивные черты личности	10	2	4		4
3.	Личностный потенциал как потенциал саморегуляции	12	4	4		4
4.	Структура и составляющие личностного потенциала	10	2	4		4
5	Жизнестойкость как составляющая личностного потенциала	21	4	4		13
	Зачет					9
	Итого:	72	14	20		38

5.2. Содержание:

Тема 1. Понятие личностного потенциала. Самодетерминация личности.

Развитие личностного потенциала.

Личностный потенциал как измерение собственно личностного в личности (Д.А. Леонтьев), способность структурировать. Материал собственной жизни, стержень личности. Самодетерминация личности. Подходы к изучению личностного потенциала. Понимание через системы ресурсов (В.Н. Марков), через способность к адаптации (А.Г. Маклаков), через способность к развитию (акмеологический подход). Концепции М.С. Когана, М.Ю. Резника. Взгляд на историю как на пространство возможностей. Новая персонология.

Тема 2. Подход к развитию личностного потенциала через позитивные черты личности.

Теория и исследования К. Рифф: позитивные основания психологического благополучия. Структура психологического благополучия. Опросник психологического благополучия. Социальное благополучие. Опросник «Ценности в действии». Индивидуальные различия сил характера и факторы их изменения.

Тема 3. Личностный потенциал как потенциал саморегуляции.

Регуляция и саморегуляция как ключевые понятия психологии. Саморегуляция целенаправленного действия. Ограниченность целевых моделей саморегуляции. Самоопределение и самореализация как функция саморегуляции жизнедеятельности.

Тема 4. Составляющие личностного потенциала.

Феномен мудрости в психологической науке. Теория и исследования мудрости в Берлинской парадигме. Мудрость в аспекте саморегуляции и опыта. Оптимизм и депрессия, совладание со стрессом и психологическое благополучие личности. Контроль за действием. Толерантность к неопределенности. Рефлексивность. Самоэффективность. Копинг-стратегии.

Тема 5. Жизнестойкость как составляющая личностного потенциала.

Мужество и жизнестойкость. Жизнестойкость в психологии стресса. Жизнестойкость и другие переменные личностного потенциала. Подходы к измерению жизнестойкости. Исследования жизнестойкости.

6. Методические материалы для обучающихся по освоению дисциплины

6.1. Самостоятельная работа обучающихся по дисциплине (модулю)

№ п/п	Раздел (тема) дисциплины	Задание	Часы	Методические рекомендации по выполнению задания	Форма контроля
1.	Понятие личностного потенциала. Самодетерминация личности. Развитие личностного потенциала	Подготовка к практическим занятиям по предложенным вопросам Подготовка конспекта Эссе «Мой личный потенциал: способность, готовность, потребность»	8ч	Студентам рекомендуется сделать опорный конспект, в котором пунктами будут обозначены ответы на вопросы к практическому занятию	Проверка результатов теста, эссе
2.	Подход к развитию личностного потенциала через позитивные черты личности	Подготовка к практическим занятиям по предложенным вопросам Подготовка конспекта	8ч	Студентам рекомендуется сделать опорный конспект, в котором пунктами будут обозначены ответы на вопросы к практическому занятию	Проверка конспекта, презентации, доклада
3.	Личностный потенциал как потенциал саморегуляции	Подготовка к практическим занятиям по предложенным вопросам Подготовка конспекта	8ч	Студентам рекомендуется сделать опорный конспект, в котором пунктами будут обозначены ответы на вопросы к практическому занятию	Оценка конспекта Оценка участия в дискуссии
4.	Структура и составляющие личностного потенциала	Подготовка к практическим занятиям по предложенным вопросам Подготовка конспекта	8ч	Студентам рекомендуется сделать опорный конспект, в котором пунктами будут обозначены ответы на вопросы к практическому занятию	Оценка конспекта Оценка участия в дискуссии

5	Жизнестойкость как составляющая личностного потенциала	Подготовка к практическим занятиям по предложенным вопросам Подготовка конспекта	9ч	Студентам рекомендуется сделать опорный конспект, в котором пунктами будут обозначены ответы на вопросы к практическому занятию	Презентация программы Оценка конспекта Оценка участия в дискуссии
	Зачет		9ч		
	Итого		50 ч		

6.2. Тематика и задания для практических занятий

Тема 1. Понятие личностного потенциала. Самодетерминация личности.

Развитие личностного потенциала.

Вопросы для обсуждения:

1. Личностный потенциал как измерение собственно личностного в личности (Д.А. Леонтьев). Материал собственной жизни, стержень личности.
2. Феномен самодетерминации личности.
3. Подходы к изучению личностного потенциала. Понимание через системы ресурсов (В.Н. Марков), через способность к адаптации (А.Г. Маклаков), через способность к развитию (акмеологический подход). Концепции М.С. Когана, М.Ю. Резника.
4. Обсуждение результатов теста смысложизненных ориентаций.

Пройти тест смысложизненных ориентаций Д. Леонтьева. Обработать свои результаты и описать. Выделить зоны риска и ресурсы.

Тема 2. Личностный рост как актуализация личностного потенциала. Мотивация и

Тема 2. Подход к развитию личностного потенциала через позитивные черты личности.

Вопросы для обсуждения:

1. Теория и исследования К. Рифф: позитивные основания психологического благополучия.
2. Структура психологического благополучия.
3. Социальное благополучие.

Работа с Опросником «Ценности в действии» и «Психологическое благополучие».

Тема 3. Личностный потенциал как потенциал саморегуляции.

Вопросы для обсуждения:

1. Регуляция и саморегуляция как ключевые понятия психологии.
2. Саморегуляция целенаправленного действия.
3. Ограниченность целевых моделей саморегуляции.
4. Самоопределение и самореализация как функция саморегуляции жизнедеятельности.

Тема 4. Составляющие личностного потенциала.

Вопросы для обсуждения:

1. Феномен мудрости в психологической науке. Теория и исследования мудрости в Берлинской парадигме. Мудрость в аспекте саморегуляции и опыта.
2. Оптимизм и депрессия, совладание со стрессом и психологическое благополучие личности.
3. Контроль за действием в структуре личностного потенциала.
4. Толерантность к неопределенности в структуре личностного потенциала.
5. Рефлексивность в структуре личностного потенциала.
6. Самоэффективность в структуре личностного потенциала.
7. Копинг-стратегии в структуре личностного потенциала.

Тема 5. Жизнестойкость как составляющая личностного потенциала.

Вопросы для обсуждения:

1. Мужество и жизнестойкость.
2. Жизнестойкость в психологии стресса.
3. Жизнестойкость и другие переменные личностного потенциала.
4. Подходы к измерению жизнестойкости.
5. Исследования жизнестойкости.

7. Перечень основной и дополнительной литературы, необходимой для освоения дисциплины

а) основная:

1) Личностный потенциал: структура и диагностика / Под ред. Д.А. Леонтьева. М.: Смысл, 2011. — 680 с.

б) дополнительная:

1) Гордеева Т.О., Леонтьев Д.А., Осин Е.Н. Вклад личностного потенциала в академические достижения // Личностный потенциал: структура и диагностика / Под ред. Д.А.

2) Иванова Т. Ю., Леонтьев Д. А., Осин Е. Н., Рассказова Е. И., Кошелева Н. В. Современные проблемы изучения личностных ресурсов в профессиональной деятельности //

3) Леонтьев Д.А. Очерк психологии личности. М.: Смысл, 1993.

4) Леонтьев Д.А. Психология смысла. М.: Смысл, 1999.

5) Леонтьев Д.А. Личностное в личности: личностный потенциал как основа самодетерминации // Ученые записки кафедры общей психологии МГУ. Вып. 1 / Под общ. ред. Б.С. Братуся, Д.А. Леонтьева. М.: Смысл, 2002а. С. 56–65.

6) Леонтьев Д.А. Саморегуляция как предмет изучения и как объяснительный принцип // Психология саморегуляции в XXI в. / Под ред. В.И. Моросановой. СПб.; М.: Нестор-История, 2011в. С. 74-89.

7) Леонтьев Д.А. Личностное изменение человеческого развития // Вопросы психологии. 2013. № 3. С. 67-80.

8) Леонтьев Д.А. Саморегуляция, ресурсы и личностный потенциал // Сибирский психологический журнал. 2016. № 62. С. 18–37.

9) Рассказова Е.И., Леонтьев Д.А. Жизнестойкость и ее диагностика. М.: Смысл, 2016.

10) Селигман М. Путь к процветанию. Новое понимание счастья и благополучия. М.: Манн Иванов Фербер, 2013.

8. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины

- ЭБС «Университетская библиотека online»; путь доступа: www.biblioclub.ru;

- ЭБС «Знаниум», путь доступа: www.znanium.ru

Курс содержит следующие элементы:

- элемент «Лекции» в текстовом формате;
- элемент «Видеолекции», представляющий собой видеозапись лекция в ВКС с использованием инструментария ПО Zoom;
- элемент «Практические задания», обеспечивающий проведение практических занятий;
- элемент «Тесты», обеспечивающий контроль освоения лекционного материала;
- элемент «Учебно-методическое обеспечение дисциплины», включающий в себя рабочую программу дисциплины, рекомендованную литературу;
- элемент «Обратная связь с обучающимися», представленная инструментом Форум.

9. Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине

Для освоения дисциплины необходимы учебные аудитории, оснащенные учебной мебелью и доской (меловой, флипчатом), комплект мультимедиа-оборудования, видео-техника. компьютерный класс для электронного тестирования. Программное обеспечение: GNU LGPL v3+, свободно распространяемый офисный пакет с открытым исходным кодом.