

Назва дисципліни	Технології саморозвитку особистості
Рекомендується для галузі знань (спеціальності, освітньої програми)	053 Психологія,
Кафедра	Педагогічної та вікової психології
П.І.П. НПП (за можливості)	Грисенко Наталія Вікторівна
Рівень ВО	II (магістерський)
Курс (на якому буде викладатись)	1 курс, 2 семестр
Мова викладання	українська
Пререквізити (передумови вивчення дисципліни)	Знання, вміння, компетенції, що одержан при вивченні дисциплін «Загальна психологія», «Вікова психологія», «Психологія особистості», «Психологічні проблеми досягнення життєвого успіху», «Соціальна психологія».
Що буде вивчатися	Основною метою є засвоєння психологічних знань з теорії саморозвитку особистості, а саме теорій та концепцій, що пов'язані з саморегуляцією, самомотивацією, цілепокладанням, ефективністю розподілу часу, стратегіями подолання стресових ситуацій, розуміння механізмів групової роботи, ефективної самопрезентації та ін
Чому це цікаво/треба вивчати	В межах інтенсифікації життя зростає актуальність максимального використання власних можливостей, свідомого керування перебігом життя та самовизначенням, подолання труднощів як в професійній діяльності так і в особистісному житті.
Чому можна навчитися (результати навчання)	<ul style="list-style-type: none"> <li>- основні напрями саморозвитку особистості;</li> <li>- методики діагностики рівня саморозвитку, а саме рівня саморегуляції, рівня домагань, ефективності розподілу часу та ін.;</li> <li>- методи та техніки підвищення рівня саморозвитку особистості.</li> </ul> -складати індивідуальну програму для підвищення рівня самоорганізації та ефективності розподілу часу.
Як можна користуватися набутими знаннями і вміннями (компетентності)	Здійснення цілеспрямованого та послідовного керування діяльністю людини як індивіда, суб'єкта та особистості, а також методологічних підходів до керування часом, здійснення професійної діяльності, самовизначення, самомотивації та ін
Інформаційне забезпечення	Електронні джерела, електронні ресурси, посібник до курсу
Види навчальних занять (лекції, практичні, семінарські, лабораторні заняття тощо)	Лекції, практичні заняття
Вид семестрового контролю	Диф. залік
Максимальна кількість здобувачів	30
Мінімальна кількість здобувачів (для мовних та творчих дисциплін)	15