

Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение
«Добрянский гуманитарно-технологический техникум им. П. И. Сюзева»

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по учебной дисциплине

**ОП. 06 «ПСИХОЛОГИЯ ЛИЧНОСТИ И ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ
САМООПРЕДЕЛЕНИЕ»**

для специальности

46.02.01 Документационное обеспечение управления и архивоведение

г. Добрянка, 2021 г.

Рабочая программа учебной дисциплины разработана на основе федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности 46.02.01 Документационное обеспечение управления и архивоведение.

Организация-разработчик: Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение «Добрянский гуманитарно-технологический техникум им. П.И. Сюзева»

Разработчик: Ушакова Галина Геннадьевна, преподаватель ГБПОУ «Добрянский гуманитарно-технологический техникум им. П.И. Сюзева»

Согласовано методическим советом техникума

Протокол № 5 от «14» 05 2021г.



СОДЕРЖАНИЕ

	стр.
1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	4
2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	5
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	11
4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	12

1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

1.1. Программа учебной дисциплины «Психология личности и профессиональное самоопределение» является частью основной профессиональной образовательной программы в соответствии с ФГОС по специальности 46.02.01 Документационное обеспечение управления и архивоведение, базовой подготовки.

1.2. Место учебной дисциплины в структуре основной профессиональной программы:

Учебная программа дисциплины «Психология личности и профессиональное самоопределение» относится к циклу общепрофессиональных дисциплин с целью более успешной адаптации обучающихся, инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья в образовательном учреждении (адаптационная дисциплина).

1.3. Цели и задачи учебной дисциплины – требования к результатам освоения учебной дисциплины:

В результате изучения обязательной части цикла обучающийся должен:

уметь:

- применять на практике полученные знания и навыки в различных условиях профессиональной деятельности;

- использовать простейшие приемы развития и тренировки психических процессов, а также приемы психической саморегуляции в процессе деятельности и общения;

- на основе анализа современного рынка труда, ограничений здоровья и требований профессий осуществлять осознанный, адекватный профессиональный выбор и выбор собственного пути профессионального обучения;

- планировать и составлять временную перспективу своего будущего;

- успешно реализовывать свои возможности и адаптироваться к новой социальной, образовательной и профессиональной среде;

знать:

- необходимую терминологию, основы и сущность профессионального самоопределения; - простейшие способы и приемы развития психических процессов и управления собственными психическими состояниями, основные механизмы психической регуляции поведения человека;

- современное состояние рынка труда, мир профессий и предъявляемых профессией требований к психологическим особенностям человека, его здоровью;

- основные принципы и технологии выбора профессии;

- методы и формы поиска необходимой информации для эффективной организации учебной и будущей профессиональной деятельности.

Полученные знания и приобретенные умения направлены на формирование следующих компетенций: ОК 1 – 8; ПК 1.2 - 1.6, 1.8

1.4. Количество часов на освоение программы учебной дисциплины:

Максимальной учебной нагрузки обучающегося 240 часов, в том числе:

обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося 160 часов;

самостоятельной работы обучающегося 80 часов.

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Вид учебной работы	Объем часов
Максимальная учебная нагрузка (всего)	240
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	160
в том числе:	
практические занятия	96
лабораторные работы	
контрольные работы	
Самостоятельная работа студента (всего)	80
- самостоятельная проработка конспектов занятий, учебной литературы, учебных пособий; - подготовка к практическим занятиям с использованием методических рекомендаций преподавателя; - выполнение практических заданий по отдельным темам дисциплины; - самостоятельное изучение отдельных вопросов (с целью углубления знаний по заданию преподавателя) с последующим оформлением реферата, доклада;	
<i>Промежуточная аттестация в форме: экзамен</i>	

2.1. Тематический план и содержание учебной дисциплины «ПСИХОЛОГИЯ ЛИЧНОСТИ И ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ САМООПРЕДЕЛЕНИЕ»

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные работы и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся	Объем часов	Уровень освоения	
РАЗДЕЛ 1. ПСИХОЛОГИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ. СУЩНОСТЬ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО САМООПРЕДЕЛЕНИЯ		42		
Тема 1.1 Профессиональная деятельность	Содержание учебного материала	14	2	
	1	Понятие «деятельность» и «профессия». Человек в сфере трудовой деятельности.		4
	2	Подготовка к профессиональной деятельности.		2
	Практическое занятие			8
	№ 1	Семинар-практикум «Подготовка к труду. Адаптация внутренних условий и внутренних средств деятельности.»		2
		Адаптация внутренних условий и внутренних средств деятельности.		2
	№ 2	Семинар-практикум Требования к внешним условиям и внешним средствам деятельности.		2
		Адаптация. Напряженность: понятие, характеристика и проявление напряженности.		2
	Самостоятельная работа			10
	Изучение теоретического материала с использованием рекомендованной литературы, делая при этом конспекты прочитанного или выписки. Написать сочинение-размышление на тему «Идеальный специалист, каким я его себе представляю».			
Тема 1.2 Профессиональное самоопределение	Содержание учебного материала	16	2	
	1	Сущность профессионального самоопределения. Содержательно-процессуальная модель профессионального самоопределения.		4
	Практическое занятие			12
	№ 3	Семинар-практикум. Профессиональная направленность.		2
		Тестирование на профессиональную направленность личности, определение типа профессиональной направленности.		2
	№ 4	Профессиональное самоопределение на разных стадиях становления личности.		2
		Профессиональное самоопределение на разных стадиях становления личности.		2
	№ 5	Конфликты профессионального самоопределения.		2
		Конфликты профессионального самоопределения.		
	Самостоятельная работа			12
Изучение теоретического материала с использованием рекомендованной литературы. Написать план-конспект по изучаемой теме. 1. Профессиональная пригодность. 2. Профессиональное становление личности. 3. Профессиональная непригодность. 4. Профессиональная направленность				
Тема 1.3. Профессиональная структура личности	Содержание учебного материала	12	2	
	1	Детерминация профессионального становления личности. Взаимодействие индивидуального, личностного в профессиональном развитии.		4
	2	Стадии профессионального становления личности. Профессиональные деформации личности.		2
	3	Профессиональная непригодность. Методы оценки профессиональной пригодности соискателей на должность.		2
	Практическое занятие			4
	№ 6	Практикум «Психодиагностика профессиональной направленности и специальных способностей»		2

	Практикум «Психодиагностика профессиональной направленности и специальных способностей»	2		
	Самостоятельная работа	12		
	- проработка конспектов занятий, учебной и специальной литературы; - самодиагностика коммуникативных способностей; - подготовка к семинарским занятиям, работа с источниками информации; - подготовка сообщений, докладов по теме: Стадии профессионального становления личности. Профессиональные деформации личности. - подготовка к ответам на контрольные вопросы.			
РАЗДЕЛ 2. ТЕХНОЛОГИЯ ВЫБОРА ПРОФЕССИИ. ПРАВИЛЬНЫЕ ОРИЕНТИРЫ		36		
Тема 2.1 Профессиональный выбор	Содержание учебного материала	24		
	1	Профессиональное становление личности - формирование. Психофизиологические свойства личности. Направленность, профессиональная компетентность, профессионально важные качества.	4	2
	2	Самосознание. Самодиагностика. Самоопределение.	2	
	3	Исследование рынка труда. Рейтинг профессий. Ярмарки вакансий.	2	
	Практическое занятие		16	
	№ 7	Семинар-практикум. Анализ профессиональной направленности и рынка труда	2	
		Семинар-практикум. Анализ профессиональной направленности и рынка труда	2	
	№ 8	Поиск оптимальных способов качественного выполнения профессионально значимых видов деятельности в соответствии с индивидуально-психологическими особенностями личности.	2	
		Поиск оптимальных способов качественного выполнения профессионально значимых видов деятельности в соответствии с индивидуально-психологическими особенностями личности.	2	
	№ 9	Практикум «Профессиональное консультирование»	2	
		Практикум «Профессиональное консультирование»	2	
	№ 10	Практикум. Составление рейтинга профессий	2	
		Практикум. Составление рейтинга профессий	2	
	Самостоятельная работа		6	
- проработка конспектов занятий, учебной и специальной литературы; - самодиагностика коммуникативных способностей; - подготовка к семинарским занятиям, работа с источниками информации; - подготовка к ответам на контрольные вопросы. Написать план-конспект на тему «Способы качественного выполнения профессионально значимых видов деятельности в соответствии с индивидуально-психологическими особенностями личности»				
Тема 2.2 Профессиональные категории	Содержание учебного материала	12		
	1	Психологическая классификация профессий.	4	
	Практические занятия		8	
	№ 11	Семинар-практикум. Профессиональное сопровождение.	2	
		Профессиональное долголетие.	2	
	№ 12	Семинар-практикум. Процедура и методы профессиональной аттестации в специальностях.	2	
		Семинар-практикум. Процедура и методы профессиональной аттестации в специальностях.	2	
	Самостоятельная работа		10	
- проработка конспектов занятий, учебной и специальной литературы; - самодиагностика коммуникативных способностей; - подготовка к семинарским занятиям, работа с источниками информации;				

	- подготовка сообщений, докладов по теме: Профессиональное долголетие. - подготовка к ответам на контрольные вопросы. Написать план-конспект на тему «Основные принципы и направления рациональной организации труда».			
РАЗДЕЛ 3. ЛИЧНОСТНЫЕ РЕГУЛЯТОРЫ ВЫБОРА ПРОФЕССИИ. ПОНЯТИЕ О ЛИЧНОСТИ, ЕЕ СТРУКТУРЕ		68		
Тема 3.1. Структура личности	Содержание учебного материала	20	2	
	1	Понятие «личность». Отличие личности от человека, индивида, индивидуальности. Отличие мужчины от женщины.		2
	2	Составляющие структуры личности в разных школах психологии. Отечественные психологи о структуре личности.		2
	3	Психические познавательные процессы. Эмоция и воля. Темперамент и характер. Сознательное и бессознательное. Проявление личности в поведении и профессиональной деятельности.	4	
	Практические занятия		12	
	№ 13	Семинар. Социально обусловленные свойства личности.	2	
	№ 14	Практикум «Определение типа темперамента и характера»	2	
		Практикум «Определение типа темперамента и характера»	2	
	№ 15	Индивидуальные особенности отдельных психологических процессов.	2	
	№ 16	Свойства и качества, определяющие профессиональный выбор	2	
Свойства и качества, определяющие профессиональный выбор		2		
Тема 3.2 Психические процессы и волевая регуляция деятельности человека. Эмоционально-волевая сфера	Содержание учебного материала	14	2	
	1	Понятие эмоций, их функции и свойства. Отличия между эмоциями и чувствами. Базисные эмоции. Основные элементы эмоциональной сферы личности. Психологические характеристики стресса.		4
	2	Воля. Волевой акт. Психологические особенности воли на разных возрастных этапах развития личности.	2	
	Практическое занятие		8	
	№ 17	Семинар-практикум «Механизмы регуляции эмоциональных состояний.»	2	
		Семинар-практикум «Механизмы регуляции эмоциональных состояний.»	2	
	№ 18	Работа с коллажами на тему: 1. Такой я / реклама о себе. 2. Таким меня видят другие люди.	2	
		Работа с коллажами на тему: 3. Таким я хочу быть. 4. Такой я в группе.	2	
	Самостоятельная работа		10	
	- проработка конспектов занятий, учебной и специальной литературы; - самодиагностика коммуникативных способностей; - подготовка к семинарским занятиям, работа с источниками информации; - подготовка к практическим занятиям: подбор материалов для коллажа. - самостоятельное освоение дополнительных тем, углубляющих разделы курса; - подготовка к ответам на контрольные вопросы по теме «Противоречия в деловых отношениях» - Написать план-конспект на тему «Классификация конфликтов».			
Тема 3.3. Характерологические особенности профессионала	Содержание учебного материала	18	2	
	1	Критерии профессионального выбора у Е.А. Климова, Э. Гинзберг и Холланда. Комплекс характерологических особенностей при выборе профессии. Реалистический тип. Социальный тип. Исследовательский тип. Артистический тип. Предпринимательский тип. Конвенциональный тип.		4
	2	Стратегии формирования психики - стратегии внутреннего обретения новых свойств и качеств личности.	2	
Практические занятия		12		

	№ 19	Семинар «Этапы профессионального пути».	2		
		Семинар «Этапы профессионального пути».	2		
	№ 20	Семинар-практикум «Стратегии формирования психики - стратегии внутреннего обретения новых свойств и качеств личности».	2		
		Семинар-практикум «Стратегии формирования психики - стратегии внутреннего обретения новых свойств и качеств личности».	2		
	№ 21	Практикум «Коррекция личности при компромиссном выборе профессии»	2		
		Практикум «Коррекция личности при компромиссном выборе профессии»	2		
Содержание учебного материала			16		
Тема 3.4. Самовоспитание и самопознание	1	Условия личностной самореализации. Понятие и сформированность представлений личности о себе. Сила «Я» и самоуважение. Компетентность. Аутопсихологическая компетентность. Коммуникативная компетентность.	4	2	
	2	Необходимость формирования аутопсихологической компетентности и коммуникативной компетентности - требование времени.	2		
	3	Кризисы и конфликты в жизни человека.	2		
	Практические занятия				8
	№ 22	Самовоспитание и самопознание.	2		
		Условия формирования компетентности.	2		
	№ 23	Конструктивное преодоление личностных конфликтов и кризисов.	2		
		Способы разрешения.	2		
	Самостоятельная работа				12
	- проработка конспектов занятий, учебной и специальной литературы; - самодиагностика коммуникативных способностей; - подготовка к семинарским занятиям, работа с источниками информации; - самостоятельное освоение дополнительных тем, углубляющих разделы курса; Написать план-конспект на тему «Коммуникативные роли в группе». «Конструктивное преодоление личностных конфликтов и кризисов».				
РАЗДЕЛ 4. ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ САМООПРЕДЕЛЕНИЕ НА РАЗНЫХ СТАДИЯХ ВОЗРАСТНОГО РАЗВИТИЯ ЧЕЛОВЕКА. ОСОБЕННОСТИ ЮНОШЕСКОГО ПЕРИОДА			14		
Содержание учебного материала			14		
Тема 4.1 Этапы профессионального развития	1	Стадии профессионального становления. Зарождение профессионально ориентированных интересов. Профессиональные намерения и осознанные желания в процессе выбора профессии. Профессиональное обучение – профессиональная подготовка. Оптимальный уровень профессиональной активности.	2	2	
	2	Проявление индивидуальности в профессиональной деятельности. Профессиональное мастерство. Изменение характера профессиональной деятельности. Проявление активности на стадии профессионального мастерства.	4		
	Практические занятия				8
	№ 24	Профессиональная адаптация - освоение системы взаимоотношений в трудовом коллективе.	2		
		Профессиональная адаптация - освоение системы взаимоотношений в трудовом коллективе.	2		
	№ 25	Развитие профессиональных технологии на стадии первичной профессионализации.	2		
		Развитие профессиональных технологии на стадии первичной профессионализации.	2		
	Самостоятельная работа				8
	- проработка конспектов занятий, учебной и специальной литературы;				

	<ul style="list-style-type: none"> - самодиагностика коммуникативных способностей; - подготовка к семинарским занятиям, работа с источниками информации; - самостоятельное освоение дополнительных тем, углубляющих разделы курса; - Подготовка реферата на тему: <ol style="list-style-type: none"> 1. Сущность профессионального самоопределения. Технология выбора профессии. 2. Психологические особенности профессиональных кризисов - подготовка к экзамену. 		
	Экзамен		
	ВСЕГО	240	

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Для реализации программы учебной дисциплины должны быть предусмотрены следующие специальные помещения:

Кабинет профессиональной этики и психологии делового общения, оснащенный следующим оборудованием и техническими средствами обучения:

Оборудование учебного кабинета и рабочих мест кабинета: рабочее место преподавателя, стол для совещаний, 50 стульев, передвижная ученическая доска, персональный компьютер с лицензионным программным обеспечением, мультимедиа проектор, экран, шкафы для хранения учебных материалов по предмету.

3.2. Информационное обеспечение реализации программы

Для реализации программы библиотечный фонд образовательной организации должен иметь печатные и/или электронные образовательные и информационные ресурсы, рекомендуемых для использования в образовательном процессе

Основные источники:

1. Бороздина, Г. В. Психология общения: учебник и практикум для среднего профессионального образования / Г. В. Бороздина, Н. А. Кормнова; под общей редакцией Г. В. Бороздиной. — Москва: Издательство Юрайт, 2020. — 463 с. — (Профессиональное образование).

2. Леонов, Н. И. Психология общения: учеб. пособие для СПО / Н. И. Леонов. — 5-е изд., пер. и доп. — М.: Издательство Юрайт, 2019. — 193 с. — (Серия: Профессиональное образование)

3. Кузнецова М.А. Психология общения: Учебное пособие для СПО. — М.: РГУП, 2019. — 167 с.

4. Лавриненко, В. Н. Психология общения: учебник и практикум для среднего профессионального образования / В. Н. Лавриненко, Л. И. Чернышова; под редакцией В. Н. Лавриненко, Л. И. Чернышовой. — Москва: Издательство Юрайт, 2019. — 350 с. —

5. Психология общения / О.Н. Якуничева, А.П. Прокофьева. – Москва: Лань, 2021.

Дополнительные источники:

1. Нуркова, В. В. Общая психология: учебник для вузов / В. В. Нуркова, Н. Б. Березанская. — 3-е изд., перераб. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2019. — 524 с. — (Бакалавр и магистр. Академический курс).

2. Психология общения: Учебное пособие для СПО. — М.: РГУП, 2019. — 167 с.

3. Чашин, А. Н. Введение в специальность: юрист: учебное пособие для среднего профессионального образования / А. Н. Чашин. — Москва: Издательство Юрайт, 2019. — 113 с. — (Профессиональное образование).

4. Чернышова, Л. И. Психология общения: этика, культура и этикет делового общения: учебное пособие для среднего профессионального образования / Л. И. Чернышова. — Москва: Издательство Юрайт, 2019. — 161 с. — (Профессиональное образование).

5. Чернышова, Л. И. Этика, культура и этикет делового общения: учебное пособие для вузов / Л. И. Чернышова. — Москва: Издательство Юрайт, 2020. — 161 с. — (Высшее образование).

6. Баксанский О. Е. Современная психология: теоретические подходы и методологические основания: Аффективная сфера личности и психология общения / О.Е. Баксанский, В.М. Самойлова. — М.: КД Либроком, 2020. — 368 с.

8. Столяренко, Л.Д. Психология личности: учебное пособие / Л.Д. Столяренко. – РнД: Феникс, 2020. – 5 с.

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

4.1. Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения практических занятий и лабораторных работ, тестирования, а также выполнения обучающимися индивидуальных заданий, проектов, исследований.

результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	формы и методы контроля и оценки результатов обучения
освоенные умения:	
- применять различные средства, техники и приемы эффективного общения в профессиональной деятельности;	Оценка выполнения индивидуального задания в рамках практических занятий Практическая работа № 14, 15, 16, 17, 23
- использовать приемы саморегуляции поведения в процессе межличностного общения;	Оценка выполнения индивидуального задания в рамках практических занятий Практическая работа № 4, 5, 6, 13, 14, 15, 16, 17, 21, 23
- на основе анализа современного рынка труда, ограничений здоровья и требований профессий осуществлять осознанный, адекватный профессиональный выбор и выбор собственного пути профессионального обучения;	Оценка выполнения индивидуального задания в рамках практических занятий Практическая работа № 1, 2, 3, 4, 8, 10, 11, 19, 20, 21
- планировать и составлять временную перспективу своего будущего;	Оценка выполнения индивидуального задания в рамках практических занятий Практическая работа № 1, 2, 3, 6, 11, 19, 20, 21
- успешно реализовывать свои возможности и адаптироваться к новой социальной, образовательной и профессиональной среде;	Оценка выполнения индивидуального задания в рамках практических занятий Практическая работа № 1, 2, 3, 4, 5, 8, 11, 13, 15, 21, 24, 25
усвоенные знания:	
- необходимую терминологию, основы и сущность профессионального самоопределения;	Оценка выполнения индивидуального задания в рамках практических занятий Практическая работа № 3, 4, 5, 7, 8, 9
- простейшие способы и приемы развития психических процессов и управления собственными психическими состояниями, основные механизмы психической регуляции поведения человека;	Оценка выполнения индивидуального задания в рамках практических занятий Практическая работа № 6, 7, 8, 9, 13, 14, 15, 16, 17, 18
- современное состояние рынка труда, мир профессий и предъявляемых профессией требований к психологическим особенностям человека, его здоровью;	Оценка выполнения индивидуального задания в рамках практических занятий Практическая работа № 19, 20, 21
- основные принципы и технологии выбора профессии;	Оценка выполнения индивидуального задания в рамках практических занятий Практическая работа № 22, 23
- методы и формы поиска необходимой информации для эффективной организации учебной и будущей профессиональной деятельности.	Оценка выполнения индивидуального задания в рамках практических занятий Практическая работа № 19, 25
<i>Промежуточная аттестация в форме экзамена</i>	