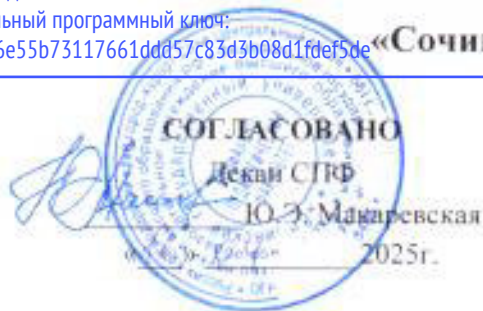


Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Ермакова Виктория Павловна
Должность: Директор школы авангардного гостеприимства и инноваций (ШАГИ
Сочи), проректор
Дата подписания: 03.06.2026 17:50:52
Уникальный программный ключ:
e54076e55b73117661ddd57c83d3b08d1fder5de

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования

«Сочинский государственный университет»



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ
Психология жизненного пути личности

Шифр и направление подготовки	37.04.01, «Психология»
Квалификация (степень) выпускника	Магистр
Магистерская программа	«Психология личности»
Форма обучения	Очно-заочная
Выпускающая кафедра	Кафедра общей психологии и социальных коммуникаций
Кафедра-разработчик рабочей программы	Кафедра общей психологии и социальных коммуникаций
Год набора	2025

Семестр	Трудоем- кость (час./зет.)	Лекцион. занятий, (час.)	Практич. занятий, (час.)	Лаборат. занятий, (час.)	СРС, (час.)	КР/ КП	РГР	Форма промежуточного контроля (экз./зачет)
2	144/4	32	32	-	53	-	-	Экзамен (27)
Итого:	144/4	32	32	-	53	-	-	Экзамен (27)

Лист согласования рабочей программы дисциплины «Психология жизненного пути личности»

Рабочую программу составил (и):
к.т.н., проф. кафедры ОПиСК Тыщенко Е.А.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА РАССМОТРЕНА И ОДОБРЕНА:

Заведующий кафедрой ОПиСК

 /Шуванов И.Б./

Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины соответствует
библиотечному фонду СГУ;

Директор НОБ

 /Дорофеева И.В./

Структура рабочей программы соответствует предъявляемым требованиям:

Отдел качества образования и
методического обеспечения

 /Петрова А.В./

ЛИСТ РЕГИСТРАЦИИ ИЗМЕНЕНИЙ РПД

Рабочая программа переутверждена на 2026/2027 учебный год, протокол №____ заседания кафедры от «» _____ 2026г.

В программу внесены дополнения и (или) изменения.

Заведующий кафедрой _____/И.Б. Шуванов/

Рабочая программа переутверждена на 202__/202__ учебный год, протокол №____ заседания кафедры от «» _____ 2027г.

В программу внесены дополнения и (или) изменения.

Заведующий кафедрой _____/И.Б. Шуванов/

1. ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Целью освоения дисциплины «Психология жизненного пути личности» является способствовать духовным и интеллектуальным усилиям обучающихся в понимании психологии и философии жизненного и профессионального пути как своеобразного и уникального явления в истории человеческой жизни, роли рефлексии в осмыслении, ценностей и смысла собственной жизни и профессионального опыта.

Задачами дисциплины являются:

- знакомство и изучение различных теоретических подходов в исследовании феномена жизненного пути человека;
- овладение навыками самостоятельного исследования и рефлексирования собственного биографического опыта, постановки проблем и способов их решения, прогнозирования своей профессиональной деятельности.

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП НАПРАВЛЕНИЯ

Дисциплина относится к части, формируемой участниками образовательных отношений.

Таблица 1 – Дисциплины, участвующие в формировании компетенции

Код и наименование компетенции	Дисциплины, участвующие в формировании компетенции (перечисляются дисциплины, практики, кроме ГЭ, ВКР)
Универсальные компетенции	
УК-6 Способен определять и реализовывать приоритеты собственной деятельности и способы ее совершенствования на основе самооценки	Методы научных исследований Психология сознания Методологические проблемы психологии Теории развития личности Личность и профессиональная деятельность Теории личности Временная перспектива личности Педагогическая практика Производственная практика в профильных организациях Преддипломная практика Актуальные проблемы теории и практики современной психологии
Профессиональные компетенции установленные вузом	
ПК-3 Способен осуществлять организацию и предоставление услуг лицам разных возрастных групп и категорий	Подготовка научного исследования к публикации Теории личности Временная перспектива личности Гендерная психология Социальная психология личности Личность в экстремальных и стрессовых ситуациях Психология субъекта Производственная практика в профильных организациях Преддипломная практика

3. ТРЕБОВАНИЯ К РЕЗУЛЬТАТАМ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

УК – универсальные компетенции;

ОПК – общепрофессиональные компетенции;

ПК – профессиональные компетенции установленные вузом.

Таблица 2 – Компетенции и индикаторы их достижения

Компетенции и индикаторы их достижения	Результат обучения по дисциплине
--	----------------------------------

Код и наименование компетенции	Код и наименование индикатора достижения компетенции	(показатели освоения компетенций)
Универсальные компетенции		
УК-6 Способен определять и реализовывать приоритеты собственной деятельности и способы ее совершенствования на основе самооценки	УК-6.1 Находит и творчески использует имеющийся опыт в соответствии с задачами саморазвития	Знать: особенности приоритетов собственной деятельности Уметь: находить и творчески использовать имеющийся опыт в соответствии с задачами саморазвития Владеть: навыком расстановки и реализации приоритетов собственной деятельности
	УК-6.2 Самостоятельно выявляет мотивы и стимулы саморазвития, определяя реалистические цели профессионального роста	Знать: особенности мотивов и стимулов саморазвития Уметь: определять реалистические цели профессионального роста Владеть: самостоятельно выявляет мотивы и стимулы саморазвития, определяя реалистические цели профессионального роста
	УК-6.3 Действует в условиях неопределенности, корректируя планы и шаги по их реализации с учетом имеющихся ресурсов	Знать: особенности действий в условиях неопределенности, Уметь: корректировать планы и шаги по их реализации с учетом имеющихся ресурсов Владеть: навыками планирования и коррекции
Профессиональные компетенции установленные вузом		
ПК-3 Способен осуществлять организацию и предоставление услуг лицам разных возрастных групп и категорий	ПК-3.1 Осуществляет обоснование, реализацию психологической диагностики в разных социальных группах и с отдельными лицами (клиентами), попавшими в трудную жизненную ситуацию и с учетом их запроса на психологическую услугу.	Знать: особенности реализации психологической диагностики с различными группами и категориями лиц, в соответствии с запросом Уметь: реализовывать этапы психологической диагностики по запросу лиц или социальных групп, попавшими в трудную жизненную ситуацию Владеть: разнообразием психодиагностических методов и методик и применением их в работе с различными социальными группами и лицами (клиентами), попавшими в трудную жизненную ситуацию, на основе их запроса
	ПК-3.2 Планирует и осуществляет психологическую коррекционно-развивающую помощь разным группам, категориям населения и отдельным лицам (клиентам)	Знать: особенности планирования и осуществления коррекционно-развивающей помощи разным группам, категориям населения и отдельным лицам (клиентам) Уметь: составлять планирование и реализацию коррекционно-развивающей помощи различным категориям населения и отдельным лицам (клиентам) Владеть: владеет основами планирования и реализации коррекционно-развивающей работы с разными категориями населения и лицами (клиентами)

Компетенции и индикаторы их достижения		Результат обучения по дисциплине (показатели освоения компетенций)
Код и наименование компетенции	Код и наименование индикатора достижения компетенции	
	ПК-3.3 Организует и оказывает психологические консультативные услуги в рамках психологического сопровождения социально уязвимых слоев населения и отдельным лицам (клиентам) с различными социально-психологическими проблемами	Знать: особенности оказания психологических услуг в рамках психологического сопровождения социально уязвимых слоев населения и отдельным лицам (клиентам) с различными проблемами Уметь: организовывать оказание и реализацию психологических консультативных услуг для населения с различными социально-психологическими проблемами Владеть: навыками организации, планирования, оказания консультативных услуг в рамках психологического сопровождения различных групп населения и отдельных лиц (клиентов) с социально-психологическими проблемами

4. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

4.1 Тематический план дисциплины

Общая трудоемкость дисциплины составляет 4 зачетных единиц, 144 часа.

Таблица 3 – Распределение фонда времени по темам дисциплины

№ раздела, темы	Наименование модуля (раздела, темы) дисциплины	Всего часов	Виды учебной нагрузки и их трудоемкость, часы			
			Контактная работа			СРС
			Лекции	Практические занятия	Лабораторные работы	
1	Тема 1. Дисциплина «Психология жизненного пути»: предмет, методология и актуальность.	7	2	2*	-	3
2	Тема 2. Философские и антропологические основания понятия «жизненный путь».	7	2	2*	-	3
3	Тема 3. Исторический обзор ключевых теорий жизненного пути в психологии.	7	2	2*	-	3
4	Тема 4. Жизненный путь и жизненный цикл: сравнительный анализ. Понятие временной перспективы.	7	2	2*	-	3
5	Тема 5. Событийная структура жизненного пути: биографические события, кризисы, поворотные точки.	7	2	2*	-	3
6	Тема 6. Возраст и этапы жизненного пути: от детства до поздней зрелости.	7	2	2*	-	3
7	Тема 7. Нормативные и ненормативные кризисы развития.	7	2	2*	-	3
8	Тема 8. Смысловая сфера личности: жизненные цели, ценности, стратегии и сценарии.	7	2	2*	-	3
9	Тема 9. Субъектность и субъективный опыт	7	2	2*	-	3

	жизненного пути.					
10	Тема 10. Личностная автономия, ответственность и авторство жизни.	7	2	2	-	3
11	Тема 11. Психология жизнестойкости и совладания с трудностями.	7	2	2	-	3
12	Тема 12. Профессиональное самоопределение и становление.	8	2	2	-	4
13	Тема 13. Профессиональная карьера: траектории, кризисы, успех.	8	2	2	-	4
14	Тема 14. Баланс между профессиональной и личной жизнью.	8	2	2	-	4
15	Тема 15. Автобиографическая память и нарративная идентичность.	8	2	2	-	4
16	Тема 16. Методы исследования и практики работы с биографией.	8	2	2	-	4
17	Экзамен	27	-	-	-	-
ИТОГО:		144	32	32	-	53

*занятия проводятся в форме практической подготовки

4.1.1 Лекционные занятия

№ п/п	Наименование темы дисциплины	Краткое содержание
1	Тема 1. Дисциплина «Психология жизненного пути»: предмет, методология и актуальность.	Значение жизненного пути для человека в филогенезе и онтогенезе. Проблема жизненного пути человека в философском дискурсе. Антропологические аспекты жизненного пути человека. Ценностный и онтологический уровни человеческой экзистенции. Жизненный путь человека как социологическая проблема. Психологический анализ проблем жизненного пути, выбора жизненных стратегий личности в отечественной науке. Исследование проблем жизненного пути личности, возрастной периодизации, анализа жизненных событий, биографических повествований за рубежом. Биографические исследования жизненного пути человека в различных социокультурных и исторических условиях. Исследование проблем идентичности и потери смысла существования человека в культуре постмодерна. Психология жизненного пути как междисциплинарная область знания. Основные категории: жизненный путь, событие, биография, субъект. Актуальные проблемы современности: скорость социальных изменений, множественность идентичностей, поиск смысла.
2	Тема 2. Философские и антропологические основания понятия «жизненный путь».	Жизнь как путь в античной философии, экзистенциализме (С.Кьеркегор, Ж.-П.Сартр, М.Хайдеггер). Антропологические аспекты: инициации, обряды перехода (А. ван Геннеп), культурные сценарии жизни.
3	Тема 3. Исторический обзор ключевых теорий жизненного пути в психологии.	Ш.Бюллер: цели и самореализация. С.Л.Рубинштейн: человек как субъект жизни. Б.Г.Ананьев: жизненный путь как история. Э.Эриксон: эпигенетическая теория. Современные зарубежные подходы (Дж.Бруннер, Д.Макадамс).
4	Тема 4. Жизненный путь и жизненный цикл: сравнительный анализ.	Жизненный путь vs жизненный цикл: индивидуальное vs универсальное. Концепция временной перспективы Ф.Зимбардо. Прошлое, настоящее, будущее в

	Понятие временной перспективы.	субъективной картине жизни.
5	Тема 5. Событийная структура жизненного пути: биографические события, кризисы, поворотные точки.	Классификация событий (нормативные, ненормативные, критические). Понятие "биографический кризис". Поворотные точки и их роль в изменении траектории жизни.
6	Тема 6. Возраст и этапы жизненного пути: от детства до поздней зрелости.	Детство как основа жизненного сценария. Юность: поиск идентичности. Зрелость: продуктивность и генеративность. Поздняя зрелость: интеграция и подведение итогов.
7	Тема 7. Нормативные и ненормативные кризисы развития.	Нормативные кризисы (кризис 30-ти, середины жизни). Ненормативные кризисы (потеря работы, болезнь, миграция). Ресурсы и стратегии преодоления.
8	Тема 8. Смысловая сфера личности: жизненные цели, ценности, стратегии и сценарии.	Иерархия жизненных целей. Ценностные ориентации (по Ш.Шварцу). Жизненные стратегии: достиженческая, адаптивная, гедонистическая. Сценарный анализ (Э.Берн).
9	Тема 9. Субъектность и субъективный опыт жизненного пути.	Человек как автор и активный строитель своей жизни. Субъективный опыт как интегратор переживаний и действий. Внутренняя позиция личности по отношению к собственной жизни.
10	Тема 10. Личностная автономия, ответственность и авторство жизни.	Понятие личностной автономии. Ответственность за выбор и его последствия. Феномен "авторства жизни" как высшее проявление субъектности.
11	Тема 11. Психология жизнестойкости и совладания с трудностями.	Концепция жизнестойкости (С.Мадди). Копинг-стратегии и их эффективность. Посттравматический рост.
12	Тема 12. Профессиональное самоопределение и становление.	Теории профессионального выбора (Д.Сьюпер, Э.Ро). Стадии профессионального становления. Понятие "призвание".
13	Тема 13. Профессиональная карьера: траектории, кризисы, успех.	Линейная, спиралевидная, стабильная карьера. Профессиональные кризисы (выгорание, "плато"). Субъективные и объективные критерии профессионального успеха.
14	Тема 14. Баланс между профессиональной и личной жизнью.	Конфликт и синергия ролей. Модели work-life balance. Социально-психологические последствия дисбаланса.
15	Тема 15. Автобиографическая память и нарративная идентичность.	Автобиографическая память и ее искажения. Концепция нарративной идентичности (Д.Макадамс). Жизнь как история: сюжеты, герои, темы.
16	Тема 16. Методы исследования и практики работы с биографией.	Биографический метод, нарративное интервью, анализ личных документов. Психобиография. Практики: линия жизни, автобиографическое письмо, рефлексивное портфолио.

4.1.2 Практические занятия

№ п/п	Наименование темы дисциплины	Краткое содержание
1	Тема 1. Дисциплина «Психология жизненного пути»: предмет, методология и актуальность.	Дискуссия: "Чем вызван интерес современной психологии к биографическому подходу?". Анализ кейсов: выделение ключевых категорий дисциплины в конкретных жизненных историях. Занятие проводится в форме практической подготовки.
2	Тема 2. Философские и антропологические основания понятия	Сопоставление метафоры "жизнь-путь" в разных культурах. Анализ текстов (например, "Сиддхартха" Г.Гессе). Обсуждение современных "обрядов перехода".

	«жизненный путь».	Занятие проводится в форме практической подготовки.
3	Тема 3. Исторический обзор ключевых теорий жизненного пути в психологии.	Работа в группах: презентация и сравнительный анализ теорий Бюллер, Рубинштейна, Эриксона. Разбор конкретных случаев с позиций разных теоретических подходов. Занятие проводится в форме практической подготовки.
4	Тема 4. Жизненный путь и жизненный цикл: сравнительный анализ. Понятие временной перспективы.	Диагностика своей временной перспективы (опросник Зимбардо). Упражнение "Линия моего времени": проектирование прошлого, настоящего и будущего. Занятие проводится в форме практической подготовки.
5	Тема 5. Событийная структура жизненного пути: биографические события, кризисы, поворотные точки.	Составление собственной "карты жизненных событий". Анализ поворотных точек в биографиях известных личностей. Занятие проводится в форме практической подготовки.
6	Тема 6. Возраст и этапы жизненного пути: от детства до поздней зрелости.	Решение задач на идентификацию возрастных задач и кризисов. Проективное упражнение "Письмо себе в будущем". Анализ фильма/книги с точки зрения возрастной динамики героя. Занятие проводится в форме практической подготовки.
7	Тема 7. Нормативные и ненормативные кризисы развития.	Кейс-стадии: анализ стратегий преодоления нормативных и ненормативных кризисов. Мозговой штурм: "Ресурсная карта" для прохождения кризиса. Занятие проводится в форме практической подготовки.
8	Тема 8. Смысловая сфера личности: жизненные цели, ценности, стратегии и сценарии.	Диагностика ценностных ориентаций. Упражнение "Колесо жизненного баланса". Анализ собственного жизненного сценария по модели Э.Берна. Занятие проводится в форме практической подготовки.
9	Тема 9. Субъектность и субъективный опыт жизненного пути.	Дискуссия на тему "Потеря смысла жизни – это потеря субъектной позиции?". Рефлексивное упражнение "Я – автор своей жизни": в каких сферах я чувствую себя автором, а в каких – жертвой? Занятие проводится в форме практической подготовки.
10	Тема 10. Личностная автономия, ответственность и авторство жизни.	Анализ ситуаций морального выбора. Упражнение "Принятие ответственности": переформулирование жалоб в задачи. Дискуссия о границах ответственности.
11	Тема 11. Психология жизнестойкости и совладания с трудностями.	Диагностика уровня жизнестойкости. Тренировка навыков проблемно-ориентированного и эмоционально-ориентированного копинга. Разбор случаев посттравматического роста.
12	Тема 12. Профессиональное самоопределение и становление.	Упражнение "Мои мотивы и ресурсы в профессии". Составление карты профессиональных интересов и компетенций. Анализ типичных ошибок профессионального выбора.
13	Тема 13. Профессиональная карьера: траектории, кризисы, успех.	Моделирование собеседования с обсуждением карьерных планов. Разбор кейсов профессиональных кризисов ("выгорание", "потолок"). Дискуссия: "Что для меня значит "успешная карьера"?"
14	Тема 14. Баланс между профессиональной и личной жизнью.	Упражнение "Идеальный день": проектирование распорядка, удовлетворяющего все ключевые потребности. Анализ конфликтных ситуаций "работа-семья". Составление личного плана достижения баланса.
15	Тема 15. Автобиографическая память и нарративная идентичность.	Практикум автобиографического письма: написание эпизода жизни в разных жанрах (драма, комедия, притча). Анализ собственной "доминирующей истории".
16	Тема 16. Методы	Практикум по проведению биографического интервью в

	исследования и практики работы с биографией.	парах. Освоение техники "Линия жизни". Создание и презентация собственного рефлексивного портфолио или психобиографического эссе.
--	--	---

4.1.3 Лабораторные занятия не предусмотрены учебным планом

4.1.4 Самостоятельная работа студента

№ п/п	Наименование темы дисциплины	Вид СРС
1	Тема 1. Дисциплина «Психология жизненного пути»: предмет, методология и актуальность.	проработка лекций; анализ источников; составление словаря по теме; написание контрольной работы; подготовка к экзамену
2	Тема 2. Философские и антропологические основания понятия «жизненный путь».	проработка лекций; анализ источников; составление словаря по теме; написание контрольной работы; подготовка к экзамену
3	Тема 3. Исторический обзор ключевых теорий жизненного пути в психологии.	проработка лекций; анализ источников; составление словаря по теме; написание контрольной работы; подготовка к экзамену
4	Тема 4. Жизненный путь и жизненный цикл: сравнительный анализ. Понятие временной перспективы.	проработка лекций; анализ источников; составление словаря по теме; написание контрольной работы; подготовка к экзамену
5	Тема 5. Событийная структура жизненного пути: биографические события, кризисы, поворотные точки.	проработка лекций; анализ источников; составление словаря по теме; написание контрольной работы; подготовка к экзамену
6	Тема 6. Возраст и этапы жизненного пути: от детства до поздней зрелости.	проработка лекций; анализ источников; составление словаря по теме; написание контрольной работы; подготовка к экзамену
7	Тема 7. Нормативные и ненормативные кризисы развития.	проработка лекций; анализ источников; составление словаря по теме; написание контрольной работы; подготовка к экзамену
8	Тема 8. Смысловая сфера личности: жизненные цели, ценности, стратегии и сценарии.	проработка лекций; анализ источников; составление словаря по теме; написание контрольной работы; подготовка к экзамену
9	Тема 9. Субъектность и субъективный опыт жизненного пути.	проработка лекций; анализ источников; составление словаря по теме; написание контрольной работы; подготовка к экзамену
10	Тема 10. Личностная автономия, ответственность и авторство жизни.	проработка лекций; анализ источников; составление словаря по теме; написание контрольной работы; подготовка к экзамену
11	Тема 11. Психология жизнестойкости и	проработка лекций;

	совладания с трудностями.	анализ источников; составление словаря по теме; написание контрольной работы; подготовка к экзамену
12	Тема 12. Профессиональное самоопределение и становление.	проработка лекций; анализ источников; составление словаря по теме; написание контрольной работы; подготовка к экзамену
13	Тема 13. Профессиональная карьера: траектории, кризисы, успех.	проработка лекций; анализ источников; составление словаря по теме; написание контрольной работы; подготовка к экзамену
14	Тема 14. Баланс между профессиональной и личной жизнью.	проработка лекций; анализ источников; составление словаря по теме; написание контрольной работы; подготовка к экзамену
15	Тема 15. Автобиографическая память и нарративная идентичность.	проработка лекций; анализ источников; составление словаря по теме; написание контрольной работы; подготовка к экзамену
16	Тема 16. Методы исследования и практики работы с биографией.	проработка лекций; анализ источников; составление словаря по теме; написание контрольной работы; подготовка к экзамену

4.1.5 Интерактивные формы занятий

Интерактивные формы занятий не предусмотрены учебным планом

4.2 Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

4.2.1 Литература

1. Абрамова, Г. С. Психология человеческой жизни : учебное пособие для вузов и ссузов / Г. С. Абрамова. — Москва : Прометей, 2018. — 352 с. — ISBN 978-5-906879-69-1. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/94515.html> (дата обращения: 09.02.2026). — Режим доступа: для авторизир. пользователей.

2. Анцыферова, Л. И. Развитие личности и проблемы геронтопсихологии / Л. И. Анцыферова. — 3-е изд. — Москва : Издательство «Институт психологии РАН», 2019. — 515 с. — ISBN 5-9270-0094-0. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/88381.html> (дата обращения: 09.02.2026). — Режим доступа: для авторизир. пользователей.

3. Волков, Б. С. Психология возраста: от младшего школьника до старости: логические схемы и таблицы: учебное пособие для студентов высших учебных заведений, обучающихся по педагогическим специальностям (ОПД.Ф.01 - Психология) / Б. С. Волков. — Москва: ВЛАДОС, 2013. — 511 с.: ил. — (Библиотека психолога) — (Учебное пособие для вузов). — Библиогр.: с. 501-511. — ISBN 978-5-691-01921-0. — Текст (визуальный): непосредственный

4.2.2 Современные профессиональные базы данных (СПБД) и информационные справочные системы (ИСС)

Таблица 4 – Перечень современных профессиональных баз данных (СПБД) и

информационные справочные системы (ИСС)

№	Наименование СПБД
1.	ScienceDirect : полнотекстовая база данных : сайт / издательство Elsevier. – URL: https://www.sciencedirect.com/ (дата обращения: 03.07.2025). – Режим доступа: для авториз. пользователей. – Текст : электронный.
2.	SpringerNature : полнотекстовая база данных: сайт / Springer Nature Switzerland AG. Part of Springer Nature. – URL: https://link.springer.com/ (дата обращения: 03.07.2025). – Режим доступа: для авториз. пользователей. – Текст : электронный.
3.	Электронная библиотека Сочинского государственного университета : база данных. – Сочи, 2017 – . – URL: http://lib.sutr.ru/ (дата обращения: 03.07.2025). – Текст : электронный.
	Наименование ИСС
1.	КонсультантПлюс : справочно-правовая система: сайт / Компания «КонсультантПлюс». – Москва, 1997 – . – Режим доступа: локальная сеть СГУ. – Текст : электронный.

4.2.3 Интернет-ресурсы и другие электронные информационные источники

№	Наименование Интернет-ресурсов и электронных информационных источников
1.	Цифровой образовательный ресурс IPRsmart : электронно-библиотечная система : сайт / ООО Компания «Ай Пи Эр Медиа». – Саратов, 2010 – . – URL: http://www.iprbookshop.ru/ (дата обращения: 03.07.2025). – Режим доступа: для авториз. пользователей. – Текст : электронный.
2.	Университетская библиотека онлайн : электронно-библиотечная система : сайт / ООО «Нексмедиа». – Москва : Директ-Медиа, 2001 – . – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book_blocks&view=main_ub (дата обращения: 03.07.2025). – Режим доступа: для авториз. пользователей. – Текст : электронный.
3.	Образовательная платформа Юрайт : электронно-библиотечная система : сайт / ООО «Электронное издательство Юрайт». – Москва, 2020 – . – URL: https://urait.ru/catalog/organization/DE41FE6D-0B08-4394-B225-3DD636CCCE1F (дата обращения: 03.07.2025). – Режим доступа: для авториз. пользователей. – Текст : электронный.
4.	Национальная электронная библиотека (НЭБ) : Федеральная государственная информационная система : сайт / Министерство культуры РФ. – Москва, 2004 – . – Режим доступа: https://rusneb.ru (дата обращения: 03.07.2025). – Режим доступа: локальная сеть СГУ. – Текст : электронный.
5.	Polpred.com Обзор СМИ : электронно-библиотечная система : сайт / Г. Вачнадзе, ООО «ПОЛПРЕД Справочники». – Москва, 1997 – . – URL https://polpred.com/ (дата обращения: 03.07.2025). – Режим доступа: для авториз. пользователей. – Текст : электронный.
6.	eLIBRARY.RU : научная электронная библиотека : сайт. – Москва, 2000 – . – URL: https://elibrary.ru/ (дата обращения: 03.07.2025). – Режим доступа: для авториз. пользователей. – Текст : электронный.
7.	КиберЛенинка : научная электронная библиотека открытого доступа : сайт. – Москва, 2014 – . – URL: https://cyberleninka.ru/ (дата обращения: 03.07.2025). – Текст : электронный.

Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины соответствует библиотечному фонду СГУ

4.3. Текущая и промежуточная аттестации по дисциплине

Для оценки сформированности компетенций разрабатываются оценочные средства по дисциплине.

Форма и содержание текущей и промежуточной аттестации по дисциплине раскрывается в фонде оценочных средств, который является отдельным документом.

Оценочные средства по дисциплине содержат:

- материалы для текущего контроля оценки знаний по дисциплине;
- материалы для промежуточного контроля оценки знаний по дисциплине.

Примерные вопросы для подготовки к промежуточной аттестации:

1. Психологический анализ жизненного пути человека в отечественной науке
2. Психологический анализ жизненного пути человека в зарубежной науке
3. Биографические исследования жизненного пути человека
4. Проблема идентичности в культуре постмодерна
5. Проблема смысла существования человека в культуре постмодерна
6. Роль рефлексии в осознании жизненного опыта человека
7. Исследования автобиографической рефлексии профессионального пути человека.
8. Концепты профессионального опыта человека
9. Методы исследования рефлексивного опыта жизненного и профессионального пути человека
10. Биографический метод исследования рефлексивного опыта жизненного и профессионального пути человека
11. Нарративный метод исследования рефлексивного опыта профессионального пути человека
12. Биографический метод исследования рефлексивного опыта жизненного пути человека
13. Интервью как метод исследования рефлексивного опыта жизненного и профессионального пути человека
14. Контент-анализ как метод исследования рефлексивного опыта жизненного и профессионального пути человека
15. Экспертный опрос как метод исследования рефлексивного опыта жизненного и профессионального пути человека
16. Методика исследования жизненного пути А.Соломина
17. Определения жизненного пути в научной литературе
18. Жизненный путь - личная жизнь, социализация
19. Путь как феномен
20. Жизненный путь и Путь жизни
21. Онтогенез и жизненный путь человека.
22. Соотношение жизненного пути и жизненного опыта
23. Субъективный опыт жизненного пути
24. Человек как субъект жизненного пути
25. Основания жизненного пути личности
26. Жизненный путь и субъективный опыт
27. Проблема поиска смысла жизненного пути
28. Психологические аспекты поиска и обретения смысла жизни
29. Профессиональный путь человека
30. Проектирование профессионального пути
31. Рефлексивный биографический опыт
32. Мифодизайн жизненного пути
33. Архетипы в рефлексивном опыте жизненного пути
34. Психосемантический анализ текстов
35. Программа социально-психологического исследования субъективного опыта профессионального пути человека
36. Соотношение жизненного пути и Пути жизни
37. Человек как субъект жизненного пути

Примерные критерии оценивания результатов освоения дисциплины при проведении промежуточной аттестации:

Нормы оценки знаний предполагают учёт индивидуальных особенностей обучающихся, дифференцированный подход к обучению, проверке знаний, умений, уровня формирования компетенций.

В устных и письменных ответах обучающихся при выполнении практических заданий и расчетов учитываются: глубина знаний, владение необходимыми умениями (в объеме программы), логичность изложения материала, включая обобщения, выводы, соблюдение норм литературной речи, владение навыками и приемами выполнения практических заданий, подтверждение сделанных при решении практических заданий выводов соответствующими нормативными документами, правильность расчета показателей, полнота и правильность раскрытых процедур и действий в предложенном практическом задании.

Примерная шкала оценивания ответов обучающегося при проведении промежуточной аттестации по дисциплине (экзамен)

Оценка ответа учащихся при устном и письменном опросе производится по 5 бальной системе: 5 (отлично), 4 (хорошо), 3 (удовлетворительно), 2 (неудовлетворительно).

С учетом современных требований к оценочной деятельности в образовательных учреждениях вводится четырехбалльная система цифровых отметок: отменяется отметка “1”.

Оценка “5” (отлично) ставится в случае:

1. Знания, понимания, глубины усвоения обучающимся всего объема программного материал
2. Умения выделять главные положения в изученном материале, на основании фактов и примеров обобщать, делать выводы, устанавливать межпредметные и внутрипредметные связи, творчески применяет полученные знания в незнакомой ситуации.
3. Отсутствие ошибок и недочётов при воспроизведении изученного материала, при устных ответах устранение отдельных неточностей с помощью дополнительных вопросов учителя, соблюдение культуры письменной и устной речи, правил оформления письменных работ.

Оценка “4”(хорошо):

1. Знание всего изученного программного материала.
2. Умений выделять главные положения в изученном материале, на основании фактов и примеров обобщать, делать выводы, устанавливать внутрипредметные связи, применять полученные знания на практике.
3. Незначительные (негрубые) ошибки и недочёты при воспроизведении изученного материала, соблюдение основных правил культуры письменной и устной речи, правил оформления письменных работ.

Оценка “3”(удовлетворительно):

1. Знание и усвоение материала на уровне минимальных требований программы, затруднение при самостоятельном воспроизведении, необходимость незначительной помощи преподавателя.
2. Умение работать на уровне воспроизведения, затруднения при ответах на видоизменённые вопросы.
3. Наличие грубой ошибки, нескольких негрубых при воспроизведении изученного материала, незначительное несоблюдение основных правил культуры письменной и устной речи, правил оформления письменных работ.

Оценка “2”(неудовлетворительно):

1. Знание и усвоение материала на уровне ниже минимальных требований программы, отдельные представления об изученном материале
2. Отсутствие умений работать на уровне воспроизведения, затруднения при ответах на стандартные вопросы.
3. Наличие нескольких грубых ошибок, большого числа негрубых при воспроизведении изученного материала, значительное несоблюдение основных правил культуры письменной и устной речи, правил оформления письменных работ.
4. За необоснованный отказ от ответа и полное незнание материала.

5 УСЛОВИЯ ОСВОЕНИЯ И РЕАЛИЗАЦИИ ДИСЦИПЛИНЫ

5.1 Методические рекомендации обучающимся по изучению дисциплины

В течение семестра студенты осуществляют учебные действия на лекционных и практических занятиях, решают практические задачи по указанию преподавателя, усваивают и повторяют основные понятия. Характер и количество задач, решаемых на практических занятиях, определяются преподавателем, ведущим занятия. Контроль эффективности самостоятельной работы студентов осуществляется путем проверки решения ими учебных заданий и практических задач, выполнения домашних заданий, предусмотренных для самостоятельной отработки с дальнейшим групповым обсуждением.

Преподавание и изучение учебной дисциплины осуществляется в виде лекционных и практических занятий, групповых и индивидуальных форм работы, самостоятельной работы студентов.

Методические рекомендации по подготовке студентов к практическим занятиям. Для лучшего усвоения и закрепления материала по данной дисциплине студентам необходимо научиться работать с литературой. Изучение дисциплины предполагает отслеживание публикаций в периодических изданиях и работу с Internet.

При подготовке к практическим занятиям студенты должны изучить рекомендованную литературу, ответить на вопросы и выполнить все задания для самостоятельной работы. Особое внимание следует уделить осмыслению новых психологических понятий. При подготовке целесообразно на основе изучения рекомендованной литературы выписать в контекст основные категории и понятия по учебной дисциплине, подготовить развернутые планы ответов и краткое содержание выполненных заданий.

Методические рекомендации студентам по организации самостоятельной работы по изучению литературных источников.

При организации самостоятельной работы, следует обратить особое внимание на регулярность изучения литературы. В период изучения литературных источников необходимо так же вести конспект. В случае затруднений необходимо обратиться к преподавателю за разъяснениями.

Методические рекомендации по подготовке домашних заданий. Домашнее задание – одна из форм самостоятельной работы студентов, способствующая углублению знаний, выработке устойчивых навыков самостоятельной работы.

В качестве признаков домашних работ студентов выделяют: высокую степень самостоятельности; умение логически обрабатывать материал; умение самостоятельно сравнивать, сопоставлять и обобщать материал; умение классифицировать материал по тем или иным признакам; умение высказывать свое отношение к описываемым явлениям и событиям; умение давать собственную оценку какой-либо работы и др. Примерный список домашних заданий представлен в ФОС дисциплины.

5.2. Организация самостоятельной работы студента по дисциплине

Самостоятельная работа студента является ключевой составляющей учебного процесса, которая определяет формирование навыков, умений и знаний, приемов познавательной деятельности и обеспечивает интерес к творческой работе.

Организация самостоятельной работы студентов осуществляется по трем направлениям:

- определение цели, программы, плана задания или работы;
- со стороны преподавателя студенту оказывается помощь в технике изучения материала, подборе литературы;
- контроль усвоения знаний, приобретения навыков по дисциплине

Мерами по обеспечению выполнения обучающимися всех видов самостоятельной работы являются (указать при наличии ниже перечисленных пунктов):

- наличие помещений для СРС;
- обеспечение средствами вычислительной техники, программное обеспечение;
- наличие раздаточного материала, комплектов индивидуальных заданий, учебно-методических материалов, тем рефератов со списком рекомендуемой литературы, рекомендаций по решению типовых задач, образцов отчетов о выполнении СРС и т.п.;
- обеспечение учебно-методической и справочной литературой всех видов самостоятельной работы.

Приводится перечень мер по обеспечению выполнения обучающимися всех видов самостоятельной работы: обеспечение средствами вычислительной техники, программное обеспечение; наличие раздаточного материала, комплектов индивидуальных заданий, учебно-методических материалов, тем рефератов со списком рекомендуемой литературы, рекомендаций по решению типовых задач, образцов отчетов о выполнении СРС и т.п.; обеспечение учебно-методической и справочной литературой и т.д.

5.3 Особенности преподавания дисциплины

В целях максимального усвоения дисциплины используются следующие технологии обучения:

Лекция - учебное занятие, составляющее основу теоретического обучения и дающее систематизированные основы научных знаний по дисциплине, раскрывающее состояние и перспективы развития соответствующей области науки и техники, концентрирующее внимание обучающихся на наиболее сложных, узловых вопросах, стимулирующее их познавательную деятельность и способствующее формированию творческого мышления.

Практическая работа - совместная деятельность студентов в группе под руководством лидера, направленная на решение общей задачи путем творческого сложения результатов индивидуальной работы членов команды с делением полномочий и ответственности.

Самостоятельная работа студента, предусматривает выполнение работы - задание, которое требует от студента воспроизведения и/или обработки полученной ранее информации в форме, определяемой преподавателем, и требующей, как правило, творческого подхода.

Преподавание дисциплины опирается на современный подход к обучению и ориентируется на внесение в процесс обучения новизны, обусловленной особенностями динамики развития жизни и деятельности, спецификой различных технологий обучения и потребностями личности, общества и государства в выработке у обучаемых социально полезных знаний, убеждений, черт и качеств характера, отношений и опыта поведения.

Проведение всех видов занятий при преподавании дисциплины, проведение консультаций, промежуточная и текущая аттестация возможна с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий.

5.4 Материально-техническое обеспечение дисциплины

1. Лекционные занятия /Практические занятия - Учебная аудитория для проведения лекционных и практических занятий, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации, оснащенная комплектом специализированной мебели.

2. Самостоятельная работа обучающихся - Помещения для самостоятельной работы: рабочие места обучающихся, оснащенные компьютерами с доступом в Интернет, предназначенные для самостоятельной работы и работы в электронной информационно-образовательной среде СГУ; библиотека, читальный зал.

Перечень лицензионного и свободно распространяемого программного обеспечения, в том числе отечественного производства:

Microsoft Windows

Microsoft Office

Архиватор 7-zip

Adobe Reader

При организации занятий, текущей и промежуточной аттестации с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий используются различные электронные образовательные ресурсы и онлайн сервисы, входящие в состав ЭИОС СГУ.

5.5 Методическое обеспечение образовательного процесса для обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья

Условия организации и содержание обучения и контроля знаний инвалидов и обучающихся с ОВЗ по дисциплине определяются программой дисциплины, адаптированной при необходимости для обучения указанных обучающихся.

Организация обучения, текущей и промежуточной аттестации студентов-инвалидов и студентов с ОВЗ осуществляется с учетом особенностей психофизического развития, индивидуальных возможностей и состояния здоровья таких обучающихся.

Исходя из психофизического развития и состояния здоровья студентов-инвалидов и студентов с ОВЗ, организуются занятия совместно с другими обучающимися в общих группах, используя социально-активные и рефлексивные методы обучения создания комфортного психологического климата в студенческой группе или, при соответствующем заявлении такого обучающегося, по индивидуальной программе, которая является модифицированным вариантом основной рабочей программы дисциплины. При этом содержание программы дисциплины не изменяется. Изменяются, как правило, формы обучения и контроля знаний, образовательные технологии и дидактические материалы.

Обучение студентов-инвалидов и студентов с ОВЗ также может осуществляться индивидуально и/или с применением дистанционных технологий.

Дистанционное обучение обеспечивает возможность коммуникаций с преподавателем, а так же с другими обучаемыми посредством вебинаров, что способствует сплочению группы, направляет учебную группу на совместную работу, обсуждение, принятие группового решения.

В учебном процессе для повышения уровня восприятия и переработки учебной информации студентов-инвалидов и студентов с ОВЗ применяются мультимедийные и специализированные технические средства приема-передачи учебной информации в доступных формах для студентов с различными нарушениями, обеспечивается выпуск альтернативных форматов печатных материалов (крупный шрифт), электронных образовательных ресурсов в формах, адаптированных к ограничениям здоровья обучающихся, наличие необходимого материально-технического оснащения.

Подбор и разработка учебных материалов производится преподавателем с учетом того, чтобы студенты с нарушениями слуха получали информацию визуально, с нарушениями зрения – аудиально (например, с использованием программ-синтезаторов речи).

Для осуществления процедур текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся инвалидов и лиц с ОВЗ фонд оценочных средств по дисциплине, позволяющий оценить достижение ими результатов обучения и уровень сформированности компетенций, предусмотренных учебным планом и рабочей программой дисциплины, адаптируется для обучающихся инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья с учетом индивидуальных психофизиологических особенностей (устно, письменно на бумаге, письменно на компьютере, в форме тестирования и т.п.). При необходимости обучающимся предоставляется дополнительное время для подготовки ответа при прохождении аттестации.

Приложение к рабочей программе дисциплины
«Психология жизненного пути личности»

37.04.01 Психология (магистратура)
Магистерская программа «Психология личности»

АННОТАЦИЯ
рабочей программы дисциплины

«Психология жизненного пути личности»
дисциплина, формируемая участниками образовательных отношений
очно-заочная форма обучения

Общая трудоемкость дисциплины (зет / час.)	144/4
Цель изучения дисциплины	Способствовать духовным и интеллектуальным усилиям обучающихся в понимании психологии и философии жизненного и профессионального пути как своеобразного и уникального явления в истории человеческой жизни, роли рефлексии в осмыслении, ценностей и смысла собственной жизни и профессионального опыта
Содержание дисциплины	Тема 1. Дисциплина «Психология жизненного пути»: предмет, методология и актуальность. Тема 2. Философские и антропологические основания понятия «жизненный путь». Тема 3. Исторический обзор ключевых теорий жизненного пути в психологии. Тема 4. Жизненный путь и жизненный цикл: сравнительный анализ. Понятие временной перспективы. Тема 5. Событийная структура жизненного пути: биографические события, кризисы, поворотные точки. Тема 6. Возраст и этапы жизненного пути: от детства до поздней зрелости. Тема 7. Нормативные и ненормативные кризисы развития. Тема 8. Смысловая сфера личности: жизненные цели, ценности, стратегии и сценарии. Тема 9. Субъектность и субъективный опыт жизненного пути. Тема 10. Личностная автономия, ответственность и авторство жизни. Тема 11. Психология жизнестойкости и совладания с трудностями. Тема 12. Профессиональное самоопределение и становление. Тема 13. Профессиональная карьера: траектории, кризисы, успех. Тема 14. Баланс между профессиональной и личной жизнью. Тема 15. Автобиографическая память и нарративная идентичность. Тема 16. Методы исследования и практики работы с биографией.
Формируемые компетенции (коды)	УК-6, ПК-3
Коды и наименование индикатора достижения компетенции	УК-6.1 Находит и творчески использует имеющийся опыт в соответствии с задачами саморазвития УК-6.2 Самостоятельно выявляет мотивы и стимулы саморазвития, определяя реалистические цели профессионального роста УК-6.3 Действует в условиях неопределенности, корректируя планы и шаги по их реализации с учетом имеющихся ресурсов

	ПК-3.1 Осуществляет обоснование, реализацию психологической диагностики в разных социальных группах и с отдельными лицами (клиентами), попавшими в трудную жизненную ситуацию и с учетом их запроса на психологическую услугу. ПК-3.2 Планирует и осуществляет психологическую коррекционно-развивающую помощь разным группам, категориям населения и отдельным лицам (клиентам) ПК-3.3 Организует и оказывает психологические консультативные услуги в рамках психологического сопровождения социально уязвимых слоев населения и отдельным лицам (клиентам) с различными социально-психологическими проблемами
Дисциплины, участвующие в формировании компетенции	Методы научных исследований Психология сознания Методологические проблемы психологии Теории развития личности Личность и профессиональная деятельность Теории личности Временная перспектива личности Педагогическая практика Подготовка научного исследования к публикации Временная перспектива личности Гендерная психология Социальная психология личности Личность в экстремальных и стрессовых ситуациях Психология субъекта Производственная практика в профильных организациях Преддипломная практика
Образовательные технологии	Лекционные занятия, практические занятия, самостоятельная работа студента
Форма промежуточной аттестации	Экзамен