

Учреждение образования  
«Белорусский государственный педагогический университет  
имени Максима Танка»



УТВЕРЖДАЮ

Ректор

А.И. Жук

« 2 »

2024 г.

Регистрационный № УД- 32-04-56-2024 /уч.

**ТРЕНИНГ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО САМОСОЗНАНИЯ**

**Учебная программа учреждения высшего образования  
по учебной дисциплине для специальности:**

1 – 03 04 03 Практическая психология

2024 г.

Учебная программа составлена на основе ОСВО 1-03 04 03-2021 Практическая психология (утв. 20.04.2022, № 82) и учебных планов специальности 1-03 04 03 Практическая психология (15.07.2021, № 056 – 2021/у); (23.06.2022, № 108 – 2022/у)

**СОСТАВИТЕЛИ:**

Н.В. Козырева, доцент кафедры психологии образования и развития личности, кандидат психологических наук

**РЕЦЕНЗЕНТЫ:**

Н.Л. Пузыревич, заведующий кафедрой социальной и семейной психологии Института психологии учреждения образования «Белорусский государственный педагогический университет имени Максима Танка», кандидат психологических наук, доцент;

К.И. Татарко, доцент кафедры социальной и организационной психологии факультета философии и социальных наук Белорусского государственного университета, кандидат психологических наук

**СОГЛАСОВАНО:**

Директор ГУО «Средняя школа № 125 г. Минска» \_\_\_\_\_ А.М. Воловодова



**РЕКОМЕНДОВАНА К УТВЕРЖДЕНИЮ:**

Кафедрой психологии образования и развития личности Института психологии учреждения образования «Белорусский государственный педагогический университет имени Максима Танка» (протокол № 12 от 18.04.2024)

Заведующий кафедрой \_\_\_\_\_

А.В. Музыченко

Научно-методическим советом учреждения образования «Белорусский государственный педагогический университет имени Максима Танка» (протокол № 7 от 07.05 2024)

Оформление учебной программы и сопровождающих её материалов действующим требованиям Министерства образования Республики Беларусь соответствует

Методист УМО БГПУ  
Директор библиотеки БГПУ

\_\_\_\_\_  
Е.В. Тихонова  
\_\_\_\_\_  
Н.П. Сятковская

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа по учебной дисциплине «Тренинг профессионального самосознания» разработана для учреждений высшего образования Республики Беларусь в соответствии с требованиями образовательного стандарта высшего образования по специальности 1 – 03 04 03 «Практическая психология». Учебная дисциплина «Тренинг профессионального самосознания» входит в цикл специальных дисциплин и является одной из основных учебных дисциплин психолого-педагогического цикла.

**Актуальность** учебной дисциплины «Тренинг профессионального самосознания» заключается в том, что является логическим продолжением психологического тренинга, интегрирующей задачи социально-психологического развития группы, личностного и профессионального развития студента – будущего практического психолога.

Необходимость тренинга профессионального самосознания отвечает актуальной потребности интенсификации процесса обучения специалистов социомных профессий. Тренинговая форма обучения, моделирующая ключевые содержательные и функциональные моменты деятельности практического психолога позволяет использовать активные методы обучения для становления профессионального самосознания, развития профессионально-личностных качеств будущих специалистов.

Личностная зрелость психолога, состояние его психологического здоровья являются системообразующим фактором профессиональной позиции. Личность психолога – инструмент эффективности его профессиональной деятельности. Профессиональное взаимодействие психолога с другим человеком опирается на личностный опыт самопознания и самораскрытия.

Формирование культурного феномена профессионального мастерства психолога происходит в течение многих лет в результате обучения и развития.

**Цель** учебной дисциплины – формирование профессионального самосознания, организация условий для личностно-профессионального роста будущих психологов.

**Цель** может реализовываться в таких направлениях, как:

Образовательная: формирование теоретических знаний и практических умений в области активизации профессионального самосознания.

Воспитательная: формирование у студентов мотивации профессионального саморазвития, освоение приемов самообразования, самоактуализации и самореализации.

Развивающая: развитие социально-перцептивных и рефлексивных способностей, профессионально значимых качеств и умений психолога.

**Задачи** учебной дисциплины:

1. Актуализировать и углубить знания студентов о теоретических и методологических основах формирования профессионального самосознания личности.

2. Способствовать овладению студентами умения анализировать различные стороны собственной личности, стратегии своего профессионального выбора, Я-концепцию.
3. Ознакомить студентов с особенностями проведения тренинга профессионального самосознания.
4. Содействовать овладению студентами умениями подбирать и составлять упражнения для осознания профессионального поля деятельности, расширения Я-концепции.
5. Способствовать осознанию препятствий на пути профессионального саморазвития, выявлению внутренних ресурсов участников для их преодоления.

**Междисциплинарные связи.** Учебная дисциплина «Тренинг профессионального самосознания» носит практико-ориентированный характер основывается на знаниях, полученных при изучении следующих дисциплин специальности: «Общая психология», «Психология развития», «Психодиагностика», «Педагогическая психология».

Изучение учебной дисциплины «Методика преподавания психологии» должно обеспечивать формирование у студентов специализированной компетенции:

*СК-11* – Владеть технологиями и методами психологического просвещения, обучения конструктивному профессиональному взаимодействию, активизации личностных регуляторов профессионального и личностного роста педагогов, организации межведомственного взаимодействия специалистов.

В результате изучения учебной дисциплины студент должен:

**знать:**

- теоретические и методологические основы формирования профессионального самосознания педагога-психолога;
- особенностями проведения тренинга профессионального самосознания;
- препятствия на пути профессионального саморазвития, выявлению внутренних ресурсов участников для их преодоления.

**уметь:**

- анализировать различные стороны личности, стратегии профессионального выбора, Я-концепцию;
- выявлять внутренние ресурсы личности для преодоления препятствий на пути профессионального саморазвития;
- применять теоретические знания при подборе и составлении упражнений, активизирующих осознание профессионального поля деятельности.

**владеть:**

- социально-перцептивными и рефлексивными навыками;
- навыками игрового моделирования и проектирования профессиональной деятельности;
- навыками разработки программы профессионально-личностного развития педагога-психолога.

**Рекомендуемые формы и методы обучения:**

Целостный педагогический процесс реализуется на основе дидактических принципов научности, сознательности и активности, систематичности и последовательности, доступности в сочетании с высоким уровнем трудности, наглядности, воспитывающего обучения.

Методы проблемного обучения (проблемное изложение, частично-поисковый и исследовательский методы), интерактивные методы и метод проектов способствуют поддержанию оптимального уровня активности.

Способы и методы формирования компетенций: метод малых групп, подготовка письменных аналитических работ, выполнение творческих заданий, анализ научных текстов и практических ситуаций.

Оперативная обратная связь осуществляется с помощью наблюдения, исходного, промежуточного и итогового контроля, анализа результатов, продуктов деятельности (психологических заданий, отчетов диагностики, эссе, минисочинений, рисунков, рефлексивных дневников).

Для диагностики сформированности компетенций используются разноуровневые задания на лабораторных занятиях и в самостоятельной работе студентов.

**Часы по учебной дисциплине.**

В соответствии с учебным планом по специальности «Практическая психология» на изучение дисциплины «Тренинг профессионального самосознания» отводится всего 100 часов (3 зачетные единицы), из них 34 часа – аудиторные занятия: 34 часа – лабораторные занятия. На самостоятельную работу выделяется 66 часов. Формой контроля является зачет.

На дневной форме получения образования дисциплина преподается на четвертом курсе, в седьмом семестре. Распределение часов следующее: 34 часа – аудиторные занятия: 34 часа – лабораторные занятия.

На заочной форме получения образования дисциплина преподается на пятом курсе, завершается зачетом. Распределение аудиторных часов следующее: 8 часов аудиторных занятий: 8 часов лабораторных занятий.

## **СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО МАТЕРИАЛА**

### **ТЕМА 1. Я КАК БУДУЩИЙ ПСИХОЛОГ**

Вводная диагностика. Диагностика представлений студентов о себе как будущем психологе-профессионале, начальное «погружение» в тему тренинга.

Оценка потребности в коррекционных мероприятиях у участников тренинга, уточнение цели этих мероприятий. Создание благоприятных условий для работы группы. Разработка и принятие основных принципов работы в группе.

### **ТЕМА 2. СТРАТЕГИИ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ВЫБОРА**

Осознание участниками стратегий своего профессионального выбора.

Оценка подлинности профессионального выбора. Выявление предельных смыслов. Методика предельных смыслов (МПС).

### **ТЕМА 3. ЛИЧНОСТЬ ИДЕАЛЬНОГО ПСИХОЛОГА**

Представления участников о личности идеального психолога. Обнаружение профессиональных интроектов и их проработка.

### **ТЕМА 4. ПРЕПЯТСТВИЯ И РЕСУРСЫ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО САМОРАЗВИТИЯ**

Препятствия на пути профессионального саморазвития. Внутренние ресурсы участников для преодоления препятствий на пути профессионального саморазвития. Оценка своих возможностей. Появление нового способа жизнедеятельности, новых стратегий преодоления трудностей. Осознание личной ответственности за профессиональные достижения.

### **ТЕМА 5. ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЕ ПРОЕКЦИИ**

Осознавание участниками собственных проекций. Поиск позитивных характеристик в образе неприятного человека. Я и Другие: грани взаимодействия. Осознание предпочитаемых граней взаимодействия.

## **ТЕМА 6. РАЗВИТИЕ СЕНСИТИВНОСТИ И КОММУНИКАТИВНЫХ СПОСОБНОСТЕЙ**

Развитие у участников тренинга наблюдательской сенситивности, умения слушать и слышать, развитие общительности и развитие умения взаимодействовать в группе.

## **ТЕМА 7. РАЗВИТИЕ РЕФЛЕКСИВНЫХ СПОСОБНОСТЕЙ**

Определение уровня рефлексивности. Основные компоненты рефлексии.

Механизмы децентрации и идентификации в профессиональной деятельности. Стереотипы в профессиональной деятельности. Анализ конфликтных ситуаций. Типы защитного поведения. Развитие творческого потенциала личности. Рефлексия полученного опыта.

## **ТЕМА 8. ЗАВЕРШЕНИЕ РАБОТЫ В ГРУППЕ, ПОДВЕДЕНИЕ ИТОГОВ**

Диагностика эффективности тренинга, прощание с группой. Оценка эффективности тренинга. Завершение тренинговой работы.

Интеграция полученного опыта. Ритуал прощания.

**УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКАЯ КАРТА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ «ТРЕНИНГ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО САМОСОЗНАНИЯ»**  
(дневная форма получения образования)

Номер темы	Название темы	Количество аудиторных часов					Литература	Количество часов самостоятельной работы	Форма контроля знаний
		Лекции	Практические занятия	Семинарские занятия	Лабораторные занятия	Количество часов УСР			
<b>1</b>	<b>Я как будущий психолог</b>				<b>4</b>			<b>8</b>	
1.1	<b>Вводная диагностика ожиданий и опасений от тренинга профессионального самосознания</b> 1.Актуализация профессионального поля деятельности 2. Составляющие профессионального самосознания, его развитие 3. Профессиональные ожидания и опасения				2		[2] [3] [4] [5] [10]	4	Отчет по результатам диагностического обследования: оценка уровня знаний о развитии профессионального самосознания, необходимых качеств личности (рефлексия)
1.2	<b>Диагностика представлений о себе как будущем психологе-профессионале</b> 1.Диагностика представлений студентов о себе как будущих профессионалах 2. Оценка потребности в коррекционных мероприятиях у участников тренинга, уточнение цели этих мероприятий 3. Разработка и принятие основных				2		[2] [3] [4] [5] [6]	4	Отчет по результатам диагностического обследования: оценка содержания профессионального самосознания, готовности к



	принципов работы в группе								профессиональной деятельности (коллективный рисунок)
<b>2</b>	<b>Стратегии профессионального выбора</b>				<b>2</b>			<b>4</b>	
2.1	<b>Мой профессиональный выбор</b> 1. Диагностика эмоционального состояния членов группы 2. Осознание характера своего профессионального выбора 3. Осознание личностного смысла выбранной профессии				2	[1] [3] [4] [6] [10] [11]		2	Отчет по результатам диагностики, рефлексия
2.2	<b>Предельные профессиональные смыслы</b> Выполнение и анализ методики предельных смыслов (МПС)					[2] [3] [5] [6] [7] [8]		2	Отчет по результатам диагностики, рефлексия
<b>3</b>	<b>Личность идеального психолога</b>				<b>4</b>			<b>8</b>	
3.1	<b>Представления об идеальном психологе</b> 1. Обсуждение личностных характеристик идеального психолога 2. Обнаружение профессиональных интроектов и их проработка				2	[3] [5] [10]		4	Дискуссия, рефлексия

3.2	<b>Идентификация в профессии психолога</b> 1. Осознание профессиональной ориентации и приверженности к определенной парадигме. 2. Осознание различных аспектов своей личной истории в восхождении к психологическим знаниям. 3. Определение профессиональной позиции психолога				2	2	[1] [3] [10]	4	Рефлексия
<b>4</b>	<b>Препятствия и ресурсы профессионального саморазвития</b>				<b>4</b>		<b>2</b>	<b>12</b>	
4.1	<b>Барьеры на пути профессионального саморазвития</b> 1.Выявление барьеров на пути профессионального саморазвития 2. Поиск ресурсов для преодоления барьеров 3. Переоценка своих возможностей 4. Появление нового способа жизнедеятельности, новых стратегий преодоления трудностей				2		[2] [3] [10]	6	Учебное задание, рефлексия
4.2	<b>Ориентиры профессионального саморазвития</b> 1.Личная ответственность за профессиональные достижения 2. Духовность как мера свободы и ответственности				2	2	[2] [3] [10]	6	Рефлексия
<b>5</b>	<b>Профессиональные проекции</b>				<b>2</b>			<b>4</b>	

5.1	<b>Профессиональные проекции</b> 1. Обнаружение и прояснение собственных проекций участниками тренинга 2. Поиск позитивных характеристик в образе неприятного человека				2		[2] [3] [10]	4	Учебное задание, рефлексия
<b>6</b>	<b>Развитие сенситивности и коммуникативных способностей</b>				<b>10</b>			<b>18</b>	
6.1	<b>Чувствительность и эмпатия</b> 1. Оценка сенситивности. 2. Развитие наблюдательности. 3. Позитивный подход и эмпатия. 4. Эмпатийные реплики психолога.				2		[2] [3] [7] [9]	<b>4</b>	Учебное задание, рефлексия
6.2	<b>Конструктивный спор</b> 1. Оценка себя как слушателя и критика. 2. Воздействие на собеседника. 3. Умение спорить конструктивно. 4. Анализ значимых взаимоотношений.				2		[2] [3] [7] [9]	4	Учебное задание, рефлексия
6.3	<b>Уверенность в себе</b> 1. Оценка уверенности, уровня агрессии, оптимизма, открытости. 2. Развитие уверенности в себе. 3. Умение расположить к себе.				2		[2] [3] [7] [9]	4	Учебное задание, рефлексия
6.4	<b>Невербальное общение</b> 1. Анализ невербального поведения. 2. Эмоции и эмоциональность.				2		[2] [3] [7] [9]	4	Учебное задание, рефлексия
6.5	<b>Активное слушание и вербализация</b> 1. Активное и пассивное слушание. 2. Типичные ошибки вербализации. 3. Метафорическая вербализация. 4. Правила обратной связи.				2		[2] [3] [7] [9]	2	Учебное задание, рефлексия

<b>7</b>	<b>Развитие рефлексивных способностей</b>				<b>4</b>			<b>8</b>	
7.1	<b>Диагностика рефлексивных способностей</b> 1. Оценка уровня рефлексивности. 2. Оценка профессиональной компетентности 3. Развитие вероятностного мышления.				2		[2] [3] [7] [9]	4	Отчет по результатам диагностики, дискуссия, рефлексия
7.2	<b>Профессиональная позиция</b> 1. Осознание функционально-ролевых позиций разных специалистов-психологов. 2. Выбор своей аудитории. 3. Индивидуальный стиль деятельности психолога.				2		[2] [3] [7] [9]	4	Учебное задание, дискуссия, рефлексия
<b>8</b>	<b>Завершение работы в группе, подведение итогов</b>				<b>4</b>			<b>4</b>	
8.1	<b>Заключительная диагностика</b> 1. Диагностика профессиональных умений. 2. Игровое проектирование программы саморазвития.				2		[2] [3] [7] [9]	2	Отчет по результатам диагностического обследования: оценка уровня знаний о развитии профессионального самосознания, необходимых качеств личности (рефлексия)
8.2	<b>Рефлексия опыта</b> 1. Диагностика эффективности тренинга 2. Завершение тренинговой работы				2		[2] [3] [7] [9]	2	Отчет по результатам диагностического

	3. Рефлексия полученного опыта								обследования: оценка содержания профессионального самосознания, готовности к профессиональной деятельности (коллективный рисунок) Программа профессионально- личностного саморазвития
	<b>Всего</b>				<b>34</b>			<b>66</b>	<b>Зачет</b>

**УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКАЯ КАРТА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ «ТРЕНИНГ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО САМОСОЗНАНИЯ»**  
(заочная форма получения образования)

Номер темы	Название темы	Количество аудиторных часов				Литература	Количество часов самостоятельной работы	Форма контроля знаний
		Лекции	Практические занятия	Семинарские занятия	Лабораторные занятия			
1	<b>Я как будущий психолог</b>				2		10	
1.1	<b>Вводная диагностика ожиданий и опасений от тренинга профессионального самосознания</b> 1.Актуализация профессионального поля деятельности 2. Составляющие профессионального самосознания, его развитие 3. Профессиональные ожидания и опасения				2	[2] [3] [4] [5] [10]	6	Отчет по результатам диагностического обследования: оценка уровня знаний о развитии профессионального самосознания, необходимых качеств личности (рефлексия)
1.2	<b>Диагностика представлений о себе как будущем психологе-профессионале</b> 1.Диагностика представлений студентов о себе как будущих профессионалах 2. Оценка потребности в коррекционных мероприятиях у участников тренинга, уточнение цели этих мероприятий 3. Разработка и принятие основных принципов работы в группе					[2] [3] [4] [5] [6]	4	Отчет по результатам диагностики: оценка содержания профессионального самосознания, готовности к профессиональной деятельности

								(рефлексия)
<b>2</b>	<b>Стратегии профессионального выбора</b>				<b>0</b>		<b>6</b>	
2.1	<b>Мой профессиональный выбор</b> 1. Диагностика эмоционального состояния членов группы 2. Осознание характера своего профессионального выбора 3. Осознание личностного смысла выбранной профессии					[1] [3] [4] [6] [10] [11]	4	Отчет по результатам диагностики, рефлексия
2.2	<b>Пределные профессиональные смыслы</b> Выполнение и анализ методики пределных смыслов (МПС)					[2] [3] [5] [6] [7] [8]	2	Отчет по результатам диагностики, дискуссия, рефлексия
<b>3</b>	<b>Личность идеального психолога</b>						<b>12</b>	
3.1	<b>Представления об идеальном психологе</b> 1. Обсуждение личностных характеристик идеального психолога 2. Обнаружение профессиональных интроектов и их проработка					[3] [5] [10]	6	Рефлексия

3.2	<b>Идентификация в профессии психолога</b> 1. Осознание профессиональной ориентации и приверженности к определенной парадигме. 2. Осознание различных аспектов своей личной истории в восхождении к психологическим знаниям. 3. Определение профессиональной позиции психолога					[1] [3] [10]	6	Рефлексия
<b>4</b>	<b>Препятствия и ресурсы профессионального саморазвития</b>				<b>2</b>		<b>20</b>	
4.1	<b>Барьеры на пути профессионального саморазвития</b> 1. Выявление барьеров на пути профессионального саморазвития 2. Поиск ресурсов для преодоления барьеров 3. Переоценка своих возможностей 4. Появление нового способа жизнедеятельности, новых стратегий преодоления трудностей				2	[2] [3] [10]	10	Учебное задание, рефлексия.
4.2	<b>Ориентиры профессионального саморазвития</b> 1. Личная ответственность за профессиональные достижения 2. Духовность как мера свободы и ответственности					[2] [3] [10]	10	Рефлексия
<b>5</b>	<b>Профессиональные проекции</b>						<b>4</b>	



5.1	<b>Профессиональные проекции</b> 1.Обнаружение и проявление собственных проекций участниками тренинга 2. Поиск позитивных характеристик в образе неприятного человека					[2] [3] [10]	4	Учебное задание, рефлексия
<b>6</b>	<b>Развитие сенситивности и коммуникативных способностей</b>				<b>2</b>		<b>20</b>	
6.1	<b>Чувствительность и эмпатия</b> 1. Оценка сенситивности. 2. Развитие наблюдательности. 3. Позитивный подход и эмпатия. 4. Эмпатийные реплики психолога.					[2] [3] [7] [9]	6	Учебное задание, рефлексия
6.2	<b>Конструктивный спор</b> 1. Оценка себя как слушателя и критика. 2. Воздействие на собеседника. 3. Умение спорить конструктивно. 4. Анализ значимых взаимоотношений.					[2] [3] [7] [9]	4	Учебное задание, рефлексия
6.3	<b>Уверенность в себе</b> 1. Оценка уверенности, уровня агрессии, оптимизма, открытости. 2. Развитие уверенности в себе. 3. Умение расположить к себе.					[2] [3] [7] [9]	4	Учебное задание, рефлексия
6.4	<b>Невербальное общение</b> 1. Анализ невербального поведения. 2. Эмоции и эмоциональность.					[2] [3] [7] [9]	4	Учебное задание, рефлексия
6.5	<b>Активное слушание и вербализация</b> 1. Активное и пассивное слушание. 2. Типичные ошибки вербализации. 3. Метафорическая вербализация. 4. Правила обратной связи.					[2] [3] [7] [9]	2	Учебное задание, рефлексия

<b>7</b>	<b>Развитие рефлексивных способностей</b>						<b>12</b>	
7.1	<b>Диагностика рефлексивных способностей</b> 4. Оценка уровня рефлексивности. 5. Оценка профессиональной компетентности 6. Развитие вероятностного мышления.					[2] [3] [7] [9]	6	Отчет по результатам диагностики, рефлексия
7.2	<b>Профессиональная позиция</b> 1. Осознание функционально-ролевых позиций разных специалистов-психологов. 2. Выбор своей аудитории. 3. Индивидуальный стиль деятельности психолога.					[2] [3] [7] [9]	6	Учебное задание, дискуссия, рефлексия
<b>8</b>	<b>Завершение работы в группе, подведение итогов</b>				<b>2</b>		<b>8</b>	
8.1	<b>Заключительная диагностика</b> 1. Диагностика профессиональных умений. 2. Игровое проектирование программы саморазвития.					[2] [3] [7] [9]	4	Отчет по результатам диагностики: оценка уровня знаний о развитии профессионального самосознания, необходимых качеств личности Рефлексивный дневник.
8.2	<b>Рефлексия опыта</b> 1. Диагностика эффективности тренинга 2. Завершение тренинговой работы 3. Рефлексия полученного опыта				2	[2] [3] [7] [9]	4	Отчет по результатам диагностического обследования: оценка содержания

								профессионального самосознания, готовности к профессиональной деятельности (коллективный рисунок) Программа профессионально- личностного саморазвития
	<b>Всего</b>				<b>8</b>		<b>92</b>	<b>зачет</b>

# ИНФОРМАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ

## ЛИТЕРАТУРА

### Основная литература

1. Залыгина, Н. А. Развитие профессиональных качеств учителя в сфере формирования личностных и метапредметных компетенций учащихся : учеб.-метод. пособие для пед. работников системы доп. образования взрослых / Н. А. Залыгина, С. Д. Шакура ; Акад. последиплом. образования ; под общ. ред. Н. А. Залыгиной. – Минск : АПО, 2021. – 207 с.
2. Лобач, И. И. Психология : учеб.-метод. пособие для студентов учреждений высш. образования специальности 1-08 01 01 «Профессиональное обучение (по направлениям)» / И. И. Лобач ; Белорус. нац. техн. ун-т, Каф. «Психология» ; под общ. ред. И. И. Лобача. – Минск : БНТУ, 2017. – 186 с.
3. Музыченко, А. В. Формирование профессионального самосознания будущих психологов [Электронный ресурс] : учеб.-метод. пособие / А. В. Музыченко // Репозиторий БГПУ. – Режим доступа: <https://elib.bspu.by/handle/doc/1150>. – Дата доступа: 08.05.2024.

### Дополнительная литература

1. Бодров, В. А. Психология профессиональной пригодности : учеб. пособие для вузов / В. А. Бодров. – 2-е изд. – М. : Пер Сэ, 2006. – 511 с.
2. Вачков, И. В. Основы технологии группового тренинга. Психотехники : учеб. пособие / И. В. Вачков. – 2-е изд., перераб. и доп. – М. : Ось-89, 2001. – 223 с.
3. Джумагалиева, Г. Р. Развивающие технологии совершенствования профессионального самосознания студентов вузов [Электронный ресурс] / Г. Р. Джумагалиева // КиберЛенинка. – Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/razvivayuschie-tehnologii-sovershenstvovaniya-professionalnogo-samosoznaniya-studentov-vuzov>. – Дата доступа: 08.05.2024.
4. Лазарева, Ю. В. Особенности формирования профессионального самосознания студентов педагогов-психологов / Ю. В. Лазарева // Изв. вузов. Сев.-Кавказ. регион. Сер.: Обществ. науки. – 2013. – № 5. – С. 109–114.
5. Музыченко, А. В. Динамика профессионального самосознания будущих психологов в процессе переподготовки : автореф. дис. ... канд. психол. наук : 19.00.07 / А. В. Музыченко ; Нац. ин-т образования. – Минск, 2003. – 21 с.
6. Музыченко, А. В. Личностный рост студентов-психологов в процессе обучения / А. В. Музыченко // Информационное и развивающее обеспечение студентов в процессе вузовского образования : материалы Респ. науч.-практ. конф., Минск, 21–23 июня 2007 г. / Белорус. гос. пед. ун-т ; редкол.: Л. В. Марищук [и др.] ; науч. ред.: Л. В. Марищук, Т. М. Савельева. – Минск, 2007. – С. 93–97.
7. Практикум по социально-психологическому тренингу / С. П. Безносков [и др.] ; под ред. Б. Д. Парыгина. – 3-е изд., испр. и доп. – СПб. : Изд-во Михайлова В. А., 2000. – 350 с.

8. Пряжникова, Е. Ю. Психология труда: теория и практика : учеб. для бакалавров / Е. Ю. Пряжникова. – М. : Юрайт, 2019. – 520 с.
9. Психогимнастика в тренинге : каталог / под ред. Н. Ю. Хрящевой. – СПб. : Речь, 2001. – 256 с.
10. Психологическое обеспечение профессиональной деятельности: теория и практика : коллектив. моногр. / Е. А. Столярчук [и др.] ; под ред. Г. С. Никифорова. – СПб. : Речь, 2010. – 816 с.
11. Психология труда : учеб. для студентов вузов / А. В. Карпов [и др.] ; под ред. А. В. Карпова. – 2-е изд. – М. : Юрайт, 2011. – 350 с.

### Вопросы к зачету

1. Цели и задачи тренинга профессионального самосознания.
2. Методы диагностики профессионального поля будущей деятельности.
3. Методы диагностики представлений о себе как о профессионале.
4. Методы диагностики ожиданий и опасений в групповой работе.
5. Стратегии профессионального выбора: методы выявления, анализ.
6. Личность психолога: профессионально-значимые качества, их развитие в условиях тренинга.
7. Профессиональные интроекты: методы выявления, анализ.
8. Препятствия и ресурсы профессионального саморазвития: методы выявления, анализ.
9. Способы преодоления трудностей на пути к профессиональному саморазвитию и личностному росту.
10. Профессиональные проекции: методы выявления, анализ.
11. Развитие позитивного мышления в условиях тренинга профессионального самосознания.
12. Сенситивные способности психолога, способы их развития в условиях тренинга.
13. Коммуникативные способности психолога, способы их развития в условиях тренинга.
14. Методы диагностики рефлексивности личности.
15. Развитие рефлексивных способностей психолога в условиях тренинга профессионального самосознания.
16. Развитие профессиональной идентичности в условиях тренинга
17. Преодоление стереотипов профессиональной деятельности: тренинговые упражнения.
18. Способы развития творческого потенциала личности в условиях тренинга профессионального самосознания.
19. Оценка эффективности тренинга профессионального самосознания.
20. Завершение тренинговой работы: принципы, рекомендации, упражнения, психологические задания.
21. Интеграция полученного опыта по развитию профессионального самосознания. Анализ и обобщение материалов эссе, минисочинений, рефлексии, коллективных рисунков, рефлексивных дневников.
22. Игровое моделирование и проектирование в условиях тренинга профессионального самосознания.
23. Составление программы профессионально-личностного развития.
24. Методы тренинга профессионального самосознания.

Практическое задание: рефлексивный отчет по завершению тренинга профессионального самосознания.

**ПЕРЕЧЕНЬ ИСПОЛЬЗУЕМЫХ СРЕДСТВ ДИАГНОСТИКИ**

- отчет по результатам диагностики;
- оценка составленных или подобранных упражнений по задаче развития профессионального самосознания,
- структурно-логические схемы,
- психологические учебные задачи,
- защита проекта;
- оценка программы профессионально-личностного саморазвития;
- рефлексивный дневник.

## **МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ОРГАНИЗАЦИИ И ВЫПОЛНЕНИЮ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ СТУДЕНТОВ**

Самостоятельная работа студентов по учебной дисциплине «Тренинг профессионального самосознания» может осуществляться в различных формах.

Для студентов заочной формы получения образования обязательным является ведение рефлексивного дневника (для студентов дневной формы получения образования – рекомендательный характер). При знакомстве с различными источниками в дневнике можно представить цитатный план основных идей автора, оставлять поле для заметок и комментариев. Может быть использован метод фильтров, как маркировка идей, с которыми студент согласен (+) и не согласен (-), которые вызвали удивление (!) и вопрос (?), что позволяет глубже проанализировать текст, преломляя его сквозь призму субъективного опыта, формирует готовность к обсуждению прочитанного.

Для усвоения студентами понятийно-категориального аппарата дисциплины важной формой самостоятельной работы является составление глоссария к теме, работа со словарями и энциклопедиями, с последующей разработкой кроссвордов и сравнительных таблиц. Такие задания ориентированы на структурирование и систематизацию знаний.

Важным умением студента является составление структурно-логических схем для визуализации учебного материала; необходимо вычленив основные понятия, установить между ними смысловые связи.

В целях развития социально-психологических компетенций студентов может быть предложена подготовка информационно-творческих проектов в микрогруппах сменного состава. Данная форма развивает умения, работы с информацией, взаимодействия в команде, аргументации в дискуссии, планирование деятельности. Информационно-творческий проект может включать перечень упражнений для тренинга по формированию профессионального самосознания будущих специалистов, комментарии к проведению.

Для практико-ориентированной подготовки студентов важной формой работы является решение разного уровня сложности психологических учебных задач, с обоснованием их решения. Учебные задачи желательно включать в контекст профессиональной деятельности практического психолога.

Контроль выполнения самостоятельной работы и диагностика уровня достижений студентов может осуществляться в рамках лабораторных и зачета.



## Содержание заданий по СРС

№ п/п	Название темы	Кол-во часов на СРС	Задание	Форма выполнения
<b>1</b>	<b>Я как будущий психолог</b>	<b>8</b>		
1.1	<b>Вводная диагностика ожиданий и опасений от тренинга профессионального самосознания</b> 1. Актуализация профессионального поля деятельности 2. Составляющие профессионального самосознания, его развитие 3. Профессиональные ожидания и опасения	4	Определить профессиональное поле деятельности психолога, профессиональные ожидания и опасения.	Отчет по результатам диагностического обследования: оценка уровня знаний о развитии профессионального самосознания, необходимых качеств личности (рефлексия)
1.2	<b>Диагностика представлений о себе как будущем психологе-профессионале</b> 1. Диагностика представлений студентов о себе как будущих профессионалах 2. Оценка потребности в коррекционных мероприятиях у участников тренинга, уточнение цели этих мероприятий 3. Разработка и принятие основных принципов работы в группе	4	Осуществить диагностику	Отчет по результатам диагностического обследования: оценка содержания профессионального самосознания, готовности к профессиональной деятельности (коллективный рисунок)

<b>2</b>	<b>Стратегии профессионального выбора</b>	<b>4</b>		
2.1	Мой профессиональный выбор 1. Диагностика эмоционального состояния членов группы 2. Осознание характера своего профессионального выбора 3. Осознание личностного смысла выбранной профессии	2	Определить личностный смысл профессии психолога	Оформленные результаты в рефлексивном дневнике
2.2	Предельные профессиональные смыслы Выполнение и анализ методики предельных смыслов (МПС)	2	Провести диагностику.	Оформленные результаты в рефлексивном дневнике
<b>3</b>	<b>Личность идеального психолога</b>	<b>8</b>		
3.1	Представления об идеальном психологе 1. Обсуждение личностных характеристик идеального психолога 2. Обнаружение профессиональных интроектов и их проработка	4	Определить профессиональные интроекты и проработать	Перечень интроектов в рефлексивном дневнике
3.2	Идентификация в профессии психолога 1. Осознание профессиональной ориентации и приверженности к	4	Написать рефлексии в дневнике	Отчет в рефлексивном дневнике

	<p>определенной парадигме.</p> <p>2. Осознание различных аспектов своей личной истории в восхождении к психологическим знаниям.</p> <p>3. Определение профессиональной позиции психолога</p>			
<b>4</b>	<b>Препятствия и ресурсы профессионального саморазвития</b>	<b>12</b>		
4.1	<p><b>Барьеры на пути профессионального саморазвития</b></p> <p>1.Выявление барьеров на пути профессионального саморазвития</p> <p>2. Поиск ресурсов для преодоления барьеров</p> <p>3. Переоценка своих возможностей</p> <p>4. Появление нового способа жизнедеятельности, новых стратегий преодоления трудностей</p>	6	Разработать конспекты занятий	Конспекты занятий
4.2	<p><b>Ориентиры профессионального саморазвития</b></p> <p>1.Личная ответственность за профессиональные достижения</p> <p>2. Духовность как мера свободы и ответственности</p>	6	Подготовить отчет	Отчет в рефлексивном дневнике
<b>5</b>	<b>Профессиональные проекции</b>	<b>4</b>		
5.1	<p><b>Профессиональные проекции</b></p> <p>1.Обнаружение и прояснение</p>	4	Подготовить характеристику с позитивными характеристиками в	Характеристика

	собственных проекций участниками тренинга 2. Поиск позитивных характеристик в образе неприятного человека		образе неприятного человека	
6	<b>Развитие сенситивности и коммуникативных способностей</b>	<b>18</b>		
6.1	Чувствительность и эмпатия 1. Оценка сенситивности. 2. Развитие наблюдательности. 3. Позитивный подход и эмпатия. 4. Эмпатийные реплики психолога.	4	Проанализировать и записать отчет в рефлексивном дневнике	Отчет в рефлексивном дневнике
6.2	Конструктивный спор 1. Оценка себя как слушателя и критика. 2. Воздействие на собеседника. 3. Умение спорить конструктивно. 4. Анализ значимых взаимоотношений.	4	Проанализировать и записать отчет в рефлексивном дневнике	Отчет в рефлексивном дневнике
6.3	Уверенность в себе 1. Оценка уверенности, уровня агрессии, оптимизма, открытости. 2. Развитие уверенности в себе. 3. Умение расположить к себе.	4	Проанализировать и записать отчет в рефлексивном дневнике	Отчет в рефлексивном дневнике
6.4	Невербальное общение 1. Анализ невербального	4	Проанализировать и записать отчет в рефлексивном дневнике	Отчет в рефлексивном дневнике

	поведения. 2. Эмоции и эмоциональность.			
6.5	Активное слушание и вербализация 1. Активное и пассивное слушание. 2. Типичные ошибки вербализации. 3. Метафорическая вербализация. 4. Правила обратной связи.	4	Проанализировать и записать отчет в рефлексивном дневнике	Отчет в рефлексивном дневнике
<b>7</b>	<b>Развитие рефлексивных способностей</b>	<b>8</b>		
7.1	<b>Диагностика рефлексивных способностей</b> 1. Оценка уровня рефлексивности. 2. Оценка профессиональной компетентности 3. Развитие вероятностного мышления.	4	Осуществить диагностику	Оформленные результаты в рефлексивном дневнике
7.2	<b>Профессиональная позиция</b> 1. Осознание функционально-ролевых позиций разных специалистов-психологов. 2. Выбор своей аудитории. 3. Индивидуальный стиль деятельности психолога.	4	Определить профессиональную позицию	Оформленные результаты в рефлексивном дневнике
<b>8</b>		<b>4</b>		
8.1	Заключительная диагностика 1. Диагностика профессиональных умений.	2	Разработать программу профессионально-личностного саморазвития	Программа профессионально-личностного саморазвития

	2. Игровое проектирование программы саморазвития.			
8.2	Рефлексия опыта 1. Диагностика эффективности тренинга 2. Завершение тренинговой работы 3. Рефлексия полученного опыта	2	Сделать отчет по результатам диагностического обследования: оценка содержания профессионального самосознания, готовности к профессиональной деятельности	Отчет в рефлексивном дневнике
	<b>Всего</b>	<b>66</b>		

ПРОТОКОЛ СОГЛАСОВАНИЯ УЧЕБНОЙ ПРОГРАММЫ  
ДИСЦИПЛИНЫ «ТРЕНИНГ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО  
САМОСОЗНАНИЯ»  
С ДРУГИМИ ДИСЦИПЛИНАМИ СПЕЦИАЛЬНОСТИ

Название дисциплины, с которой требуется согласование	Название Кафедры	Предложения об изменениях в содержании учебной программы по изучаемой учебной дисциплине	Решение, принятое кафедрой, разработавшей учебную программу
Общая психология	Общей и организационной психологии	Рассмотреть только обзорно вопросы, связанные с сущностью, характеристиками самосознания, так как они включены в программу дисциплины «Общая психология».	протокол № 5 от 16.11.2023 г.
Психология развития	Психологии образования	Исключить из содержания вопросы, связанные с развитием личности в поздней юности и ранней взрослости, так как они включены в программу дисциплины «Психология развития».	протокол № 5 от 16.11.2023 г.
Психодиагностика	Психологии образования	Заложить основы ориентировки в индикаторах профессионального самосознания.	протокол № 5 от 16.11.2023 г.
Педагогическая психология	Психологии образования	Рассмотреть проблемы, связанные с задачами сотрудничества психолога и педагога.	протокол № 5 от 16.11.2023 г.