

Документ подписан простой электронной подписью  
Информация о владельце:  
ФИО: Ястребов Олег Александрович  
Должность: Ректор  
Дата подписания: 12.05.2026 15:33:58  
Уникальный программный ключ:  
ca953a01204891083f939673078ef1a989dae18a

**Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего образования  
«Российский университет дружбы народов имени Патриса Лумумбы»**

**Высшая школа управления**

(наименование основного учебного подразделения (ОУП)-разработчика ОП ВО)

## **РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**

### **САМООРГАНИЗАЦИЯ И ТЕХНОЛОГИИ ПРОФЕССИОНАЛЬНО-ЛИЧНОСТНОГО РОСТА**

(наименование дисциплины/модуля)

**Рекомендована МССН для направления подготовки/специальности:**

#### **43.04.02 ТУРИЗМ**

(код и наименование направления подготовки/специальности)

**Освоение дисциплины ведется в рамках реализации основной профессиональной образовательной программы высшего образования (ОП ВО):**

#### **БИЗНЕС-ПРОЦЕССЫ В СФЕРЕ ТУРИЗМА И ГОСТЕПРИИМСТВА**

(наименование (профиль/специализация) ОП ВО)

**2026 г.**

## 1. ЦЕЛЬ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Дисциплина «Самоорганизация и технологии профессионально-личностного роста» входит в программу магистратуры «Бизнес-процессы в сфере туризма и гостеприимства» по направлению 43.04.02 «Туризм» и изучается во 2 семестре 1 курса. Дисциплину реализует Кафедра туризма и сервиса. Дисциплина состоит из 3 разделов и 6 тем и направлена на изучение теоретических и психологических основ формирования личностного роста; основ социальной психологии развития личности; методов социально-психологического исследования личности; основам психологии трудовой деятельности; условий формирования и развития навыков профессионального личностного роста.

Целью освоения дисциплины является освоение обучающимися системы психолого-педагогических знаний, психологических аспектов процесса формирования и развития навыков профессионально-личностного роста; формирования развития мотивации.

## 2. ТРЕБОВАНИЯ К РЕЗУЛЬТАТАМ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Освоение дисциплины «Самоорганизация и технологии профессионально-личностного роста» направлено на формирование у обучающихся следующих компетенций (части компетенций):

*Таблица 2.1. Перечень компетенций, формируемых у обучающихся при освоении дисциплины (результаты освоения дисциплины)*

Шифр	Компетенция	Индикаторы достижения компетенции (в рамках данной дисциплины)
УК-6	Способен определять и реализовывать приоритеты собственной деятельности и способы ее совершенствования на основе самооценки	УК-6.1 Контролирует количество времени, потраченного на конкретные виды деятельности; УК-6.2 Вырабатывает инструменты и методы управления временем при выполнении конкретных задач, проектов, целей; УК-6.3 Анализирует свои ресурсы и их пределы (личностные, ситуативные, временные и т.д.), для успешного выполнения поставленной задачи; УК-6.4 Распределяет задачи на долго-, средне- и краткосрочные с обоснованием актуальности и анализа ресурсов для их выполнения;
ОПК-7	Способен осуществлять педагогическую деятельность по основным профессиональным образовательным программам и дополнительным профессиональным программам	ОПК-7.1 Осуществляет педагогическую деятельность по основным образовательным программам магистратуры и дополнительным профессиональным программам, ориентированным на подготовку кадров для индустрии туризма; ОПК-7.2 Выбирает формы и методы подготовки к проведению занятий по основным профессиональным образовательным программам и дополнительным профессиональным программам; ОПК-7.3 Планирует результаты обучения, проводит текущий контроль знаний и промежуточную аттестацию по дисциплинам;

## 3. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОП ВО

Дисциплина «Самоорганизация и технологии профессионально-личностного роста» относится к обязательной части блока 1 «Дисциплины (модули)» образовательной программы высшего образования.

В рамках образовательной программы высшего образования обучающиеся также осваивают другие дисциплины и/или практики, способствующие достижению запланированных результатов освоения дисциплины «Самоорганизация и технологии профессионально-личностного роста».

*Таблица 3.1. Перечень компонентов ОП ВО, способствующих достижению запланированных результатов освоения дисциплины*

<b>Шифр</b>	<b>Наименование компетенции</b>	<b>Предшествующие дисциплины/модули, практики*</b>	<b>Последующие дисциплины/модули, практики*</b>
УК-6	Способен определять и реализовывать приоритеты собственной деятельности и способы ее совершенствования на основе самооценки	Научно-исследовательская работа;	Научно-исследовательская работа; Преддипломная практика;
ОПК-7	Способен осуществлять педагогическую деятельность по основным профессиональным образовательным программам и дополнительным профессиональным программам		Проектное управление и стратегический менеджмент в сфере туризма; Преддипломная практика;

\* - заполняется в соответствии с матрицей компетенций и СУП ОП ВО

\*\* - элективные дисциплины /практики

#### 4. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ

Общая трудоемкость дисциплины «Самоорганизация и технологии профессионально-личностного роста» составляет «2» зачетные единицы.

Таблица 4.1. Виды учебной работы по периодам освоения образовательной программы высшего образования для очной формы обучения.

Вид учебной работы	ВСЕГО, ак.ч.		Семестр(-ы)
			2
<i>Контактная работа, ак.ч.</i>	34		34
Лекции (ЛК)	17		17
Лабораторные работы (ЛР)	0		0
Практические/семинарские занятия (СЗ)	17		17
<i>Самостоятельная работа обучающихся, ак.ч.</i>	29		29
<i>Контроль (экзамен/зачет с оценкой), ак.ч.</i>	9		9
<b>Общая трудоемкость дисциплины</b>	<b>ак.ч.</b>	<b>72</b>	<b>72</b>
	<b>зач.ед.</b>	<b>2</b>	<b>2</b>

## 5. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Таблица 5.1. Содержание дисциплины (модуля) по видам учебной работы

Номер раздела	Наименование раздела дисциплины	Наименование темы		Содержание темы	Вид учебной работы*
Раздел 1	Личность в психологии и философии.	1.1	Теоретические основы формирования личностного роста.	Понятие личностного роста в психологии. Гуманистические концепции личностного роста человека К. Роджерса, А. Маслоу. Экзистенциальный подход в изучении личности человека В. Франкла, Дж. Бюджентала. Поведенческая и деятельностная теории личности. Понятие бихевиоризма. Современные психологические концепции развития личности.	ЛК, СЗ
Раздел 2	Социальная психология развития личности.	2.1	Современные представления о социальной психологии личности.	Явления и процессы, изучаемые социальной психологией. Методы социально-психологического исследования личности. Социальные установки, стереотипы, предрассудки личности. Межличностные отношения и психология общения. Психология межгруппового взаимодействия.	ЛК, СЗ
		2.2	Психология трудовой деятельности.	Структура компонентов трудовой деятельности. Методы изучения трудовой деятельности. Формирование личности профессионала. Возрастные и биографические кризисы. Стадии профессионального развития личности. Психологический (рабочий) стресс. Психология профессиональной пригодности.	ЛК, СЗ
		2.3	Условия формирования и развития навыков профессионально личностного роста.	Цели саморазвития и личностного роста. Этапы саморазвития и личностного роста. Всестороннее развитие личности. Механизмы развития личности в психологии. Законы развития личности. Причины остановки личностного роста. Личностный рост и мотивация. Основные теории лидерства в психологии. Модель теории лидерства Ф. Фидлера. Теория черт лидерства. Теория лидерства в менеджменте. Теории лидерства в организации. Теория эмоционального интеллекта Д. Голдмана. Теория «внутреннего стимулирования» К. Кешмана.	ЛК, СЗ
Раздел 3	Технологии личностного роста.	3.1	Техника и стратегия саморазвития.	Личностный рост и позитивное мышление. Саморазвитие в учебной деятельности. Саморазвитие и личностный рост в карьере. Личностный рост в семейных взаимоотношениях. Профессиональные способности и мотивация. Профессиональный психологический отбор.	ЛК, СЗ
		3.2	Тренинги личностного роста.	Личностный рост и самопознание. Выход из зоны комфорта. Личностный рост, личностное развитие, личностный потенциал. Ценностные ориентации. Жизненный выбор.	ЛК, СЗ

Номер раздела	Наименование раздела дисциплины	Наименование темы		Содержание темы	Вид учебной работы*
				<p>Жизненное планирование. Определение жизненных стратегий.            Личностный рост в направлении межличностной гармонии.            Личностный рост в направлении деловой успешности. Влияние личностного роста на успешность.</p>	

\* - заполняется только по **ОЧНОЙ** форме обучения: *ЛК* – лекции; *ЛР* – лабораторные работы; *СЗ* – практические/семинарские занятия.

## 6. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Таблица 6.1. Материально-техническое обеспечение дисциплины

Тип аудитории	Оснащение аудитории	Специализированное учебное/лабораторное оборудование, ПО и материалы для освоения дисциплины (при необходимости)
Лекционная	Аудитория для проведения занятий лекционного типа, оснащенная комплектом специализированной мебели; доской (экраном) и техническими средствами мультимедиа презентаций.	Microsoft Гарант Консультант Плюс Windows 7 KMS Corp (OS, Windows), MSOffice Professional Plus (офисные приложения, MSOffice)
Семинарская	Аудитория для проведения занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации, оснащенная комплектом специализированной мебели и техническими средствами мультимедиа презентаций.	Microsoft Гарант Консультант Плюс Windows 7 KMS Corp (OS, Windows), MSOffice Professional Plus (офисные приложения, MSOffice)
Для самостоятельной работы	Аудитория для самостоятельной работы обучающихся (может использоваться для проведения семинарских занятий и консультаций), оснащенная комплектом специализированной мебели и компьютерами с доступом в ЭИОС.	Microsoft Гарант Консультант Плюс Windows 7 KMS Corp (OS, Windows), MSOffice Professional Plus (офисные приложения, MSOffice)

\* - аудитория для самостоятельной работы обучающихся указывается **ОБЯЗАТЕЛЬНО!**

## 7. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

### Основная литература:

1. Артюхова, Т. Ю. Психология и педагогика саморазвития студентов высшей школы: учебное пособие для вузов / Т. Ю. Артюхова, О. А. Козырева. — Москва: Издательство Юрайт, 2023. — 230 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-16283-7. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/530736>

2. Рамендик, Д. М. Тренинг личностного роста : учебник и практикум для вузов / Д. М. Рамендик. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 136 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07294-5. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/561475>

### Дополнительная литература:

1. Гулевич, О. А. Социальная психология: учебник и практикум для академического бакалавриата / О. А. Гулевич, И. Р. Сариева. — 3-е изд., испр. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2018. — 424 с. — (Бакалавр. Академический курс). — ISBN 978-5-534-05490-3. — Текст: электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/409602>.

2. Круглова, С. А. Изучение практических вопросов деловой коммуникации:

учебное пособие: [12+] / С. А. Круглова, И. В. Щербакова. – Москва; Берлин: Директ-Медиа, 2021. – 88 с.: табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=618861>

3. Правдина, Л.Р. Психология профессионального здоровья: учебное пособие / Л.Р. Правдина; Министерство образования и науки РФ, Южный федеральный университет, Академия психологии и педагогики. – Ростов-на-Дону: Издательство Южного федерального университета, 2016. – 208 с.: схем., ил., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=493283>. – Библиогр.: с. 168-172. – ISBN 978-5-9275-2302-3. – Текст: электронный.

4. Развитие потенциала сотрудников: профессиональные компетенции, лидерство, коммуникации / О. Жигилий, А. Глотова, Э. Борчанинова и др.; ред. М. Савина. – Москва: Альпина Паблишер, 2018. – 279 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=81814>. – ISBN 978-5-9614-4582-4. – Текст: электронный.

5. Самарцев В.В. - Взаимосвязь чувства вины и самоактуализации у молодежи Павлодарского Прииртышья // Вестник инновационного евразийского университета - 2017. – № 2. – С. 81 – 87.

6. Трейси Брайан «Выйди из зоны комфорта. Измени свою жизнь. 21 метод повышения личной эффективности» All rights reserved. - ООО «Альпина Паблишер», перевод на русский язык, Издание на русском языке, оформление. Манн, Иванов Ресурсы информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

1. ЭБС РУДН и сторонние ЭБС, к которым студенты университета имеют доступ на основании заключенных договоров

- Электронно-библиотечная система РУДН – ЭБС РУДН

<https://mega.rudn.ru/MegaPro/Web>

- ЭБС «Университетская библиотека онлайн» <http://www.biblioclub.ru>

- ЭБС Юрайт <http://www.biblio-online.ru>

- ЭБС «Консультант студента» [www.studentlibrary.ru](http://www.studentlibrary.ru)

- ЭБС «Знаниум» <https://znanium.ru/>

2. Базы данных и поисковые системы

- Sage <https://journals.sagepub.com/>

- Springer Nature Link <https://link.springer.com/>

- Wiley Journal Database <https://onlinelibrary.wiley.com/>

- Наукометрическая база данных Lens.org <https://www.lens.org>

*Учебно-методические материалы для самостоятельной работы обучающихся при освоении дисциплины/модуля\*:*

1. Курс лекций по дисциплине «Самоорганизация и технологии профессионально-личностного роста».

\* - все учебно-методические материалы для самостоятельной работы обучающихся размещаются в соответствии с действующим порядком на странице дисциплины **в ТУИС!**

**РАЗРАБОТЧИК:**

Доцент

*Должность, БУП*

*Подпись*

Шариков Валентин

Иванович

*Фамилия И.О.*

**РУКОВОДИТЕЛЬ БУП:**

Заведующий кафедрой

*Должность БУП*

*Подпись*

Константиности

Христофор

Александрович

*Фамилия И.О.*

**РУКОВОДИТЕЛЬ ОП ВО:**

Профессор

*Должность, БУП*

*Подпись*

Богомолова Елена

Сергеевна

*Фамилия И.О.*