

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Гаврилов Сергей Александрович
Должность: И.О. Ректора
Дата подписания: 01.04.2026 12:11:18
Уникальный программный ключ:
f17218015d82e3c1457d1df9e244def505047355

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации
Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего образования
«Национальный исследовательский университет
«Московский институт электронной техники»

УТВЕРЖДАЮ

Проректор по учебной работе

А.Г. Балашов

2026 г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

«Психология профессионального развития»

Направление подготовки – 37.03.01 «Психология»

Направленность (профиль) – «Организационная психология»

очно-заочная форма обучения

1. ПЕРЕЧЕНЬ ПЛАНИРУЕМЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ ОБУЧЕНИЯ

Дисциплина участвует в формировании следующих компетенций образовательных программ:

Компетенции ОП	Подкомпетенции, формируемые в дисциплине	Индикаторы достижения компетенций
ОПК-7 Способен поддерживать уровень профессиональной компетенции, в том числе за счет понимания и готовности работать под супервизией	ОПК-7.ППР Способен анализировать и рефлексировать свои профессиональные возможности и находить пути их развития по средством супервизии и повышения уровня профессиональной компетентности	Знает основные понятия и общие, специфические закономерности и индивидуальные особенности профессионального развития личности. Умеет самостоятельно анализировать уровень собственной компетентности и определять пути ее повышения. Имеет опыт реализации диагностической схемы выявления особенностей профессионального развития, предоставления конструктивной обратной связи при сопровождении принятия карьерных решений.

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Дисциплина входит в обязательную часть Блока 1 «Дисциплины (модули)» образовательной программы.

Входные требования к дисциплине «Психология профессионального развития»:

- знание основ общей, возрастной и социальной психологии, психологии личности;
- умение анализировать информацию, работать с литературой и аргументировать позицию;
- опыт саморефлексии, конспектирования и работы в команде.

3. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ

Курс	Семестр	Общая трудоёмкость (ЗЕ)	Общая трудоёмкость (часы)	Контактная работа			Самостоятельная работа (часы)	Промежуточная аттестация
				Лекции (часы)	Лабораторные работы (часы)	Практические занятия (часы)		
3	5	4	144	16	-	32	96	3а

4. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

№ и наименование модуля	Контактная работа			Самостоятельная работа	Формы текущего контроля
	Лекции (часы)	Лабораторные работы (часы)	Практические занятия (часы)		
1. Теоретико-методологические основы психологии профессионального развития	4	-	8	24	Опрос
					Эссе
					Контрольная работа № 1
					Тест по модулю 1
2. Профессиональные деформации и деструкции личности	4	-	8	24	Опрос
					Проверка выполнения практико-ориентированного задания
					Контрольная работа № 2
					Тест по модулю 2
3. Технологии самоанализа и проектирования профессионального развития	4	-	8	24	Опрос
					Проверка выполнения практико-ориентированного задания
					Контрольная работа № 3
					Тест по модулю 3
4. Психологическое сопровождение профессионального развития и карьеры	4	-	8	24	Опрос
					Эссе
					Контрольная работа № 4
					Тест по модулю 4

4.1. Лекционные занятия

№ модуля дисциплины	№ лекции	Объем занятий (часы)	Краткое содержание
1	1	2	Психология профессионального развития как отрасль научного знания. Основные понятия и категории дисциплины. Место дисциплины в системе психологических наук. Основные понятия: профессия, специальность, квалификация, компетенция, карьера, профессиональный рост. Общие закономерности профессионального развития.
	2	2	Кризисы профессионального развития: сущность, виды и психологические механизмы. Понятие профессионального кризиса. Кризис профессиональных ожиданий. Кризис профессионального роста. Кризис нереализованности. Возрастные и личностные детерминанты профессиональных кризисов.
2	3	2	Понятие и виды профессиональных деформаций и деструкций. Определение профессиональной деформации. Классификация профессиональных деструкций (общие, типологические, индивидуальные). Факторы и группы риска.
	4	2	Профилактика и методы преодоления профессиональных деструкций. Стратегии «разумного компромисса». Понятие профессиональной реабилитации. Роль психологического консультирования, тренингов и супервизии.
3	5	2	Модели профессионала и современные требования к компетенциям. Модели профессионала (нормативная, экспективная, эмпирическая по К.К. Платонову). Понятие компетенции и компетентности. Модели soft skills и hard skills.
	6	2	Рефлексия и саморегуляция как основы профессионального саморазвития. Компоненты саморазвития личности (мотивационно-смысловой, рефлексивный, деятельностно-практический). Техники рефлексии и целеполагания.
4	7	2	Основы профориентационного и карьерного консультирования. Цели, задачи, этапы и этические принципы карьерного консультирования. Диагностический инструментарий.
	8	2	Техники предоставления конструктивной обратной связи. Правила и алгоритмы предоставления обратной связи. Барьеры восприятия и их преодоление.

4.2. Практические занятия

№ модуля дисциплины	№ практического занятия	Объем занятий (часы)	Наименование занятия
1	1-2	2	Анализ понятийного аппарата дисциплины. Дискуссия «Профессия, специальность, призвание: единство и противоречия».
	3-4	2	Периодизации и стадии профессионального становления личности (Э.Ф. Зеер, Д. Сьюпер). Профессиональная идентичность.
	5-6	2	Кризисы профессионального развития.
	7-8	2	Профессиональная социализация и профессиональная индивидуализация: единство и противоречия.
2	9-10	2	Диагностика склонности к профессиональным деформациям. Анализ примеров из различных профессиональных сфер.
	11-12	2	Синдром эмоционального выгорания: симптомы, стадии, механизмы формирования.
	13-14	2	Профилактика и методы преодоления профессиональных деструкций.
	15-16	2	Анализ кейсов по преодолению профессиональных кризисов и деформаций.
3	17-18	2	Модели профессионала и современные требования к компетенциям.
	19-20	2	Составление карты компетенций (hard и soft skills). SWOT-анализ профессиональных возможностей и угроз.
	21-22	2	Техники целеполагания: построение индивидуального плана профессионального развития (ИППР) по SMART.
	23-24	2	Супервизия как инструмент профессионального роста: виды, модели, этапы процесса.
4	25-26	2	Практикум по проведению и интерпретации методики «Якоря карьеры» Э. Шейна.
	27-28	2	Практикум по проведению и интерпретации методики «Профессиональные предпочтения» Дж. Голланда.
	29-30	2	Тренинг по отработке навыков предоставления конструктивной обратной связи.
	31-32	2	Коучинг в профессиональном развитии: основы и техники.

4.3. Лабораторные работы

Не предусмотрены

4.4. Самостоятельная работа студентов

№ модуля дисциплины	Объем занятий (часы)	Вид СРС
1	6	Подготовка к контрольной работе №1: изучение и конспектирование рекомендуемой учебно-методической литературы.
	6	Написание эссе на тему «Современные вызовы профессионального развития в условиях цифровой экономики».
	6	Подготовка к опросу на практических (семинарских) занятиях.
	6	Подготовка к тестированию по модулю 1.
2	6	Подготовка к контрольной работе №2: изучение и конспектирование рекомендуемой учебно-методической литературы.
	6	Практико-ориентированное задание – Самодиагностика склонности к профессиональным деформациям (по пройденным методикам).
	6	Подготовка к опросу на практических (семинарских) занятиях.
	6	Подготовка к тестированию по модулю 2.
3	6	Подготовка к контрольной работе №3: изучение и конспектирование рекомендуемой учебно-методической литературы.
	6	Подготовка к опросу на практических (семинарских) занятиях.
	6	Практико-ориентированное задание – Разработка и оформление индивидуального плана профессионального развития.
	6	Подготовка к тестированию по модулю 3.
4	6	Подготовка к контрольной работе №4: изучение и конспектирование рекомендуемой учебно-методической литературы.
	6	Подготовка к опросу на практических (семинарских) занятиях.
	6	Написание эссе на тему «Современные тренды на рынке труда».
	6	Подготовка к тестированию по модулю 4.

4.5. Примерная тематика курсовых работ (проектов)

Не предусмотрены

5. ПЕРЕЧЕНЬ УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ ДЛЯ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ

Учебно-методическое обеспечение для самостоятельной работы студентов в составе УМК дисциплины (ОРИОКС// URL: <http://orioks.miet.ru/>):

- Сценарий по изучению дисциплины «Психология профессионального развития».
- Типовые вопросы и задания к зачету.
- Рекомендуемая литература по дисциплине.

Модуль 1 «Теоретико-методологические основы психологии профессионального развития»

- ✓ Теоретический материал к лекциям.

- ✓ Материалы по подготовке к контрольной работе №1.
- ✓ Материалы по подготовке к опросу на практических (семинарских) занятиях.
- ✓ Материалы по подготовке к тестированию по модулю 1.
- ✓ Методические рекомендации по написанию эссе на тему «Современные вызовы профессионального развития в условиях цифровой экономики».

Модуль 2 «Профессиональные деформации и деструкции личности»

- ✓ Теоретический материал к лекциям.
- ✓ Материалы по подготовке к контрольной работе №2.
- ✓ Материалы по подготовке к опросу на практических (семинарских) занятиях.
- ✓ Методические рекомендации по выполнению практико-ориентированного задания – «Самодиагностика склонности к профессиональным деформациям» (по пройденным методикам).
- ✓ Материалы по подготовке к тестированию по модулю 2.

Модуль 3 «Технологии самоанализа и проектирования профессионального развития»

- ✓ Теоретический материал к лекциям.
- ✓ Материалы по подготовке к контрольной работе №3.
- ✓ Материалы по подготовке к опросу на практических (семинарских) занятиях.
- ✓ Методические рекомендации по выполнению практико-ориентированного задания – «Разработка и оформление индивидуального плана профессионального развития».
- ✓ Материалы по подготовке к тестированию по модулю 3.

Модуль 4 «Психологическое сопровождение профессионального развития и карьеры»

- ✓ Теоретический материал к лекциям.
- ✓ Материалы по подготовке к контрольной работе №4.
- ✓ Материалы по подготовке к опросу на практических (семинарских) занятиях.
- ✓ Материалы по подготовке к тестированию по модулю 4.
- ✓ Методические рекомендации по написанию эссе на тему «Современные тренды на рынке труда».

6. ПЕРЕЧЕНЬ УЧЕБНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

Литература

1. Зеер Э.Ф. Психология профессионального развития: учебное пособие для вузов / Э.Ф. Зеер, Э.Э. Сыманюк. – 3-е изд., испр. и доп. – Москва: Юрайт, 2023. – 234 с. – (Высшее образование). – URL: <https://urait.ru/bcode/516994> (дата обращения: 28.03.2026). – ISBN 978-5-534-14387-4. – Текст: электронный.
2. Авдулова Т.П. Психология управления: учебник и практикум для вузов / Т.П. Авдулова. – 2-е изд., испр. и доп. – Москва: Юрайт, 2025. – 231 с. – (Высшее образование). – URL: <https://urait.ru/bcode/563757> (дата обращения: 28.03.2026). – ISBN 978-5-534-05717-1. – Текст: электронный.
3. Чернова Г.Р. Психология управления: учебное пособие для вузов / Г.Р. Чернова, Л.Ю. Соломина, В.И. Хмяляйнен. – 2-е изд., испр. и доп. – Москва: Юрайт, 2025. – 157 с. –

- (Высшее образование). – URL: <https://urait.ru/bcode/557652> (дата обращения: 28.03.2026). – ISBN 978-5-534-08657-7. – Текст: электронный.
4. Психология управления персоналом: учебник для вузов / под общей редакцией Е.И. Рогова. – Москва: Юрайт, 2024. – 350 с. – (Высшее образование). – URL: <https://urait.ru/bcode/536223> (дата обращения: 28.03.2026). – ISBN 978-5-534-03827-9. – Текст: электронный.

Периодические издания

1. Организационная психология = Organizational Psychology / ФГАОУ ВО «Национальный исследовательский университет «Высшая школа экономики». – Москва: НИУ ВШЭ, 2011. – URL: <https://orgpsyjournal.hse.ru> (дата обращения: 28.03.2026). – Режим доступа: свободный.

2. ПЕРЕЧЕНЬ ПРОФЕССИОНАЛЬНЫХ БАЗ ДАННЫХ, ИНФОРМАЦИОННЫХ СПРАВОЧНЫХ СИСТЕМ

1. Российское образование: федеральный портал. – Москва, [б. г.]. – URL: <http://www.edu.ru> (дата обращения: 12.07.2023). – Режим доступа: свободный.
2. Znanium.com: Электронно-библиотечная система: [сайт]. – Москва, 2011 – URL: <https://new.znanium.com> (дата обращения: 28.03.2026). – Режим доступа: для авторизованных пользователей МИЭТ.
3. ЭБС Юрайт: образовательная платформа. – Москва, 2013 – URL: <https://urait.ru> (дата обращения: 28.03.2026). – Режим доступа: для авторизованных пользователей МИЭТ.
4. eLIBRARY.RU: Научная электронная библиотека: [сайт]. – Москва, 2000 –. – URL: <https://elibrary.ru/defaultx.asp> (дата обращения: 28.03.2026). – Режим доступа: для зарегистрир. пользователей.
5. Электронно-библиотечная система Лань: [сайт]. – Санкт-Петербург, 2011 –. URL: <https://e.lanbook.com> (дата обращения: 28.03.2026). – Режим доступа: для авторизованных пользователей МИЭТ.
6. Psychologos.ru = Психологос: [сайт] / Н.И. Козлов. – URL: <https://www.psychologos.ru> (дата обращения 28.03.2026). – Режим доступа: свободный.

8. ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ

В данной дисциплине используется смешанное обучение.

Применяется расширенная виртуальная модель обучения, предполагающая обязательное присутствие студентов на очных учебных занятиях и самостоятельное выполнение индивидуальных заданий с проверкой, обсуждением, доработкой и подведением итогов как на очных учебных занятиях, так с использованием онлайн-ресурсов и сервисов.

Для взаимодействия студентов с преподавателем используются сервисы обратной связи: сервис электронной информационно-образовательной среды ОРИОКС «Домашние задания», электронная почта, сервисы видеоконференцсвязи.

В сервисе обратной связи ОРИОКС «Домашние задания» обучающиеся выкладывают на проверку выполненные индивидуальные задания, а также могут задать уточняющие вопросы преподавателю.

Освоение образовательной программы обеспечивается ресурсами электронной информационно-образовательной среды ОРИОКС.

В процессе обучения при проведении занятий и для самостоятельной работы используются внутренние электронные ресурсы (<http://orioks.miet.ru>).

Тестирование проводится в ОРИОКС.

9. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Наименование учебных аудиторий и помещений для самостоятельной работы	Оснащенность учебных аудиторий и помещений для самостоятельной работы	Перечень программного обеспечения
Учебная аудитория	Мультимедийное оборудование	Операционная система WINDOWS, Microsoft Office, браузер (Firefox, Google Chrome)
Учебная аудитория	Доска	Не требуется
Помещение для самостоятельной работы (компьютерный класс библиотеки)	17 компьютеров, объединенных в сеть, с выходом в Интернет и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду МИЭТ	Операционная система WINDOWS, Microsoft Office, браузер (Firefox, Google Chrome) Acrobat reader DC

10. ФОНДЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОВЕРКИ СФОРМИРОВАННОСТИ КОМПЕТЕНЦИЙ/ПОДКОМПЕТЕНЦИЙ

ФОС по подкомпетенции **ОПК-7.ППР** Способен анализировать и рефлексировать свои профессиональные возможности и находить пути их развития по средством супервизии и повышения уровня профессиональной компетентности.

Фонд оценочных средств представлен отдельным документом и размещен в составе УМК дисциплины электронной информационной образовательной среды ОРИОКС// URL: <http://orioks.miet.ru>.

11. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ

11.1. Особенности организации процесса обучения

Успешное освоение дисциплины «Психология профессионального развития» требует от студентов систематической и активной работы в течение всего семестра. Для этого необходимо:

Регулярно посещать все виды учебных занятий (лекции и практические занятия). В случае пропуска по уважительной причине **обязательно самостоятельно изучить** материал пропущенной темы по конспектам однокурсников и рекомендованной литературе.

Заблаговременно и добросовестно выполнять все задания, предусмотренные для самостоятельной работы.

Своевременно и успешно проходить все запланированные формы текущего контроля.

Активно использовать ресурсы электронной информационно-образовательной среды (ЭИОС) ОРИОКС (<http://orioks.miet.ru/>) для доступа к учебным материалам, получения заданий и обратной связи от преподавателя.

Изучение дисциплины направлено на формирование навыков самоанализа и проектирования собственного профессионального пути, а также основ компетенции по сопровождению профессионального развития других людей. Это предполагает не только усвоение теоретических знаний, но и развитие практических умений через рефлексию, решение кейсов и участие в тренингах.

Работа на лекционных занятиях

Лекции являются основным источником систематизированных теоретических знаний. Их эффективное усвоение требует активной работы внимания и мышления.

Подготовка к лекции: просмотрите план предстоящей лекции и основные понятия темы в рекомендованных источниках. Это поможет легче воспринимать новый материал.

Ведение конспекта:

- записывайте тему, план и рекомендуемую литературу;
- структурируйте запись: выделяйте заголовки, определения ключевых понятий, классификации, выводы;
- фиксируйте основные идеи и тезисы лектора, используя приемы сокращения и аббревиатуры;
- оставляйте на полях места для пометок и дополнений во время самостоятельной работы.

Работа во время лекции: внимательно слушайте, задавайте уточняющие вопросы, участвуйте в обсуждениях, предлагаемых преподавателем.

Работа на практических занятиях

Практические занятия – это форма обучения, ориентированная на отработку умений и приобретение опыта через деятельность (практикумы, разбор кейсов, тренинги, ролевые игры).

Подготовка к занятию: изучите теоретический материал по теме занятия, выполните предусмотренные задания для самостоятельной работы (например, пройдите самодиагностику, подготовьте вопросы для дискуссии).

Работа во время занятия:

- будьте активным участником, а не пассивным наблюдателем. Включайтесь в обсуждения, делитесь мнением, аргументируйте свою позицию;
- внимательно слушайте выступления однокурсников, анализируйте предлагаемые ими решения, задавайте уточняющие вопросы;
- выполняйте практические упражнения и участвуйте в ролевых играх максимально осознанно, так как они моделируют реальные профессиональные ситуации;

– фиксируйте полезные идеи, алгоритмы действий и конструктивные замечания преподавателя.

Итог работы: по результатам многих занятий необходимо представить краткий отчет или выводы (устно или письменно), демонстрирующие понимание пройденного материала и его практическое применение.

Организация самостоятельной работы

Самостоятельная работа (СР) является ключевой частью учебного процесса и направлена на углубление и закрепление знаний, развитие навыков самоорганизации и самоконтроля.

Планирование: ознакомьтесь с графиком и видами СР в начале семестра. Распределите нагрузку равномерно, не откладывая выполнение заданий на последний момент.

Использование ресурсов: для выполнения СР используйте не только конспекты лекций, но и рекомендованную основную и дополнительную литературу, ресурсы ЭИОС ОРИОКС и профессиональные базы данных.

Выполнение заданий: подходите к выполнению заданий творчески. При написании эссе стремитесь не просто пересказать материал, а проанализировать его, выразить и аргументировать собственную точку зрения. При выполнении практико-ориентированных заданий (например, составление ИППР) максимально применяйте полученные знания к анализу собственной ситуации.

Своевременность: сдавайте выполненные задания в установленные сроки через сервисы ЭИОС.

11.2. Система контроля и оценивания

Для оценки успеваемости студентов по дисциплине используется накопительная балльная система.

Баллами оцениваются: выполнение каждого контрольного мероприятия в семестре и сдача зачета (в сумме до 100 баллов). По сумме баллов выставляется итоговая оценка по предмету. Структура и график контрольных мероприятий доступен в ОРИОКС// URL: <http://orioks.miet.ru/>.

Мониторинг успеваемости студентов проводится в течение всего семестра.

Баллы за посещаемость и выполнение, и сдачу текущих заданий первый раз выставляются на 8-й неделе и затем корректируются на 12-й и 17-й неделях в соответствии с порядком начисления баллов по дисциплине.

РАЗРАБОТЧИКИ:

Доцент Института ЭУП,

кандидат педагогических наук, доцент _____ /С.Н. Литвинова/

Зам. директора Института ЭУП,

кандидат психологических наук _____ /О.В. Нестерова/

Рабочая программа дисциплины «Психология профессионального развития» по направлению подготовки 37.03.01 «Психология», направленности (профилю) «Организационная психология» разработана в Институте ЭУП и утверждена на общем собрании Института « 18 » мая 2026 года, протокол № 8 .

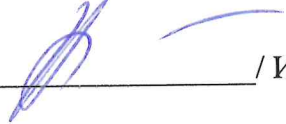
Директор Института ЭУП

 /Е.А. Горчакова/

ЛИСТ СОГЛАСОВАНИЯ

Рабочая программа согласована с Центром подготовки к аккредитации и независимой оценки качества.

Начальник АНОК

 / И.М. Никулина /

Рабочая программа согласована с библиотекой МИЭТ.

/ Директор библиотеки

 / Т.П. Филиппова /