

Минобрнауки России

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования

«Оренбургский государственный университет»

Кафедра социальной психологии

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

ДИСЦИПЛИНЫ

«Б.1.В.ДВ.6.1 Психология достижения успеха»

Уровень высшего образования

БАКАЛАВРИАТ

Направление подготовки

37.03.01 Психология

(код и наименование направления подготовки)

Социальная психология

(наименование направленности (профиля) образовательной программы)

Тип образовательной программы

Программа прикладного бакалавриата

Квалификация

Бакалавр

Форма обучения

Очная

Год набора 2016

Рабочая программа рассмотрена и утверждена на заседании кафедры

Кафедра социальной психологии

наименование кафедры
протокол № 7 от "02 02 2016.

Заведующий кафедрой

Кафедра социальной психологии

наименование кафедры

подпись

А.И. Вишняков

расшифровка подписи

Исполнители:

Доцент

должность

подпись

Н.Н. Биктина

расшифровка подписи

должность

подпись

расшифровка подписи

СОГЛАСОВАНО:

Председатель методической комиссии по направлению подготовки

37.03.01 Психология

код наименование

личная подпись

Л.В. Зубова

расшифровка подписи

Заведующий отделом комплектования научной библиотеки

личная подпись

Н.Н. Грицай

расшифровка подписи

Уполномоченный по качеству факультета

личная подпись

расшифровка подписи

№ регистрации 34500

© Биктина Н.Н., 2016

© ОГУ, 2016

1 Цели и задачи освоения дисциплины

Цель освоения дисциплины: формирование представлений о современных психологических концепциях и технологиях достижения успеха в различных сферах

Задачи:

- изучить основные понятия, направления психологии достижения успеха;
- освоить диагностические средства для измерения различных характеристик успешной личности;
- способствовать формированию у студентов профессионального мышления, стремления к достижению успеха в профессиональной деятельности;
- сформировать представление о формуле достижения успеха на основе анализа жизнедеятельности успешных (известных) личностей;
- овладеть стратегиями достижения успеха.

2 Место дисциплины в структуре образовательной программы

Дисциплина относится к дисциплинам (модулям) по выбору вариативной части блока 1 «Дисциплины (модули)»

Пререквизиты дисциплины: *Б.1.Б.19 Социальная психология*

Постреквизиты дисциплины: *Отсутствуют*

3 Требования к результатам обучения по дисциплине

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих результатов обучения

Планируемые результаты обучения по дисциплине, характеризующие этапы формирования компетенций	Формируемые компетенции
Знать: закономерности психического функционирования человека; закономерности психического развития: возрастные, гендерные, этнические, профессиональные; специфику проведения прикладного исследования в различных областях психологии. Уметь: выявлять основные социально-психологические характеристики человека в связи с его принадлежностью к различным социальным группам; выявлять индивидуальные особенности психического функционирования Владеть: навыками организации исследования, выбора диагностического инструментария, обработки и интерпретации результатов исследования	ПК-8 способностью к проведению стандартного прикладного исследования в определённой области психологии
Знать: психодиагностические методики, используемые для исследования нормы и психических отклонений; особенности функционирования познавательной, мотивационно-волевой сферы, самосознания, психомоторики, способностей, характера, темперамента, функциональных состояний, личностных черт и акцентуаций в норме и при психических отклонениях; закономерности психического развития в норме и при психических отклонениях; принципы составления психодиагностического заключения и рекомендаций, направленных на гармонизацию психического состояния человека; Уметь: планировать профессиональные реабилитационные мероприятия и участвовать в них; Владеть: навыками психологической поддержки и психологического	ПК-9 способностью к реализации базовых процедур анализа проблем человека, социализации индивида, профессиональной и образовательной деятельности, функционированию людей с ограниченными возможностями, в том числе и при различных заболеваниях

Планируемые результаты обучения по дисциплине, характеризующие этапы формирования компетенций	Формируемые компетенции
сопровождения людей с ограниченными возможностями (в том числе и при различных заболеваниях) в процессе их обучения, социализации и профессионализации.	

4 Структура и содержание дисциплины

4.1 Структура дисциплины

Общая трудоемкость дисциплины составляет 4 зачетных единиц (144 академических часов).

Вид работы	Трудоемкость, академических часов	
	2 семестр	всего
Общая трудоёмкость	144	144
Контактная работа:	68,25	68,25
Лекции (Л)	34	34
Практические занятия (ПЗ)	34	34
Промежуточная аттестация (зачет, экзамен)	0,25	0,25
Самостоятельная работа: - самостоятельное изучение разделов (перечислить); - самоподготовка (проработка и повторение лекционного материала и материала учебников и учебных пособий; - подготовка к практическим занятиям; - подготовка к рубежному контролю и т.п.)	75,75	75,75
Вид итогового контроля (зачет, экзамен, дифференцированный зачет)	диф. зач.	

Разделы дисциплины, изучаемые в 2 семестре

№ раздела	Наименование разделов	Количество часов				
		всего	аудиторная работа			внеауд. работа
			Л	ПЗ	ЛР	
1	Понятие «Успех» в современной психологии. Понятие жизненного успеха	20	4	2		14
2	Преуспевающая личность	38	10	12		16
3	Технологии достижения целей	34	8	10		16
4	Ресурсы и их использование в достижении успеха	24	6	4		14
5	Успех в профессиональной деятельности и в бизнесе	28	6	6		16
	Итого:	144	34	34		76
	Всего:	144	34	34		76

4.2 Содержание разделов дисциплины

1 Понятие «Успех» в современной психологии. Понятие жизненного успеха.

Определение успеха. Понимание успеха. Основные слагаемые успеха. Динамический характер успеха. Формула достижения успеха и основные причины его закрепления. Внутренние и внешние препятствия на пути к успеху. Право на успех. Обзор методов психологии успеха. Понятие жизненного успеха и личностные качества, обеспечивающие его достижение. Понятие жизненного успеха. Пра-

вила формулирования жизненных целей. Жизненные принципы и их соответствие цели. Мотивация достижения успеха. Личностные качества, способствующие достижению успеха. Уверенное поведение. Активность и психическая устойчивость. Настрой на успех. Способы выработки стратегии жизненного успеха.

2 Преуспевающая личность

Жизненное кредо преуспевающего человека. «Психологическое лицо» преуспевающего человека. Основы умения быть «режиссером собственной жизни». Основы умения преуспевать с ощущением радости и счастья. Решающие характеристики формирования успешной личности.

Имидж преуспевающего человека. Особенности функционирующего имиджа. Основные слагаемые личного обаяния. Семь навыков высокоэффективных людей. Сценарии жизни: принципы транзактного анализа.

3 Технологии достижения целей

Стратегии достижения целей. Семь шагов к успеху. Выбор способа достижения цели. Освоение новых способов. Жизненные принципы и родительские сценарии. Работа с препятствиями на пути достижения цели. Расширение внутренних резервов (связь здоровья и душевного состояния, позитивный настрой). Методы саморегуляции. Техники нейролингвистического программирования.

4 Ресурсы и их использование в достижении успеха

Психика человека и ее слагаемые. Особенности «устройства» и работы подсознания и сознания. Как создать ситуацию успеха. Использование внешних и внутренних ресурсов. Психологический потенциал успеха. Психологические состояния и эмоциональная свобода. Объективные данные и субъективные ресурсы. Методика преодоления кризисов жизни, апатии, беспокойства и неуверенности в себе. Объективные ресурсы, необходимые для успеха. Успех и деньги.

4.3 Практические занятия (семинары)

№ занятия	№ раздела	Тема	Кол-во часов
1	1	Путь к достижению успеха с позиций когнитивной психологии. Понятие успеха в гуманистической психологии.	2
2	2	Методика определения типа личности, влияющей на успех, – ТИЛ, Дж. Олдхэм, Л.Моррис. Анализ результатов и выработка рекомендаций.	2
3	2	«Моя формула успеха» (составление коллажа).	2
4	2	Основные технологии самопрезентации. Основные слагаемые личного обаяния.	2
5	2	Поведенческие технологии достижения успеха.	2
6	2	Семь навыков высокоэффективных людей.	2
7	2	Интервью с успешным человеком. Имидж преуспевающего человека.	2
8	3	Сценарии жизни: принципы транзактного анализа.	2
9	3	Искусство и наука совершенствования личности (нейролингвистическое программирование).	4
10	3	Тренинг «Семь шагов к успеху» («Формулировка цели и отработка шагов к ее достижению»).	4
11	4	Методы саморегуляции, рациональная психотерапия и нейролингвистическое программирование.	2
12	4	Психологический потенциал успеха: дискуссия	2

№ занятия	№ раздела	Тема	Кол-во часов
13	5	Творческая игра «Шесть шляп».	2
14	5	Стратегия решения глобальных проблем в бизнесе (Ли Якокка)	2
15	5	Коучинг: путь от хорошего к лучшему.	2
		Итого:	34

5 Учебно-методическое обеспечение дисциплины

5.1 Основная литература

1. Психология и этика делового общения [Текст]: учебник для бакалавров /под ред. В.Н.Лавриненко, Л.И. Чернышовой.- 6-е изд. перераб. и доп.- Москва: Юрайт, 2013.- 591 с.- (Бакалавр. Углубленный курс) - ISBN (978-5-9916-2800-6.

5.2 Дополнительная литература

1. Завьялова Е.К. Психология достижения успеха (введение в коучинг): уч.-метод. пособие. СПб.: Изд-во «Высшая школа менеджмента», 2010. — 120 с. - Режим доступа: <http://znanium.com/catalog/product/493532>
2. Психология высших достижений личности (психоакмеология): Монография / Базылевич Т. Ф. - М.: НИЦ ИНФРА-М, 2016. - 330 с.: 60х90 1/16. - (Научная мысль) (Обложка) ISBN 978-5-16-006851-0 - Режим доступа: <http://znanium.com/catalog/product/539691>
3. Карнеги, Д. Язык успеха [Текст] / Д. Карнеги. - М. : Эксмо, 2002. - 256 с. - (Психологический бестселлер) - ISBN 5-04-006528-0.
4. Конфликты и переговоры [Текст] : практ. рук. для менеджеров / пер. с англ. Ю. В. Погореловой. - Ростов-на-Дону : Феникс, 1997. - 192 с. - (1000 секретов успеха)
5. Москвин В.А. Поиск своей профессии и путь к деловому успеху: Практические рекомендации / В.А. Москвин. - М.: КУРС: НИЦ ИНФРА-М, 2015. - 207 с.: 60х88 1/16. (обложка) ISBN 978-5-905554-77-3 - Режим доступа: <http://znanium.com/catalog/product/479135>
6. Успех и счастье: Чему учить ребенка, чтобы он достиг всего, чего хочет / Вайн С., - 2-е изд. - М.:Альпина Паблишер, 2016. - 406 с.: ISBN 978-5-9614-5934-0 - Режим доступа: <http://znanium.com/catalog/product/1003152>
7. Чалдини, Р. Психология влияния = Influence Science and Practice [Текст] : пер. с англ. / Р. Чалдини.- 4-е междунар. изд. - СПб. [и др.] : Питер, 2004. - 286 с. : ил. - (Мастера психологии). - ISBN 5-318-00218-8.

5.3 Периодические издания

1. Вопросы психологии : журнал. - М. : Агентство "Роспечать", 2016.
4. Психологический журнал : журнал. - М. : Академиздатцентр "Наука" РАН, 2016.

5.4 Интернет-ресурсы

<http://www.zipsites.ru/> - Психологическая электронная библиотека. Более 3200 электронных книг по психологии: диссертации, авторефераты, периодические издания, психологическая литература, психологические тесты, словари.

<http://www.psy.msu.ru/> -Сборник психологической литературы в интернете, рекомендованный факультетом психологии МГУ им. М.Ломоносова

<http://flogiston.ru/> -Психологическая библиотека в интернете, содержащая тексты классиков, монографии, книги по психологии

<http://www.jourclub.ru/> - Каталог статей и учебных пособий "JourClub", предназначенных для помощи студентам самых разных учебных заведений.

<http://www.portalus.ru/> - Крупнейшая онлайн-база авторских научных публикаций в России

5.5 Программное обеспечение, профессиональные базы данных и информационные справочные системы современных информационных технологий

1. Операционная система MicrosoftWindows
2. Пакет настольных приложений MicrosoftOffice (Word, Excel, PowerPoint, OneNote, Outlook, Publisher, Access)
3. Автоматизированная интерактивная система сетевого тестирования - АИССТ (зарегистрирована в РОСПАТЕНТ, Свидетельство о государственной регистрации программы для ЭВМ №2011610456, правообладатель – Оренбургский государственный университет), режим доступа - <http://aist.osu.ru>.

6 Материально-техническое обеспечение дисциплины

Лекционные, практические занятия по дисциплине проводятся в аудиториях факультета гуманитарных и социальных наук. Проведение лекционных и практических занятий, отвечающее современным требованиям к организации учебного процесса, предполагает оборудование аудитории аудиовизуальными средствами обучения, позволяющими наглядно представить реальный процесс профессионального образования и овладеть приемами педагогического анализа и рефлексии профессионально-педагогической деятельности. К числу таких средств относятся: ноутбук, проектор, экран, система затемнения дневного освещения. Возможность использования компьютерной техники позволяет организовывать деятельность студентов по освоению содержания дисциплины и работы с программно-педагогическими средствами в индивидуальном режиме, что повышает эффективность освоения программного материала дисциплины.

К рабочей программе прилагаются:

- Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине;
- Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины.