

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

ФЕДЕРАЛЬНОЕ
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ЛУГАНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»
(ФГБОУ ВО «ЛГПУ»)

Институт педагогики и психологии
Кафедра психологии



УТВЕРЖДАЮ

Директор
Института педагогики и психологии

М. В. Рудь

« 27 » февраля 2026 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

«Психология самосознания»

По направлению подготовки – 37.03.01 Психология

Профиль подготовки – Психология личности

Квалификация выпускника – бакалавр

Форма обучения – очная

Курс: 2 (4 семестр)

Луганск, 2026

Рабочая программа учебной дисциплины «Психология самосознания» является частью основной профессиональной образовательной программы для подготовки бакалавров по направлению подготовки 37.03.01 Психология и профилю «Психология личности» очной формы обучения.

Составлена на основе федерального государственного образовательного стандарта высшего образования – бакалавриат по направлению подготовки 37.03.01 Психология, утвержденного приказом Министерства науки и высшего образования Российской Федерации от 29 июля 2020 г. № 839, приказом Министерства науки и высшего образования Российской Федерации от 26 ноября 2020 г. № 1456 «О внесении изменений в федеральные государственные образовательные стандарты высшего образования».

СОСТАВИТЕЛЬ:

кандидат педагогических наук, доцент кафедры психологии
ФГБОУ ВО «ЛГПУ» Бажутина Светлана Борисовна

Рабочая программа утверждена на заседании кафедры психологии
«19» февраля 2026 года, протокол № 7/1

Заведующий кафедрой психологии

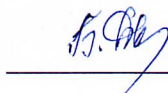


Т.В. Балицкая-Крещенко

ОДОБРЕНА на заседании учебно-методической комиссии Института
педагогики и психологии

«24» февраля 2026 г., протокол № 17

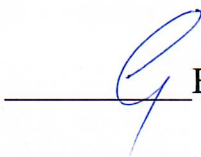
Председатель



Б.А. Дьяченко

СОГЛАСОВАНО:

Директор Департамента образования



В.В. Савенков

Структура и содержание дисциплины

1. Цели и задачи дисциплины

Цель изучения дисциплины – познакомить студентов с психологическим содержанием науки психология самосознания, проследить закономерности развития этой науки, феномены социально-психологических механизмов формирования самосознания, его основных компонентов, выяснить причины возникновения внутриличностных конфликтов и способы совладания с ними.

Задачи:

- знакомство с категориальным аппаратом науки психология самосознания;
- обучить студентов методикам психодиагностического исследования феномена самосознания;
- научить разбираться в различных проблемах психологии самосознания;
- выработать начальные навыки работы с внутриличностными конфликтами и способами их разрешения.

2. Место дисциплины в структуре ООП ВО.

Дисциплина «Психология самосознания» относится к базовой части учебного плана, шифр дисциплины.

Необходимыми условиями для освоения дисциплины являются:

- знания о структуре и функционировании психики человека, особенностях становления и развития самосознания личности, классических методах его психодиагностики;
- умения правильно анализировать и синтезировать информацию, логически грамотно ее обрабатывать;
- навыки работы с различными источниками информации.

Содержание дисциплины является логическим продолжением дисциплин: «Общая психология», «Возрастная психология», «Психодиагностика» и служит основой для освоения курсов по подготовке магистра психологии.

3. Требования к результатам освоения содержания дисциплины

Студенты, завершившие изучение дисциплины «Психология самосознания» должны:

- **знать** особенности структуры и генезиса самосознания личности;
- **уметь** правильно объяснять психологическое содержание компонентов самосознания и особенности внутриличностного конфликта;
- **владеть** навыками использования методов диагностики самосознания, а также навыками разрешения внутриличностных конфликтов.

Перечисленные результаты обучения являются основой для формирования ряда компетенций

общекультурных компетенций:

- способен осуществлять критический анализ проблемных ситуаций на основе системного подхода, вырабатывать стратегию действий (УК-1);

профессиональных компетенций:

– способен осуществлять постановку проблем, целей и задач исследования на основе анализа достижений современной психологической науки и практики, обосновывать гипотезы, разрабатывать программу и методическое обеспечение исследования (теоретического, эмпирического) (ПК-1);

4. Структура и содержание дисциплины

Предмет и задачи науки психологии самосознания. Основные разделы науки. Функции психологии самосознания как науки. Особенности подхода к исследованиям самосознания. Современные проблемы психологии самосознания.

Обзор категориального аппарата науки. Понятия: раса, народ, народность, нация, этнос. Этническая картина мира и этнические константы. Национальный характер и менталитет народа.

История развития психологии самосознания. Возникновение науки. Развитие самосознания на Западе и в США. Развитие психологии самосознания в России.

Структура самосознания. Психологическое содержание основных компонентов самосознания: когнитивного, эмоционально-оценочного и поведенческого. Самооценка и уровень притязаний личности. Понятие «локус-контроль Я», виды «локус-контроля Я». Особенности внутриличностных конфликтов, конфликтов в самосознании. Понятие внутриличностного конфликта. Психологическое содержание внутреннего конфликта. Роль механизмов психологической защиты в развитии внутриличностного конфликта.

Сущность психокоррекционной работы с внутриличностным конфликтом. Особенности ценностно-смыслового направления в работе с внутриличностными конфликтами.

4.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов (зач. ед.)	
	Очная форма	Заочная форма
Общая учебная нагрузка (всего)	72 ч. /2 з.е.	
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	28	
в том числе:		
Лекции	16	
Семинарские занятия	-	
Практические занятия (в том числе интерактив)	12	
Лабораторные работы	-	
Контрольные работы (модули)	-	
КСР	4	

Курсовая работа (курсовой проект)	-	-
Другие формы и методы организации образовательного процесса (<i>групповые дискуссии, ролевые игры, тренинг, компьютерные симуляции, интерактивные лекции, семинары, анализ деловых ситуаций и т.п.</i>)	-	-
Самостоятельная работа студента (всего)	40	
Итоговая аттестация	зачет	

4.2. Содержание разделов дисциплины

Тема 1. *Предмет и задачи науки психологии самосознания . Роль самосознания в структуре личности.*(Наука психология самосознания. Задачи, решаемые в рамках психологии самосознания. Два основных подхода в этнопсихологических исследованиях. Современные проблемы этнопсихологии)

Тема 2. *Психологическое содержание когнитивной стороны самосознания.* (Объемность и глубина представленности образа Я в самосознании. Самость---- Я---- самосознание. Содержательные составляющие когнитивного компонента самосознания: Я – познающее, Я – коммуникативное, Я – уникальное. Значимость качественных представлений о себе для субъекта.

Уровневая структура когнитивного Я.

Сформированное самосознание как показатель взрослости человека.. рефлексивный и диалогичный характер самосознания человека.)

Тема 3. *Психологическое содержание эмоционально-оценочной стороны самосознания* (Значение и варианты развития эмоционально-оценочной стороны самосознания. Составляющие этого компонента: аутоотношение, самооценка, самоотношение. Виды самоотношения. Социально-психологические механизмы формирования самооценки и самоотношения. Роль самоотношения в организации поведения и деятельности человека.)

Тема 4. *Психологическое содержание поведенческой стороны самосознания.* «Локус-контроль Я».. (Психологическое содержание поведенческого компонента самосознания. Понятие «локус-зконтроль-Я. Разное толкование содержания этого феномена в зарубежной и отечественной психологии. Экстернальный и интернальный локусы-контроля.)

Тема 5. *Внутриличностные конфликты в структуре самосознания.* (Понятие внутриличностного конфликта. К.Роджерс об особенностях соотношения уровня притязаний и самооценки. Формула Джеймса. Содержание внутриличностных конфликтов, определяемое параметрами методики Днмбо-Рубинштейн.)

Тема 6. *Способы психокоррекционной работы с внутриличностными конфликтами.* (Значение смыслов и ценностей личности в возникновении внутриличностных конфликтов. Роль механизмов психологической защиты в определении содержания внутриличностного конфликта. Техники

предлагаемые экзистенциалистами (В. Франкл) и отечественными психологами (Р.М. Грановская) по работе с внутриличностными конфликтами.)

4.3. Лекции

№ п/п	Название темы	Объем часов	
		Очная форма	Заочная форма
1	Предмет и задачи науки психологии самосознания . Роль самосознания в структуре личности.	2	-
2	Психологическое содержание когнитивной стороны самосознания	2	-
3	Психологическое содержание эмоционально-оценочной стороны самосознания	2	-
4	Психологическое содержание поведенческой стороны самосознания. «Локус-контроль Я». Диагностика разных компонентов самосознания	4	-
5	Внутриличностные конфликты в структуре самосознания.	4	-
6	Способы психокоррекционной работы с внутриличностными конфликтами	2	-
Итого:		16	-
		зачет	-

4.4. Практические (семинарские) занятия

№ п/п	Название темы	Объем часов	
		Очная форма	Заочная форма
1	Содержание самосознания и способы его диагностики	4	-
2	Внутриличностные конфликты в структуре самосознания, возможности их выявления и интерпретации	4	-
3	Работа с внутриличностными конфликтами через коррекцию ценностно-смысловой сферы.	4	-
Итого:		12	-

4.5. Лабораторные работы (планом не предусмотрены)

4.6. Самостоятельная работа студентов

№ п/п	Название темы	Вид СРС	Объем часов	
			Очная форма	Заочная форма
1	Изучение литературы по всем темам программы	Конспектирование литературы	10	
2	Написание конспектов первоисточников с указанием авторов и названием работ	Работа с первоисточниками	10	
3	Подготовка к практическим занятиям	Конспектирование литературы,	10	

		составление тезисов ответов		
4	Проведение психодиагностического исследования по особенностям этнического самосознания	Составление Диагностических карт	10	
Итого			40	

4.7. Курсовые работы. (Планом не предусмотрены)

5. Образовательные технологии

С целью формирования и развития профессиональных навыков, обучающихся необходимо использовать инновационные образовательные технологии при реализации различных видов аудиторной работы в сочетании с внеаудиторной. Используемые образовательные технологии и методы должны быть направлены на повышение качества подготовки путем развития у обучающихся способностей к самообразованию и нацелены на активацию и реализацию личностного потенциала.

Преподавание дисциплины ведется с применением следующих видов образовательных технологий:

Информационные технологии: использование электронных образовательных ресурсов (электронный конспект, размещенный во внутренней сети, дистанционный курс по этнопсихологии.

Работа в команде: совместная работа студентов в группе при выполнении практических работ.

6. Формы контроля освоения дисциплины.

Текущая аттестация студентов производится в дискретные временные интервалы лектором и преподавателем(ями), ведущими лабораторные работы и практические занятия по дисциплине в следующих формах:

- тестирование;
- письменные домашние задания.

Система оценивания учебных достижений студентов очной и заочной форм обучения

Вид текущей учебной работы	Количество баллов ОФО	Количество баллов ЗФО
Работа с первоисточниками литературы	10	-
Работа на практических занятиях	10	-
Определение и интерпретация внутриличностных конфликтов	30	-
Выполнение а диагностического исследования	50	-
Итого:	100	-

Критерии оценивания представляются в форме таблицы и также приводятся в этом разделе.

Накопительная система оценивания по 100-балльной шкале

Четырехбалльная система оценивания экзамена	100-балльная шкала	Буквенная соответствующая 100-балльной шкале	Система оценивания зачета
Отлично	90–100	А – отлично – теоретическое содержание курса освоено полностью, без пробелов; необходимые практические навыки работы с освоенным материалом сформированы; все предусмотренные программой обучения учебные задания выполнены, качество их выполнения оценено числом баллов, близким к максимальному	Зачтено
Хорошо	83–89	В – очень хорошо – теоретическое содержание курса освоено полностью, без пробелов; необходимые практические навыки работы с освоенным материалом в основном сформированы; все предусмотренные программой обучения учебные задания выполнены, качество выполнения большинства из них оценено числом баллов, близким к максимальному	
Хорошо	75–82	С – хорошо – теоретическое содержание курса освоено полностью; некоторые практические навыки работы с освоенным материалом сформированы недостаточно; все предусмотренные программой обучения учебные задания выполнены, качество выполнения ни одного из них не оценено минимальным числом баллов, некоторые виды заданий выполнены с ошибками	
Удовлетворительно	63–74	Д – удовлетворительно – теоретическое содержание	

		дисциплины освоено частично, но пробелы не носят существенного характера; необходимые практические навыки работы с освоенным материалом в основном сформированы; большинство предусмотренных программой обучения учебных заданий выполнено, некоторые из выполненных заданий, содержат ошибки	
Удовлетворительно	50–62	Е – посредственно – теоретическое содержание курса освоено частично; некоторые практические навыки работы не сформированы, многие предусмотренные программой обучения учебные задания не выполнены либо качество выполнения некоторых из них оценено числом баллов, близким к минимальному	
Неудовлетворительно	21–49	FX – неудовлетворительно – теоретическое содержание курса освоено частично; необходимые практические навыки работы не сформированы; большинство предусмотренных программой обучения учебных заданий не выполнено либо качество их выполнения оценено числом баллов, близким к минимальному; при дополнительной самостоятельной работе над материалом курса возможно повышение качества выполнения учебных заданий	Не зачтено
Неудовлетворительно	0–20	F – неудовлетворительно – теоретическое содержание курса не освоено; необходимые практические навыки работы не сформированы; все выполненные учебные задания содержат грубые ошибки, дополнительная самостоятельная работа над материалом курса не приведет к какому-либо значимому повышению качества выполнения	

7. Учебно-методическое и программно-информационное обеспечение дисциплины

а) основная литература:

1. Белобрыкина О. А.. Диагностика развития самосознания в детском возрасте / О.А. Белобрыкина. – СПб.: Речь, 2006.
2. Дьяченко, Е. В. Самосознание в профессиональной жизни человека : монография / Е. В. Дьяченко ; ФГБОУ ВО УГМУ Минздрава России. — Екатеринбург : Изд-во «ИИЦ Знак качества», 2020. — 260 с.
3. Коптева С.И., Лобанов А.П. Познай себя. Актуальные проблемы психологии самосознания / с.и. Коптева А.П. Лобанов: 2—е издание, исправленное и дополненное. — Минск: БГПУ, 2001. — 94 с.
4. Кон И.С. В поисках себя: Личность и ее самосознание / И.С. Кон. – М.: Политиздат, 1984. — 335 с
5. Курпатов А.В. Узнай самого себя! Дневник самоанализа / А.В. Курпатов. –
6. СПб.: Нева, 2025. — 259 с
7. Лебеденко Е.Н. Развитие самосознания и индивидуальности. Выпуск 2. Кто Я? ! Творческая тетрадь. — М.: Книголюб, 2007. — 40 с.
8. Лебеденко Е.Н. Развитие самосознания и индивидуальности. Выпуск 2. Какой Я? – М.: Книголюб, 2007. — 40 с.
9. Моросанова В. И., Аронова Е. А. Самосознание и саморегуляция поведения – М.: Институт психологии Российской академии наук, 2007, –215с.
10. Минюрова С. А. Психология самопознания и саморазвития / С,А. Минюрова Учебник, Екатеринбург: Урал. гос. пед. ун-т, 2013.
11. Психология самосознания / Автор-составитель Т. Г. Волкова. Учебное пособие, 2-е издание, переработанное и дополненное, Барнаул: Изд-во Алт. ун-та, 2014. – 198с.
12. Столин В.В. Самосознание личности /В.В. Столин. – М.: Издательство Московского Университета, 1983. — 178 с.
13. Тренинг самосознания личности: Учебно-методическое пособие / Богомаз С.Л. - УО «ВГУ им. П.М. Машерова», 2004. Репозиторий ВГУ
14. Чеснокова И. И. Проблема самосознания в психологии. - М.: 1979.
15. Омарова Г.А., Хожамуратова С.Г., Леканова Т.В. Самопознание Учебное пособие. — Нур-Султан: НАО Talap, 2020. — 315 с.

в) Интернет-ресурсы:

http://one_vision.jofo.me/531084.html
<https://e.lanbook.com>
<https://www.iprbookshop.ru>

8. Материально-техническое обеспечение дисциплины

В качестве материально-технического обеспечения дисциплины могут быть использованы мультимедийные средства; наборы слайдов или кинофильмов.

9. Лист дополнений и изменений

№ п/п	Дата внесения изменения / дополнения	Основание	Содержание изменения / дополнения	Лица, подтверждающие изменение /дополнение	
				Заведующий кафедрой (Фамилия, инициалы, подпись)	Директор / декан (Фамилия, инициалы, подпись)