

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Забайкальский государственный университет»
(ФГБОУ ВО «ЗабГУ»)

Психолого-педагогический факультет

Кафедра Теоретической и прикладной психологии

УТВЕРЖДАЮ:

Декан факультета

Клименко Т.К.

« ____ » _____ 20 ____ г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Б1.В.ДВ.09.2.Психологическая адаптация

на 72 часа(ов), 2 зачетных(ые) единиц(ы)

для направления подготовки (специальности) 37.03.01 – Психология

составлена в соответствии с ФГОС ВО, утвержденным приказом
Министерства образования и науки Российской Федерации от
« ____ » _____ 20 ____ г. № _____

Профиль – Психология (для набора 2013, 2014)

Форма обучения очная, заочная

1. Организационно-методический раздел

1.1 Цель и задачи дисциплины (модуля)

Цель изучения дисциплины:

психологическая адаптация изучается для углубленного понимания студентами механизмов взаимодействия человека с окружающей средой (ознакомления с основными группами условий и факторов влияния на психику со стороны окружающей среды), методами психологической диагностики в этой области.

Задачи изучения дисциплины:

- сформировать у студентов потребность в осмыслении имеющихся у них профессиональных знаний в контексте проблем психологической адаптации;
- раскрыть теоретико-методологическое содержание основных проблем современной психологии адаптации человека.
- сформировать осознанное отношение к необходимости учета закономерностей психологической адаптации человека в осложненных условиях жизненной среды.

1.2. Место дисциплины (модуля) в структуре ОП

Индекс дисциплины - Б 1. В. ДВ. 9.2 , то есть она входит в число дисциплин по выбору вариативной части базовых дисциплин 1 блока учебного плана.

1.3. Объем дисциплины (модуля) с указанием трудоемкости всех видов учебной работы

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 2 зачетных(ые) единиц(ы), 72 часов.

Очная форма

Виды занятий	Распределение по семестрам	Всего часов
	8 семестр	
Общая трудоемкость		72
Аудиторные занятия, в т.ч.	27	27
лекционные (ЛК)	0	0
практические (семинарские) (ПЗ, СЗ)	27	27
лабораторные (ЛР)	0	0
Самостоятельная работа студентов (СРС)	45	45
Форма промежуточной аттестации в семестре	Зачет	0
Курсовая работа (курсовой проект) (КР, КП)		

Заочная форма

Виды занятий	Распределение по семестрам	Всего часов
	10 семестр	
Общая трудоемкость		72
Аудиторные занятия, в т.ч.	6	6
лекционные (ЛК)	4	4
практические (семинарские) (ПЗ, СЗ)	2	2
лабораторные (ЛР)	0	0
Самостоятельная работа студентов (СРС)	66	66
Форма промежуточной аттестации в семестре	Зачет	0
Курсовая работа (курсовой проект) (КР, КП)		

2. Требования к результатам освоения дисциплины

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций:

Индекс компетенции	Содержание компетенции
ПК-3	способен к осуществлению стандартных базовых процедур оказания индивиду, группе, организации психологической помощи с использованием традиционных методов и технологий.
ПК-6	способен к постановке профессиональных задач в области научно-исследовательской и практической деятельности
ПК-11	способен к использованию дидактических приемов при реализации стандартных коррекционных, реабилитационных и обучающих программ по оптимизации психической деятельности человека

Планируемые результаты обучения по дисциплине для последовательного достижения уровней сформированности компетенций

Результат обучения

Результат обучения	
Знать	Пороговый: 1) сущность биологической, физиологической и психологической адаптации; 2) основные понятия психологии адаптации; 3) структуру психологической адаптации.
	Стандартный: 1) механизмы психологической адаптации человека; 2) основные факторы психологической адаптации человека; 3) особенности психологической адаптации человека в осложненных условиях жизненной среды.
	Эталонный: 1) историю становления адаптологии в целом и в психологической науке, в частности; 2) системный подход к изучению психологической адаптации; 3) специфику психологической адаптации человека, родившегося и постоянно проживающего на экологически неблагоприятной территории.
Уметь	Пороговый: 1) изложить основные теоретические проблемы психологии адаптации человека 2) подобрать и обосновать методы исследования психологической адаптации человека.
	Стандартный: 1) выделить общую структуру адаптологии психологии и ее взаимосвязи с другими дисциплинами; 2) определить необходимый теоретико-методологический базис исследования психологической адаптации. 3) Выделить уровни и параметры анализа психологической адаптации человека.
	Эталонный: 1) разработать и реализовать методологически обоснованную программу исследования психологической адаптации человека; 2) оценивать показатели психологической адаптации человека по критерию их оптимальности; 3) рассмотреть проблему психологической адаптации человека на основе системного анализа.

	Результат обучения
Владеть	Пороговый: 1) к представлению понятийно-терминологической системы по проблеме психологической адаптации; 2) к усвоению информации по особенностям психологической адаптации человека к осложненным условиям жизненной среды.
	Стандартный: 1) к теоретико-эмпирическому анализу психологической адаптации человека; 2) к самостоятельному методологическому обоснованию исследования психологической адаптации; 3) к интерпретации результатов изучения психологической адаптации человека.
	Эталонный: 1) к проведению критического анализа теорий психологической адаптации; 2) к включению новых данных о психологической адаптации человека в системный теоретический контекст.

3. Содержание дисциплины

3.1. Разделы дисциплины и виды занятий

Очная форма

Модуль	Номер раздела	Наименование раздела	Всего часов	Аудиторные занятия			СРС
				ЛК	ПЗ(СЗ)	ЛР	
1	1	Проблемное поле и категориальный строй психологической адаптации человека	25		9		16
2	2	Новая трактовка психологической адаптации	25		8		17
3	3	Эмпирическое изучение особенностей психологической адаптации человека в регионе экологического неблагополучия	22		10		12
Итого			72	0	27	0	45

Заочная форма

Модуль	Номер раздела	Наименование раздела	Всего часов	Аудиторные занятия			СРС
				ЛК	ПЗ(СЗ)	ЛР	
1	1	Проблемное поле и категориальный строй психологической адаптации человека	24	2	0		22
2	2	Новая трактовка психологической адаптации	24	2	0		22
3	3	Эмпирическое изучение особенностей психологической адаптации человека в регионе экологического неблагополучия	24	0	2		22
Итого			72	4	2	0	66

3.2. Лекционные занятия

Заочная форма

Модуль	Номер раздела	Содержание лекционных занятий
1	1	Научные контексты изучения адаптации человека Биологическая адаптация человека Подходы к анализу адаптации человека в психологии Методологические основания изучения проблемы психологической адаптации человека
2	2	Уточненное понятие психологической адаптации Модель психологической адаптации Концепция психологической адаптации человека в регионе экологического неблагополучия
3	3	Программа изучения Изучение психологического статуса человека в регионе экологического неблагополучия Изучение психологической адаптации человека с помощью специальных методик

3.3. Практические (семинарские) занятия

Очная форма

Модуль	Номер раздела	Содержание практических(семинарских) занятий
1	1	1.1. Научные контексты изучения адаптации человека: Адаптология как область человеческого знания и практической деятельности. Адаптация человека как общенаучная проблема. Проблема адаптации человека в биологии. Проблема адаптации человека в социальных науках. Проблема адаптации человека в психологии. 1.2. Биологическая адаптация человека: Сущность и механизмы биологической адаптации человека. Биологическая адаптация человека к условиям Забайкальского края. 1.3. Подходы к анализу адаптации человека в психологии: Разнородные методологические подходы к анализу адаптации человека в психологии. Ограничения, связанные с реализацией локальных вариантов изучения адаптации человека в психологии. 1.4. Методологические основания изучения проблемы психологической адаптации человека: Разнородные методологические подходы к анализу адаптации человека в психологии. Ограничения, связанные с реализацией локальных вариантов изучения адаптации человека в психологии.
2	2	2.1. Уточненное понятие психологической адаптации: Психологическая адаптация как системная характеристика системы «человек – жизненная среда». Обоснование понятия в контексте реализации принципа системности 2.2. Модель психологической адаптации: Понятие модели. Модель по Джефферсу. Характеристики модели. Трехуровневая модель структуры психологической адаптации. 2.3. Концепция психологической адаптации человека в регионе экологического неблагополучия: Адаптационная норма и адаптационный барьер. Факторы риска в адаптации человека. Стратегии адаптации. Понятие минимизирующей адаптации в биологии и медицине. Понятие минимизирующей психологической адаптации. Трактовка минимизирующей адаптации как региональной нормы.

Модуль	Номер раздела	Содержание практических(семинарских) занятий
3	3	3.1. Программа изучения: Понятийный аппарат программы: предмет, цель, гипотезы, задачи исследования, методы и методики изучения. Схема контроля данных. 3.2. Изучение психологического статуса человека в регионе экологического неблагополучия: Изучение показателей работоспособности и умственной работоспособности человека как показателей психофизиологического уровня психологического статуса. Изучение развития интеллекта как показателя психического уровня психологического статуса. Изучение особенностей эмоционально-личностных свойств как показателя личностного уровня психологического статуса. 3.3. Изучение психологической адаптации человека с помощью специальных методик: Изучение показателей работоспособности и умственной работоспособности человека как показателей психофизиологического уровня психологической адаптации. Изучение развития интеллекта, эмоциональной устойчивости, тревожности и ряда др. свойств как показателей психического уровня психологической адаптации. Изучение жизнестойкости как показателя социально-психологического уровня психологической адаптации.

Заочная форма

Модуль	Номер раздела	Содержание практических(семинарских) занятий
1	1	1.2. Биологическая адаптация человека: Сущность и механизмы биологической адаптации человека. Биологическая адаптация человека к условиям Забайкальского края.
2	2	2.3. Концепция психологической адаптации человека в регионе экологического неблагополучия: Адаптационная норма и адаптационный барьер. Факторы риска в адаптации человека. Стратегии адаптации. Понятие минимизирующей адаптации в биологии и медицине. Понятие минимизирующей психологической адаптации. Трактовка минимизирующей адаптации как региональной нормы.
3	3	3.1. Программа изучения: Понятийный аппарат программы: предмет, цель, гипотезы, задачи исследования, методы и методики изучения. Схема контроля данных.

3.4. Лабораторные занятия

3.5. Организация самостоятельной работы

Очная форма

Модуль	Номер раздела	Содержание материала выносимого на самостоятельное изучение	Виды самостоятельной работы
1	1	1.1. Научные контексты изучения адаптации человека	Составление терминологической картотеки (понятийного словаря)
		1.2. Биологическая адаптация человека.	Подготовка докладов по теме
		1.3. Подходы к анализу адаптации человека в психологии	Реферирование и аннотирование литературных первоисточников по теме
		1.4. Методологические основания изучения проблемы психологической адаптации человека	Конспект
2	2	2.1. Уточненное понятие психологической адаптации	Сопоставление понятий по теме по теме
		2.2. Модель психологической адаптации	Изучение литературы и составление библиографии по вопросу моделирования в психологии
		2.3. Концепция психологической адаптации человека в регионе экологического неблагополучия	Выполнение творческого задания: подготовка круглого стола по проблеме
3	3	3.1. Программа эмпирического изучения психологической адаптации человека	Составление опроного конспекта
		3.2. Изучение психологического статуса человека в регионе экологического неблагополучия	Составление библиографии по темам «Психологический статус человека», «Регион экологического неблагополучия»
		3.3. Изучение психологической адаптации человека с помощью специальных методик	Подготовка фрагмента занятия по теме.

Заочная форма

Модуль	Номер раздела	Содержание материала выносимого на самостоятельное изучение	Виды самостоятельной работы
1	1	1.1. Научные контексты изучения адаптации человека.	Составление терминологической картотеки (понятийного словаря)
		1.2. Биологическая адаптация человека.	Подготовка докладов по теме
		1.3. Подходы к анализу адаптации человека в психологии	Реферирование и аннотирование литературных первоисточников по теме
		1.4. Методологические основания изучения проблемы психологической адаптации человека	Конспект
2	2	2.1. Уточненное понятие психологической адаптации	Сопоставление понятий по теме по теме
		2.2. Модель психологической адаптации	Изучение литературы и составление библиографии по вопросу моделирования в психологии
		2.3. Концепция психологической адаптации человека в регионе экологического неблагополучия	Выполнение творческого задания: подготовка круглого стола по проблеме
3	3	3.1. Программа эмпирического изучения психологической адаптации человека	Составление опроного конспекта
		3.2. Изучение психологического статуса человека в регионе экологического неблагополучия	Составление библиографии по темам «Психологический статус человека», «Регион экологического неблагополучия»
		3.3. Изучение психологической адаптации человека с помощью специальных методик	Подготовка фрагмента занятия по теме.

4. Интерактивные формы образовательных технологий

Модуль	Номер раздела	Вид учебных занятий	Образовательные технологии	Количество часов
1	1.3.	лекция	интерактивные лекции с использованием презентаций	2
2	2.2.	лекция	интерактивные лекции с использованием презентаций	2
3	3.2.	лекция	интерактивные лекции с использованием презентаций	2

5. Фонд оценочных средств для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю)

Фонд оценочных средств

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

6.1. Основная литература

6.1.1. Печатные издания

1. Антипов В.В. Психологическая адаптация к экстремальным ситуациям / В. В. Антипов. - Москва : Владос, 2004. - 174 с. 11 экз.
2. Налчаджян А.А. Психологическая адаптация: механизмы и стратегии / Налчаджян Альберт Агабекович. - 2-е изд., перераб. и доп. - Москва : Эксмо, 2010. - 368 с. 8 экз.
3. Психологическая адаптация человека в регионе экологического неблагополучия [Текст] : моногр. / Суханов, Алексей Анатольевич. - Чита : ЗабГУ, 2016. - 341 с. 7 экз.

6.1.2. Издания из ЭБС

1. Волынская Л.Б. Социокультурная и личностная адаптация человека на различных стадиях жизненного цикла / Л. Б. Волынская; Волынская Л.Б. - Moscow : Флинта, 2012. - . - Социокультурная и личностная адаптация человека на различных стадиях жизненного цикла [Электронный ресурс] : учеб. пособие / Волынская Л.Б. - М. : ФЛИНТА, 2012. <http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785976512450.html>
2. Одинцова Мария Антоновна. Психология экстремальных ситуаций : Учебник и практикум / Одинцова Мария Антоновна; Одинцова М.А., Самаль Е.В. - М. : Издательство Юрайт, 2017. - 303. <http://www.biblio-online.ru/book/5E7A29AC-88FC-47C0-B76D-34FF52261C2D>

6.2. Дополнительная литература

6.2.1. Печатные издания

1. Гудонис В.П. Основы и перспективы социальной адаптации лиц с нарушенным зрением / В. П. Гудонис. - Москва ; Воронеж : МПСИ : НПО МОДЭК, 1999. - 288 с. 1 экз.
2. Маклаков А.Г. Общая психология [Текст] : учеб. пособие / А. Г. Маклаков. - Санкт-Петербург : Питер, 2016. - 583 с. 11 экз.
3. Опросник личностной адаптации: Практическое руководство / авт-сост. А.А. Рукавишников. - Москва : Генезис, 2002. - 96 с. 1 экз.
4. Психологическая адаптация человека в осложнённых условиях жизненной среды : моногр. / Н. М. Сараева [и др.]; под науч. ред. Н.М. Сараевой . - Чита : ЗабГУ, 2014. - 339 с.
5. Психологическая адаптация и психологическое здоровье человека в осложнённых условиях жизненной среды : материалы II Всероссийской (с международным участием)

6.2.2. Издания из ЭБС

6.3. Базы данных, информационно-справочные и поисковые системы

1. ЭБС «Университетская библиотека онлайн»; www.biblioclub.ru
2. ЭБС «Лань»; www.e.lanbook.ru
3. ЭБС «Юрайт»; www.biblio-online.ru
4. ЭБС «Консультант студента»; www.studentlibrary.ru
5. ЭБС «Троицкий мост»; www.trmost.ru
6. ЭБС «Лань»; www.e.lanbook.ru
7. ЭБС «Юрайт»; www.biblio-online.ru
8. ЭБС «Консультант студента»; www.studentlibrary.ru

7. Перечень программного обеспечения

Программное обеспечение общего назначения: ОС Microsoft Windows, Microsoft Office, ABBYY FineReader, ESET NOD32 Smart Security Business Edition, Foxit Reader, АИБС "МераПро".

Программное обеспечение специального назначения:

8. Материально-техническое обеспечение дисциплины

672000, г. Чита, ул. Бабушкина, 129, ауд. 14-501

Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации

Комплект специальной учебной мебели. Доска аудиторная. Переносное мультимедийное оборудование: ноутбук, проектор (по запросу преподавателя). Наглядность переносная.

672000, г. Чита, ул. Бабушкина, 129, ауд. 14-513

Компьютерный класс.

Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации, самостоятельной работы

Комплект специальной учебной мебели. Доска передвижная поворотная. Доска магнитно-маркерная белая.

7 - ПК (в т.ч. преподавательский).

Доступ к сети Интернет и обеспечение доступа в электронную информационно-образовательную среду организации.

9. Методические рекомендации по организации изучения дисциплины

Каждая тема курса «Психологическая адаптация» предусматривает изучение ряда вопросов, которые являются контрольными на экзамене. В рабочей программе приводится список рекомендуемой основной и дополнительной литературы для изучения. Следует ознакомиться с предлагаемым перечнем и использовать рекомендуемую литературу при самостоятельном изучении вопросов по дисциплине. Указанные литературные источники можно использовать также в целях самообразования и самостоятельного решения профессиональных задач.

Самостоятельная работа студентов является составной частью учебной работы и имеет целью закрепление и углубление полученных знаний и навыков, поиск и приобретение новых знаний, а также выполнение учебных заданий, подготовку к предстоящим занятиям, к экзамену. Материалы для работы предоставляются студентам в начале семестра. Студентам предлагается комплекс заданий (кроме содержания контрольных

работ, контрольных тестов), включенных в ФОС дисциплины. Рекомендуется планомерно и последовательно выполнять задания (готовить доклады, конспекты). Выдаются планы семинарских занятий, включающие перечень вопросов и заданий, список литературы и источников. Проверка выполнения заданий осуществляется как на практических занятиях с помощью устных выступлений студентов и их коллективного обсуждения, так и с помощью письменных самостоятельных (контрольных) работ.

Общий объем самостоятельной работы студентов по дисциплине включает аудиторную и внеаудиторную самостоятельную работу в течение семестра.

Аудиторная самостоятельная работа осуществляется в форме контрольных мероприятий на занятиях по конкретным темам, внеаудиторная самостоятельная работа осуществляется в следующих формах:

Подготовка к практическим занятиям;

Подготовка к текущим контрольным мероприятиям (контрольные работы, тестирование и др.);

Выполнение домашних заданий.

Мультимедийный комплекс (компьютер, проектор, экран)

Разработчик/группа разработчиков: Суханов Алексей Анатольевич, к. психол. н., доцент кафедры ТПП

**Рассмотрена на заседании кафедры
(протокол от 04.09.2017 г. № 2)**