

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ 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.ОД.03.Психологическая адаптация человека

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

для направления подготовки (специальности) 37.04.01 – Психология

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

Магистерская программа – Общая психология (для набора 2020)

Форма обучения заочная

1. Организационно-методический раздел

1.1 Цель и задачи дисциплины (модуля)

Цель изучения дисциплины:

дать обучающимся представление об основных проблемах психологической адаптации человека, направленное на формирование у них профессионального психологического мышления.

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. ОД. 3, то есть она входит в число обязательных дисциплин 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.

Заочная форма

Виды занятий	Распределение по семестрам	Всего часов
	2 семестр	
Общая трудоемкость		72
Аудиторные занятия, в т.ч.	10	10
лекционные (ЛК)	4	4
практические (семинарские) (ПЗ, СЗ)	6	6
лабораторные (ЛР)	0	0
Самостоятельная работа студентов (СРС)	62	62
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	способность анализировать базовые механизмы психических процессов, состояний и индивидуальных различий с учетом антропометрических, анатомических и физиологических параметров жизнедеятельности человека в фило-социо- и онтогенезе
ПК -6	способность создавать программы, направленные на предупреждение профессиональных рисков в различных видах деятельности, отклонений в социальном и личностном статусе и развитии человека с применением современного психологического инструментария
ПК-11	способность и готовность к проектированию, реализации и оценке учебно-воспитательного процесса, образовательной среды при подготовке психологических кадров с учетом современных активных и интерактивных методов обучения и инновационных технологий

Планируемые результаты обучения по дисциплине для последовательного достижения уровней сформированности компетенций

Результат обучения	
Знать	Пороговый: 1) сущность способности личности; 2) основные виды способностей; 3) одаренность как качественную характеристику способностей.
	Стандартный: 1) условия необходимые для формирования и развития способностей; 2) уровни развития способностей; 3) виды одаренности и критерии, позволяющие их дифференцировать.
	Эталонный: 1) отечественной науке; 2) системный подход к изучению психологии способностей; 3) теории объясняющие природу одаренности.
	Пороговый: 1) изложить основные теоретические проблемы психологии способностей личности; 2) подобрать и обосновать методы исследования способностей личности.

Уметь	Стандартный: 1) выделить общую структуру способностей личности и ее взаимосвязи с другими дисциплинами; 2) определить необходимый теоретико-методологический базис исследования способностей личности; 3) выделить уровни и параметры анализа способностей личности.
	Эталонный: 1) разработать и реализовать методологически обоснованную программу исследования способностей личности ; 2) оценивать показатели способностей человека; 3) рассмотреть проблему психологии способностей человека на основе системного анализа.
Владеть	Пороговый: 1) представлением понятийно-терминологической системы по проблеме способностей личности; 2) способностью к дифференциации информации по индивидуально-психологическим особенностям личности.
	Стандартный: 1) методом теоретико-эмпирического анализа психологии способностей и одаренности личности; 2) умением к самостоятельному методологическому обоснованию исследования психологии способностей и одаренности личности; 3) интерпретировать результаты изучения способностей человека.
	Эталонный: 1) умением к проведению критического анализа психологических теорий способностей и одаренности личности; 2) умением включения новых данных о способностях личности в системный теоретический контекст.

3. Содержание дисциплины

3.1. Разделы дисциплины и виды занятий

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	26	2	2		22
2	2	Новая трактовка психологической адаптации	23	1	2		20

3	3	Эмпирическое изучение особенностей психологической адаптации человека в регионе экологического неблагополучия	23	1	2		20
Итого			72	4	6	0	62

3.2. Лекционные занятия

Заочная форма

Модуль	Номер раздела	Содержание лекционных занятий
1	1	1.1. 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. Сущность и механизмы биологической адаптации человека. Биологическая адаптация человека к условиям Забайкальского края. 1.3. Понятие адаптации в психологической науке. Анализ видов, форм, уровней адаптации человека в разных психологических школах в России и за рубежом 1.4. Разнородные методологические подходы к анализу адаптации человека в психологии. Ограничения, связанные с реализацией локальных вариантов изучения адаптации человека в психологии.
2	2	2.1. Психологическая адаптация как системная характеристика системы «человек – жизненная среда». Обоснование понятия в контексте реализации принципа системности 2.2. Понятие модели. Модель по Джефферсу. Характеристики модели. Трехуровневая модель структуры психологической адаптации. 2.3. 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. Понятийный аппарат программы: предмет, цель, гипотезы, задачи исследования, методы и методики изучения. Схема контроля данных. 3.1. Понятийный аппарат программы: предмет, цель, гипотезы, задачи исследования, методы и методики изучения. Схема контроля данных. 3.3. 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.
---	---	--

3.3. Практические (семинарские) занятия

Заочная форма

Модуль	Номер раздела	Содержание практических(семинарских) занятий
1	1	Подходы к анализу адаптации человека в психологии.
2	2	Концепция психологической адаптации человека в регионе экологического неблагополучия.
3	3	Изучение психологической адаптации человека с помощью специальных методик.

3.4. Лабораторные занятия

3.5. Организация самостоятельной работы

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	Составление структурно-логических схем по
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	1.1.	лекция	интерактивные лекции с использованием презентаций	2
2	2.3.	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) научно-практической конф. (Чита, 18-19 апреля 2013 г.) / С. В. Алексеев [и др.]. - Москва : ЛЕНАНД, 2013. - 552 с

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 "МегаПро".

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 меловая. Переносное мультимедийное оборудование: ноутбук, проектор (по запросу преподавателя). Наглядность переносная.

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

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 человека» предусматривает изучение ряда вопросов, которые являются контрольными на зачете. 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 31.08.2020 г. № 1)**