



***Пришла студенческая  
пора!***



*Проехав все моря и континенты,  
Пускай этнограф в книгу занесет,  
Что есть такая нация — студенты,  
Веселый и особенный народ!*

*Так пусть же, обойдя все континенты,  
Сухарь этнограф в труд свой занесет.  
Что есть такая нация — студенты,  
Живой и замечательный народ!*

*Асадов Эдуард*



***Студенческая пора** – это особое время, наполненное исключительной энергией, жаждой постижения мира и новых знаний, это период открытий, ярких впечатлений, интересных встреч и новых знакомств. Она не ограничивается только изучением дисциплин, лекциями, семинарами – в этот период есть возможность проявить себя и свои способности в самых разнообразных ситуациях.*





*Студенческие годы – это время открытий, свершений, самореализации, которое навсегда остается в памяти, но, к сожалению, пролетают они очень быстро. Поэтому очень многое зависит от того, где и с кем ты проведешь эти чудесные мгновения.*

*Студенческая жизнь – это самый ценный период в жизни человека для выбора профессии и получения базовых знаний и навыков. Посещение студентами профильных учебных курсов, научных кружков и семинаров (для получения теоретических знаний), а также работа в университетских лабораториях, прохождение учебных и производственных практик в вузе и на предприятиях (для развития практических навыков) – вот главные составляющие студенческой жизни.*



*Становление профессионального саморазвития рассматривается в рамках образовательного процесса в вузе. На основе представленной литературы можно выделить основные этапы становления профессионального саморазвития студента, а также определить благоприятные условия формирования профессионального саморазвития.*

*Саморазвитие – это непрерывный процесс самосовершенствования и работы над собой, который происходит не только в одиночку, но и посредством взаимодействия с другими людьми, а также при помощи учителей, преподавателей, наставников, тренеров.*



*Саморазвитие играет главенствующую роль в становлении будущего профессионала.*





**Ю9(075.8)**

**М250**

**Маралов, Владимир Георгиевич.**

**Психология саморазвития**[Текст] : учеб. и практикум для бакалавриата и магистратуры / В. Г. Маралов, Н. А. Низовских, М. А. Щукина ; Череповец. гос. ун-т, ВятГУ, СПб гос. ун-т психологии и соц. работы. - Москва : Юрайт, 2017. - 320 с. - (Бакалавр. Магистр. Академический курс). - Библиогр.: с. 300-301

Имеются экземпляры в отделах: всего 10 : **к/х(1), Чз 15(2), АбУНЛ 15(7)**

В издании дается общая характеристика саморазвития, раскрывается роль человека как субъекта своего жизненного пути и саморазвития. Описываются цели, мотивы, формы, условия и механизмы саморазвития. Отдельные главы посвящены вопросам психологического сопровождения саморазвития на разных возрастных этапах онтогенеза, а также проблемам профессионального саморазвития.



**88.3я431**

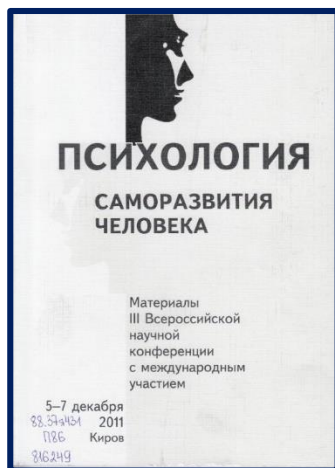
**П 86**

**Психология саморазвития человека** [Текст] : материалы IV всерос. науч. конф. с междунар. участием, 3-5 июня 2014 г., г. Киров / [отв. ред. Н. А. Низовских]. - Киров : Изд-во ВятГГУ, 2014. - 174 с.

Имеются экземпляры в отделах: всего 4 : **к/хТруды ВятГГУ(1), Чз 15(2), АбУНЛ 15(1)**

Материалы сборника отражают теоретические и эмпирические исследования участников конференции в области психологии саморазвития человека в таких аспектах, как теоретико-методологические проблемы саморазвития, онтогенез саморазвитие в становлении и развитии профессионала, содействие саморазвитию человека в психологической и образовательной практике.





**88.37я431**

**П 86**

**Психология саморазвития человека** [Текст] : материалы III всерос. науч. конф. с междунар. участием, 5-7 дек. 2011 г., г. Киров / [отв. ред. Н. А. Низовских]. - Киров : Изд-во ВятГГУ, 2011. - 116 с.

Имеются экземпляры в отделах: всего 4 : к/хТруды ВятГГУ(1), Чз 15(2), АБУНЛ 15(1)

Представленные в сборнике материалы отражают теоретические и эмпирические исследования участников конференции в области психологии саморазвития человека в таких ее аспектах, как теоретико-методологические проблемы саморазвития, онтогенез личностного и профессионального саморазвития, содействие саморазвитию человека в психологической и образовательной практике.



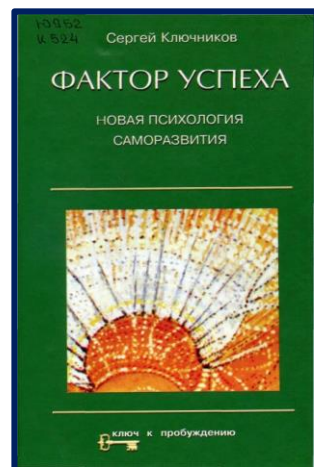
**Ю952**

**К524**

**Ключников, Сергей Юрьевич.**

**Фактор успеха. Новая психология саморазвития**[Текст] / С. Ю. Ключников. - М. : Беловодье, 2002. - 480 с.

Имеются экземпляры в отделах: всего 1 : Чз 15(1)



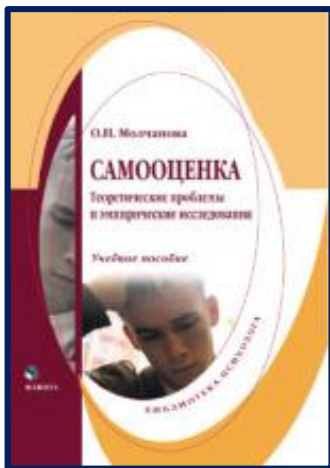
Книга, богато иллюстрированная историями из консультативной практики автора, содержит в себе множество советов, приемов и методов, помогающих человеку сделать свою жизнь гармоничной, счастливой, успешной.





Останкина, Е. Основы психической саморегуляции : учебное пособие / Е. Останкина ; науч. ред. В.Г. Маралов ; Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего профессионального образования «ЧЕРЕПОВЕЦКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ», Факультет биологии и здоровья человека. – Череповец : Череповецкий государственный университет (ЧГУ), 2013. – 126 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=434835>

В учебном пособии изложены основы применения методов психической саморегуляции в процессе трудовой и повседневной деятельности, при стрессе для саморазвития и самосовершенствования; предложены методики самодиагностики негативных психических состояний и свойств; представлены упражнения психической саморегуляции для преодоления стресса, усталости и ощущений монотонности, для самосовершенствования и личностного развития, формирования позитивного отношения к жизни.



Молчанова, О.Н. Самооценка: теоретические проблемы и эмпирические исследования / О.Н. Молчанова. – 2-е изд., стер. – Москва : Флинта, 2016. – 393 с. : табл., граф., схем. – (Библиотека психолога). – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=79361>

В пособии отражены многие вопросы, подходы, теории, точки зрения, конкретные эмпирические исследования, связанные с самооценкой.

Для студентов и преподавателей психологических факультетов вузов, практикующих психологов, а также всех, кто интересуется психологией.







Голубева, Е.В. Развитие личности профессионала : учебное пособие / Е.В. Голубева, А.Е. Лызь ; Министерство науки и высшего образования РФ, Южный федеральный университет, Инженерно-технологическая академия. – Ростов-на-Дону ; Таганрог : Южный федеральный университет, 2017. – 89 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=499624>

Рассматриваются проблемы личности, ее самопознания, самоопределения и самореализации.

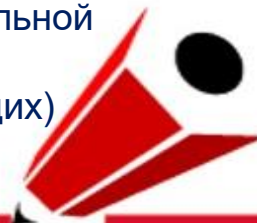
Пособие адресовано студентам, изучающим курс «Психология профессионального саморазвития», а также всем, кто интересуется вопросами развития личности в профессии.



Толок, Ю.И. Организация учебно-познавательной деятельности студентов при изучении учебной дисциплины «Культура умственного труда» : учебно-методическое пособие / Ю.И. Толок, Т.В. Толок ; Министерство образования и науки России, Казанский национальный исследовательский технологический университет. – Казань : Казанский научно-исследовательский технологический университет (КНИТУ), 2014. – 138 с. : табл., ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=428261>

В учебном пособии даны методические рекомендации по подготовке студентов к лекциям, семинарским (практическим) занятиям, организации учебно-познавательной деятельности, организации самостоятельной работы и написанию рефератов.

Предназначено для студентов (преподавателей) КНИТУ, изучающих (преподающих) дисциплину «Культура умственного труда».





Яценко, М.В. Влияние цветовой фотостимуляции на психофизиологические показатели и биоэлектрическую активность центральной нервной системы (на примере студентов вуза) : монография / М.В. Яценко ; Российская академия народного хозяйства и государственной службы при Президенте Российской Федерации, Алтайский филиал. – Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2018. – 119 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=485235>

Представлен материал, основанный на анализе отечественной и зарубежной литературы, а также собственных исследований, в котором рассмотрены факторы, определяющие умственную деятельность. Представлены способы умственной работоспособности, уровня тревожности, памяти и биоэлектрической активности мозга с помощью визуальной цветовой фотостимуляции. Монография может представлять интерес для психологов, психофизиологов, физиологов и всех читателей, интересующихся проблемами умственной работоспособности.

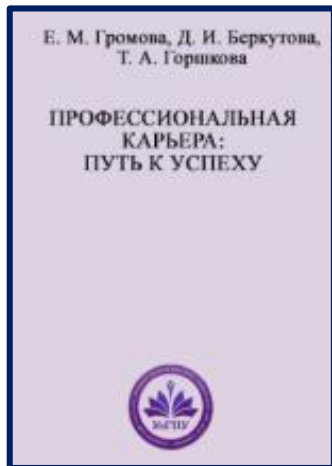


Стратегии достижений: на пути к профессиональному мастерству / отв. ред. Н.В. Кузовлева, Н.Н. Пачина, Н.П. Фетискин ; Елецкий государственный университет им. И.А. Бунина. – Елец : Елецкий государственный университет им. И. А. Бунина, 2011. – 95 с. : табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=364558>

В коллективной монографии описаны стратегии достижения, которые в рамках стандартов третьего поколения могут использоваться в университетской подготовке специалиста, бакалавра, магистра, аспиранта.

Монография адресована студентам, аспирантам, академическим консультантам, преподавателям и всем, кто интересуется вопросами стратегий достижения.





Громова, Е.М. Профессиональная карьера: путь к успеху / Е.М. Громова, Д.И. Беркутова, Т.А. Горшкова ; Ульяновский государственный педагогический университет имени И.Н. Ульянова. – Ульяновск : Ульяновский государственный педагогический университет (УлГПУ), 2012. – 124 с. : ил., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=278064>

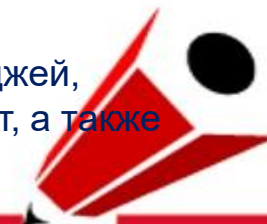
Представленная в пособии программа авторского курса «Профессиональная карьера: путь к успеху» позволяет активизировать личностную позицию молодежи в плане своего будущего, корректировать собственную карьерную стратегию, развивать самостоятельность и ответственность личности при принятии жизненно важных решений. Пособие адресовано широкому кругу читателей: преподавателям, аспирантам и студентам педагогических вузов и колледжей.



Журавлева, О.Б. Технологии Интернет-обучения : методическое пособие / О.Б. Журавлева, Б.И. Крук. – Москва : Горячая линия – Телеком, 2013. – 166 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=253205>



Пособие содержит рекомендации студентам, обучающимся с использованием дистанционных технологий на базе глобальной сети Интернет. Студенты знакомятся с тем, как устроено дистанционное обучение в учебных заведениях; учатся пользоваться Интернет-технологиями; узнают, как правильно самостоятельно организовать свою учебно-познавательную деятельность. Издание ориентировано, в первую очередь, на студентов тех вузов и колледжей, которые предоставляют свои образовательные ресурсы через сеть Интернет, а также на лиц, интересующихся вопросами Интернет-обучения.

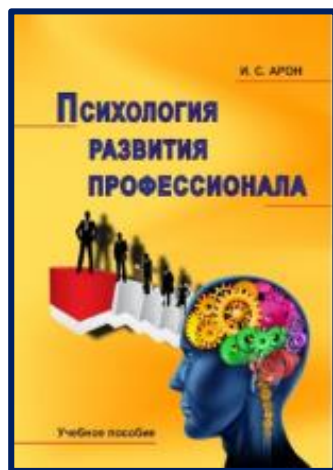




Лёвкина (Вылегжанина), А.О. Деловые и научные презентации : учебное пособие / А.О. Лёвкина (Вылегжанина). – Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2016. – 116 с. : ил., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=446660>

В учебном пособии кратко изложены основы создания деловых и научных презентаций и публичного выступления с презентацией.

Предназначено для бакалавров и магистров широкого спектра направлений, изучающих дисциплину «Деловые и научные презентации». Может быть использовано преподавателями и студентами университетов, менеджерами проектов и другими специалистами, в состав задач которых входят презентации.



Арон, И.С. Психология развития профессионала : учебное пособие / И.С. Арон ; Поволжский государственный технологический университет. – Йошкар-Ола : Поволжский государственный технологический университет, 2017. – 164 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=476163>

Представлены психологические основы развития профессионала как интегрального образования, включающего профессиональные и личностные характеристики человека. Акцентируется необходимость развития субъектных характеристик профессионала, связанных с самопониманием, самоопределением, саморазвитием и самореализацией.





Истратова, О.Н. Психология эффективного общения и группового взаимодействия : учебное пособие / О.Н. Истратова, Т.В. Эксакусто ; Министерство науки и высшего образования Российской Федерации, Южный федеральный университет, Инженерно-технологическая академия. – Ростов-на-Дону ; Таганрог : Южный федеральный университет, 2018. – 192 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=561043>

В пособии рассматриваются вопросы эффективного общения и группового взаимодействия, которые являются важнейшими для формирования компетенций Soft skills. Учебное пособие ориентировано как на получение теоретических знаний, так и на формирование навыков коммуникативной и социальной компетентности: эффективного восприятия и понимания в общении, навыков вербальной и невербальной коммуникации в деловых и межличностных отношениях; развитие речевых навыков (в частности навыков публичного выступления), навыков группового взаимодействия.



Волкова, Т.Г. Практикум по психологии самосознания и саморегуляции : методические материалы к курсу / Т.Г. Волкова ; сост. И.А. Мананникова. – Москва : Директ-Медиа, 2013. – 62 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=137240>

Практикум охватывает широкий спектр техник психической саморегуляции. Практические задания, предложенные в пособии, подобраны с учетом структуры и содержания программы курса "Психология саморегуляции" и могут быть использованы как на лабораторных, практических занятиях, так и при организации самостоятельной работы студентов.





Панова (Зенова), Е.С. Креативность: истоки, идеи, реализация / Е.С. Панова (Зенова). – Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2015. – 53 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=363003>

В данном сборнике автором представлены материалы по исследованию креативности мышления, рассмотрены примеры применения инновационных решений в различных областях жизнедеятельности.

Материалы сборника могут представлять интерес для студентов, магистров, инженеров, маркетологов, психологов и просто для тех, кому не чужд творческий поиск, кто заинтересован в самосовершенствовании, саморазвитии и склонен искать новые, нестандартные решения.



Зубра, А.С. Акмеология - ключи к Успеху / А.С. Зубра. – Минск : Дикта, 2011. – 194 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=139790>

Читая эту книгу и тренируя свой интеллект, вы открываете и реализуете свои скрытые способности и таланты. Книга поможет вам освоить ранее неведомую науку - акмеологию и взрастить на ней Успех, - жить и действовать с радостью, максимально реализовать себя.

Наши читатели - учащиеся, студенты, аспиранты, их родители, учителя, преподаватели средних и высших учебных заведений, руководители, идеологи, журналисты, юристы, экономисты.





*Именно студенческая пора и является наиболее значительной и дорогой в плане накопления знаний, повышения уровня эрудиции.*

*История человечества полна примеров того, каких высот позволяют достичь знания. Многие громкие имена дошли до сегодняшних дней: Микеланджело Буонарроти (ученый, художник, скульптор), Леонардо да Винчи (инженер, живописец, поэт), Никола Тесла (ученый, изобретатель) и еще многие другие, чей талант и образованность будут вызывать восхищение у будущих поколений. Прогресс не стоит на месте, и вам предстоит еще многое познать, чтобы сделать вашу жизнь лучше.*



**Спасибо за внимание!**

