

**АВТОНОМНАЯ НЕКОММЕРЧЕСКАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО
ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ "МЕЖДУНАРОДНЫЙ ИНСТИТУТ ПРОЦЕСС-
ОРИЕНТИРОВАННОЙ ПСИХОЛОГИИ И ПСИХОТРАВМАТОЛОГИИ"**

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 0185A5B3006EВ07FA94239C094CB109711
Владелец: Бабак Маргарита Борисовна
Действителен: с 30.08.2023 до 30.11.2024

Утверждаю:
Директор МИПОПП
Бабак М.Б.
«03» апреля 2023 г.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ПРОГРАММА

ПОВЫШЕНИЯ КВАЛИФИКАЦИИ

«Психология выбора и самоопределения»

Документ о квалификации – Удостоверение о повышении квалификации

Объем: 40 академических часов

Москва, 2023г.

Оглавление

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРОГРАММЫ.....	3
1.1. Назначение программы.....	3
1.2. Нормативные правовые основания разработки программы	3
1.3. Требования к слушателям	3
1.4. Формы освоения программы.....	4
1.5. Цель и задачи обучения.....	4
1.6. Планируемые результаты обучения	4
1.7. Трудоемкость программы.....	5
2. УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН.....	6
3. КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК.....	6
4. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ	6
5. ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ.....	7
5.1. Формы аттестации	7
5.2. Критерии оценки обучающихся	7
5.3 Фонд оценочных средств	8
6. ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ	9
6.1. Требования к квалификации педагогических кадров, представителей предприятий и организаций, обеспечивающих реализацию образовательного процесса.....	9
6.2. Требования к материально-техническим условиям.....	9
6.3. Требованиям к информационным и учебно-методическим условиям.....	9

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРОГРАММЫ

1.1. Назначение программы

Дополнительная профессиональная программа повышения квалификации «Психология выбора и самоопределения» направлена на совершенствование компетенций, необходимых для профессиональной деятельности специалистов-психологов и других специалистов помогающих профессий при индивидуальном и организационном консультировании по вопросам основных психологических подходов к исследованию выбора, самоопределения и принятия решений.

Программа посвящена проблеме выбора – одной из наиболее актуальных проблем современного человека. Обучение представляет собой последовательное, глубокое погружение в проблему самоопределения личности. Программа является результатом 18-летних теоретических и практических наработок автора в области психологии жизненного выбора и позволяет составить представление о ключевых понятиях, теориях и исследованиях в этой сфере. Теория будет перемежаться с живыми дискуссиями, упражнениями для самопознания, отработкой практических навыков. Программа дает возможность познакомиться с основными психологическими подходами к исследованию выбора, самоопределения и принятия решений, получить представление об основных методах и психотехнических приемах для повышения субъективного качества выбора.

Программа регламентирует цели, планируемые результаты, содержание, условия и технологии реализации образовательного процесса, оценку качества подготовки обучающихся и включает в себя: учебный план, фонды оценочных средств, программу итоговой аттестации, календарный учебный график и другие материалы, обеспечивающие качество подготовки обучающихся.

1.2. Нормативные правовые основания разработки программы

Нормативную правовую основу разработки программы составляют:

Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

Приказ Минобрнауки России от 1 июля 2013 г. № 499 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным профессиональным программам»;

Приказ Минобрнауки России от 29.07.2020 № 839 "Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта высшего образования - бакалавриат по направлению подготовки 37.03.01 Психология" (Зарегистрировано в Минюсте России 21.08.2020 № 59374)

Приказ Минтруда России от 18.11.2013 N 682н "Об утверждении профессионального стандарта "Психолог в социальной сфере" (Зарегистрировано в Минюсте России 25.12.2013 N 30840)

1.3. Требования к слушателям

Лица, имеющие среднее профессиональное или высшее образование (бакалавриат, специалитет, магистратура, аспирантура) либо получающие среднее профессиональное или высшее образование (бакалавриат, специалитет).

Программа предназначена профессиональным психологам, консультирующим по вопросам жизненного выбора, личностного и профессионального самоопределения, занимающимся сопровождением людей при решении различных этических дилемм, а также всем тем, кто интересуется саморазвитием и самопознанием и сталкивается с выбором в ходе повседневной жизни.

Лица, имеющие опыт психических расстройств и состояний пограничного и психотического уровня (химические зависимости, расстройства шизофренического спектра, суициды, психотические состояния различного генеза) не могут быть зачислены в группу, для

освоения настоящей образовательной программы, в силу специфики предмета и целей обучения.

1.4. Формы освоения программы

Форма реализации дополнительной профессиональной программы повышения квалификации – очно-заочная с применением дистанционных образовательных технологий и/или электронного обучения.

1.5. Цель и задачи обучения

Цель обучения:

Формирование у слушателей знаний, умений и практических навыков применения основных психологических подходов к исследованию выбора, самоопределения и принятия решений, применения основных методов и психотехнических приемов для повышения субъективного качества выбора.

Задачи обучения:

- Совершенствование навыков консультации по вопросам жизненного выбора, личностного и профессионального самоопределения.
- Формирование навыков сопровождения людей при решении различных этических дилемм.
- Формирование метанавыков терапевта, работающего в области психологии личности.

1.6. Планируемые результаты обучения

Программа направлена на совершенствование следующих общепрофессиональных компетенций, на базе ФГОС ВО по направлению подготовки 37.03.01 Психология (уровень бакалавриата):

Психологическая диагностика

ОПК-3. Способен выбирать адекватные, надежные и валидные методы количественной и качественной психологической оценки, организовывать сбор данных для решения задач психодиагностики в заданной области исследований и практики

Психологическое вмешательство (развитие, коррекция, реабилитация)

ОПК-4. Способен использовать основные формы психологической помощи для решения конкретной проблемы отдельных лиц, групп населения и (или) организаций, в том числе лицам с ограниченными возможностями здоровья и при организации инклюзивного образования

ОПК-5. Способен выполнять организационную и техническую работу в реализации конкретных мероприятий профилактического, развивающего, коррекционного или реабилитационного характера

Программа направлена на совершенствование следующих профессиональных компетенций, с учетом требований

Профессионального стандарта «Психолог в социальной сфере»:

- Оказание психологической помощи социальным группам и отдельным лицам (клиентам), попавшим в трудную жизненную ситуацию (А/03.7);

В результате освоения программы обучающиеся должны:

Знать:

- основные психологические подходы к исследованию выбора, самоопределения и принятия решений;
- основные методы и психотехнические приемы для повышения субъективного качества выбора

Уметь:

- выделять этапы процесса выбора;
- различать разновидности выбора;
- связывать теоретические представления о феномене выбора с собственным опытом выбора в реальных жизненных ситуациях

Владеть навыками:

- рефлексии процесса выбора в реальных жизненных ситуациях;
- повышения качества выбора и фасилитации/сопровождения выборов в практике психологического консультирования и психотерапии

1.7. Трудоемкость программы

Трудоемкость программы по Учебному плану составляет 40 академических часов, продолжительность обучения – не более 2 месяцев.

2. УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

Название программы и тем	Всего часов	В том числе				Форма аттестации
		ТЗ	ПЗ	СР	Ат	
Выбор как психологический феномен	10	4	4	2	-	Практическое задание
Деятельностно-процессуальная модель выбора	10	4	4	2	-	Практическое задание
Промежуточная аттестация	1	-	-	-	1	Зачет
Психотехнические и психотерапевтические приемы для повышения качества выбора	18	8	8	2	-	Практическое задание
Итоговая аттестация	1	-	-	-	1	Зачет
ИТОГО:	40	16	16	6	2	

3. КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

Наименование модулей и тем / дни занятий		1	2	3	4
Выбор как психологический феномен	АР	8			
	СР	2			
Деятельностно-процессуальная модель выбора	АР		8		
	СР		2		
Промежуточная аттестация	Ат			1	
Психотехнические и психотерапевтические приемы для повышения качества выбора	АР			8	8
	СР			1	1
Итоговая аттестация	Ат				1

4. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Тема I. Выбор как психологический феномен

1. Введение. Феноменология процесса реального жизненного выбора. Интерактивная игра «Жизненный выбор», рефлексия индивидуальных стратегий совершения выбора.
2. Понятие выбора. Упражнение «Ассоциации». Смежные понятия.
3. Классификации процессов выбора. Выбор «не выбирать» как отдельная разновидность процессов выбора.

Тема II. Деятельностно-процессуальная модель выбора

1. Этапы процесса выбора. Упражнение «Прогулка в одиночестве». Упражнение «Готовность к выбору» («Вспомните вчерашний день»).
2. Субъективное качество выбора. Методика «Субъективное качество выбора» (СКВ).
3. Стратегии выбора: «Техника за и против», «Монетка», психотехники Э. Фридман.

Тема III. Психотехнические и психотерапевтические приемы для повышения качества выбора

1. Условия совершения качественного выбора.
2. Работа с сожалением о невыбранной альтернативе. Методика Д. Нир.
3. Психотехники для повышения качества и осознанности выбора.
4. Экология жизненных выборов: принцип малых шагов и малых усилий.
5. Инвентаризация ресурсов.
6. Профессиональное самоопределение.

5. ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ

5.1. Формы аттестации

Текущий контроль знаний, обучающихся проводится на протяжении всего обучения по программе преподавателем, ведущим занятия в учебной группе.

Текущий контроль знаний включает в себя наблюдение преподавателя за учебной работой обучающихся и проверку качества знаний, умений и навыков, которыми они овладели на определенном этапе обучения посредством выполнения упражнений на практических занятиях и в иных формах, установленных преподавателем.

Промежуточная аттестация - Оценка качества усвоения обучающимися содержания учебных блоков непосредственно по завершению их освоения, проводимая в форме Зачета посредством устного опроса, практического задания или в иных формах, определяемых преподавателем, в соответствии с учебным планом и учебно-тематическим планом.

Итоговая аттестация - процедура, проводимая с целью установления уровня знаний, обучающихся с учетом прогнозируемых результатов обучения и требований к результатам освоения образовательной программы. Итоговая аттестация обучающихся осуществляется в форме устного зачета.

Слушатель допускается к итоговой аттестации после изучения тем образовательной программы в объеме, предусмотренном для лекционных и практических занятий.

Лицам, освоившим образовательную программу и успешно прошедшим итоговую аттестацию, выдается **Удостоверение о повышении квалификации** установленного образца.

Лицам, не прошедшим итоговую аттестацию или получившим на итоговой аттестации неудовлетворительный результаты, а также лицам, освоившим часть программ и (или) отчисленным из образовательной организации, по запросу слушателей выдаются справки об обучении установленной формы.

5.2. Критерии оценки обучающихся

В процессе аттестации проверяется результативность освоения знаний, умений и навыков, предусмотренных в процессе повышения квалификации.

Оценка качества освоения учебного плана проводится в процессе промежуточной аттестации в форме зачета.

Оценка	Критерии оценки
Зачтено	- «зачет» выставляется слушателю, если он твердо знает материал курса, правильно применяет теоретические положения при решении практических вопросов, владеет необходимыми навыками и приемами их выполнения;
Не зачтено	- «незачет» выставляется слушателю, который не знает значительной части программного материала, допускает существенные ошибки, неуверенно, с большими затруднениями решает практические вопросы или не справляется с ними самостоятельно*

Оценка качества освоения учебной программы проводится в процессе итоговой аттестации в форме устного зачета.

Оценка (стандартная)	Требования к знаниям
«зачтено»	Оценка «зачтено» выставляется слушателю, продемонстрировавшему твердое и всесторонние знания материала, умение критически

	анализировать уровень саморазвития и самомотивации, самостоятельно делать грамотные выводы, умение применять полученные в рамках занятий практические навыки и умения. Достижения за период обучения и результаты текущей аттестации демонстрировали достаточный уровень знаний и умений слушателя.
<i>«не зачтено»</i>	Оценка «не зачтено» выставляется слушателю, который в недостаточной мере овладел материалом по дисциплине, не готов критически оценивать собственную результативность, не выполнил требований, предъявляемых к итоговой аттестации. Достижения за период обучения и результаты текущей аттестации демонстрировали неудовлетворительный уровень знаний и умений слушателя.

5.3 Фонд оценочных средств

Для проведения промежуточной и итоговой аттестации программы разработан «Фонд оценочных средств по программе, являющийся неотъемлемой частью учебно-методического комплекса.

Объектами оценивания выступают:

- степень освоения теоретических знаний,
- уровень овладения практическими умениями и навыками по всем видам учебной работы, активность на занятиях

Примерные вопросы к промежуточной аттестации:

Выполнить ряд практических заданий, направленных на осмысление собственного опыта выбора в реальных жизненных ситуациях и тренировку личностных предпосылок качественного выбора.

Итоговая аттестация проводится с целью установления уровня знаний, обучающихся с учетом прогнозируемых результатов обучения и требований к результатам освоения образовательной программы. Итоговая аттестация обучающихся осуществляется в форме устного зачета посредством анализа клиентского случая из собственной практики или собственного процесса на основе изученного в программе теоретического и практического материала.

6. ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Обучение предполагает следующие формы работы: лекции, практические задания, самостоятельная работа по отработке навыков и чтению рекомендованной учебно-методической литературы.

6.1. Требования к квалификации педагогических кадров, представителей предприятий и организаций, обеспечивающих реализацию образовательного процесса.

Реализация программы дополнительного профессионального образования обеспечивается педагогическими работниками организации, а также лицами, привлекаемыми к реализации образовательной программы на условиях гражданско-правового договора, в том числе из числа работников организаций, направление деятельности которых соответствует области профессиональной деятельности. Квалификация педагогических работников должна отвечать квалификационным требованиям, указанным в квалификационных справочниках, и (или) профессиональных стандартах (при наличии).

Требования к образованию и обучению лица, занимающего должность *преподавателя*: Высшее образование - специалитет или магистратура, направленность (профиль) которого, как правило, соответствует преподаваемому учебному курсу, дисциплине (модулю)

Дополнительное профессиональное образование на базе высшего образования (специалитета или магистратуры) - профессиональная переподготовка, направленность (профиль) которой соответствует преподаваемому учебному курсу, дисциплине (модулю)

Педагогические работники обязаны проходить в установленном законодательством Российской Федерации порядке обучение и проверку знаний и навыков в области охраны труда

Рекомендуется обучение по дополнительным профессиональным программам по профилю педагогической деятельности не реже чем один раз в три года

Требования к опыту практической работы: при несоответствии направленности (профиля) образования преподаваемому учебному курсу, дисциплине (модулю) - опыт работы в области профессиональной деятельности, осваиваемой обучающимися или соответствующей преподаваемому учебному курсу, дисциплине (модулю)

Преподаватель: стаж работы в образовательной организации не менее одного года; при наличии ученой степени, (звания) - без предъявления требований к стажу работы

Особые условия допуска к работе: отсутствие ограничений на занятие педагогической деятельностью, установленных законодательством Российской Федерации

Прохождение обязательных предварительных (при поступлении на работу) и периодических медицинских осмотров (обследований), а также внеочередных медицинских осмотров (обследований) в порядке, установленном законодательством Российской Федерации

Прохождение в установленном законодательством Российской Федерации порядке аттестации на соответствие занимаемой должности.

6.2. Требования к материально-техническим условиям

Реализация программы предполагает наличие аудитории с учебной мебелью, флипчартом для схематичного изображения учебного материала и возможностью расстановки стульев по окружности для обеспечения визуального контакта обучающихся.

Обучения с применением дистанционных образовательных технологий предполагает наличие компьютера или ноутбука с возможностью выхода в интернет, наличие гарнитуры при необходимости подключения к видеоконференции.

6.3. Требованиям к информационным и учебно-методическим условиям

Основная литература:

1. Фам А.Х. Выбор не выбирать: бегство от ответственности или зрелая личностная позиция // Человек. 2018. № 2. С. 110-120: <https://mipoppp.com/psikhologiya-dlya->

[zhizni/poleznye-stati/279-vybor-ne-vybirat-begstvo-ot-otvetstvennosti-ili-zrelaya-lichnostnaya-pozitsiya](https://mipopp.com/psikhologiya-dlya-zhizni/poleznye-stati/279-vybor-ne-vybirat-begstvo-ot-otvetstvennosti-ili-zrelaya-lichnostnaya-pozitsiya)

2. Фам А.Х. Выбор как процесс: многогранный, парадоксальный и непредсказуемый // Экзистенциальная традиция: философия, психология, психотерапия. 2016. № 2 (28). С. 168-180: <https://mipopp.com/psikhologiya-dlya-zhizni/poleznye-stati/282-vybor-kak-protsess-mnogogrannyi-paradoksalnyi-i-nepredskazuemyj>

Дополнительная литература:

1. Леонтьев Д.А., Овчинникова Е.Ю., Рассказова Е.И., Фам А.Х. Психология выбора. М.: Смысл, 2015. – 464 с.
2. Лерер Дж. Как мы принимаем решения. – М.: Corpus, Астрель, 2011. – 352 с.

Интернет-ресурсы:

1. Выступление Б. Шварца на английском: https://www.ted.com/talks/barry_schwartz_the_paradox_of_choice/transcript?language=en
2. Интервью Э.Э. Эгер журналу «Forbes Woman» (06.07.2020): <https://www.forbes.ru/forbes-woman/404335-v-osvencime-ne-bylo-antidepressantov-kak-edit-eger-proshla-konclager-i-vyzhila>