

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Андрей Драгомирович Хлутков
Должность: директор
Дата подписания: 10.09.2026 22:54:08
Уникальный программный ключ:
880f7c07c583b07b775f6604a630281b13ca9fd2

Приложение 4
к образовательной программе

Б1.В.10 Адаптационные процессы и свойства личности
(индекс, наименование дисциплины в соответствии с учебным планом)

37.04.03 «Психология»
(код, наименование направления подготовки/специальности)

Психология управления
(наименование образовательной программы)

Очная форма обучения
(форма обучения)

Год набора - 2026

Санкт-Петербург

Автор(ы)–составитель(и):

к.пс.н. доц. Огарева Е.И.

Заведующий кафедрой социальных технологий: доктор политических наук, доцент, профессор кафедры социальных технологий И.А. Ветренко.

РПД Б1.В.10 «Адаптационные процессы и свойства личности» одобрена на заседании кафедры социальных технологий.

Протокол №6 от «23» марта 2026г.

СОДЕРЖАНИЕ

1. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы
2. Объем и место дисциплины в структуре образовательной программы
3. Содержание и структура дисциплины
4. Типы оценочных материалов, показатели и критерии их оценивания
5. Формы аттестации, типовые оценочные материалы для текущего контроля успеваемости обучающихся, критерии и шкалы оценивания по контрольным точкам
6. Формы промежуточной аттестации, критерии и шкала оценивания, типовые оценочные материалы по дисциплине
7. Методические материалы по освоению дисциплины
8. Учебная литература и ресурсы информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»
9. Материально-техническая база, информационные технологии, программное обеспечение и информационные справочные системы

1. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы

Дисциплина Б1.В.10 «Адаптационные процессы и свойства личности» обеспечивает овладение следующими компетенциями с учетом индикаторов достижения результатов освоения образовательной программы:

ОТФ/ТФ и реквизиты ПС (при наличии)**	Код компетенции **	Наименование Компетенции **	Код индикатора достижения компетенций **	Наименование индикатора достижения компетенций **	Образовательный результат**
На основе результатов Форсайт-сессии кафедры СТ СЗИУ-филиала РАНХ от 10.09.2021г. Обобщенные трудовые функции (ОТФ), как: - Оказание первичной психологической помощи отдельным лицам (клиентам, сотрудникам организации), оказавшимся в трудной ситуации по итогам психологического обследования	ПКс-3	Способен оценивать необходимость предоставления психологической помощи различным категориям граждан	ПКс-3.2	Оценивает адаптационный потенциал и личностные свойства представителей различных категорий граждан	ПКс-3.2 3-1. Знает основные биологические и социальные факторы развития (в норме и патологии). ПКс-3.2 У-1 Умеет демонстрировать сформировавшееся и систематическое знание структуры и признаков адаптации и дезадаптации, а также личностных факторов влияющих на развитие дезадаптивных состояний.

2. Объем и место дисциплины в структуре образовательной программы

Общая трудоемкость дисциплины составляет 3 зачетные единицы, 108 акад. часов, 81 астр. час.

Доступ к системе дистанционных образовательных технологий осуществляется каждым обучающимся самостоятельно с любого устройства на портале: <https://lms.ranepa.ru/>. Пароль и логин к личному кабинету/профилю предоставляется студенту в деканате.

Дисциплина реализуется в рамках очной формы обучения.

Для очной формы обучения учебным планом лекционный курс определен объемом 20 ак. часов. Практические занятия организуются по группам в виде семинаров и практикумов. Общий объем практических занятий 24 академических часа. Программой предусмотрена самостоятельная работа студентов в объеме 35 академических часов.

9 ч. контактная работа на аттестацию в период экзаменационных сессий

2 часа консультация перед экзаменом

В рамках самостоятельной работы студенты изучают теоретический материал в целях подготовки к устному опросу и тестированию, выполняют профессионально-исследовательское задание (решают кейсы, пишут аналитические заключения и пр., готовятся к практическим контрольным заданиям).

Место дисциплины в структуре ОП ВО

Дисциплина Б1.В.10 «Адаптационные процессы и свойства личности» изучается в 7 семестре на 3 курсе. Дисциплина Б1.В.10 «Адаптационные процессы и свойства личности» относится к дисциплинам по выбору вариативной части профессионального цикла учебного плана по направлению подготовки бакалавриата 37.03.01 – «Психология управления». Изучение дисциплины логически, содержательно и методически взаимосвязано с такими дисциплинами как:

«Входными» для ее освоения являются знания, умения и навыки, полученные обучающимися в процессе изучения таких дисциплин, как «Психофизиология», «Общая психология», «Социальная психология», «Психология личности», «Специальная психология» и «Психодиагностика и основы психометрики». Дисциплина закладывает теоретический и методологический фундамент для овладения обучающимися в последующем дисциплинами «Консультативная психология», «Актуальные вопросы психологии менеджера», «Социальная психология малых групп».

Знания, умения и навыки, полученные при изучении дисциплины, используются студентами при выполнении выпускных квалификационных работ, а также в дальнейшей практической деятельности.

Дисциплина может реализовываться с применением дистанционных образовательных технологий (далее – ДОТ).

Доступ к системе дистанционных образовательных технологий осуществляется каждым обучающимся самостоятельно с любого устройства на портале: <https://szu-de.ranepa.ru/>. Пароль и логин к личному кабинету / профилю предоставляется студенту в деканате.

Все формы текущего контроля, проводимые в системе дистанционного обучения, оцениваются в системе дистанционного обучения. Доступ к видео и материалам лекций предоставляется в течение всего семестра. Доступ к каждому виду работ и количество попыток на выполнение задания предоставляется на ограниченное время согласно регламенту дисциплины, опубликованному в СДО. Преподаватель оценивает выполненные обучающимся работы не позднее 10 рабочих дней после окончания срока выполнения.

Очная форма обучения

[illegible]

Тема 4	Личностный адаптационный синдром и адаптационные свойства личности	17	4		6								7	УО/Д/ПЗ
Тема 5	Дезадаптация. Меры профилактики и коррекции	17	4		6								7	УО/Д/ПЗ
Промежуточная аттестация		29							2	9		18		Экзамен
Итого		108	20		24				2	9		18	35	

Примечание:

Л – лекции - занятия, предусматривающие преимущественную передачу учебной информации обучающимся педагогическими работниками организации и (или) лицами, привлекаемыми организацией к реализации образовательных программ на иных условиях,).

ВЛ – видео лекции.

ПП – практическая подготовка

ПЗ – практические занятия (за исключением лабораторных работ).

ИК – индивидуальные консультации.

КСР – контроль самостоятельной работы

КЭ – консультации перед экзаменом

Каттэк – контактная работа на аттестацию в период экзаменационных сессий

Контроль - контактная работа на аттестацию в период экзаменационных сессий для заочной формы обучения

СРкр – самостоятельная работа на подготовку курсовой работы/ курсового проекта.

СРэк – самостоятельная работа на подготовку к экзамену.

СР – самостоятельная работа в семестре на подготовку к учебным занятиям.

Т – тестирование.

ПЗ – практические задания.

ПР – проектная работа.

Д- доклад

3.2. Содержание дисциплины

Тема 1. Методологические основы изучения адаптации - ПКс-3.2

История развития категории «адаптация». Взгляд на адаптацию представителями различных наук: гуманитарных, биологических, медицинских, философских. Основные подходы в изучении феномена адаптации: культурологический, информационный и системный. Специфика собственно психологического понимания адаптации. Сущностные свойства адаптации.

Тема 2. Структура и содержание процесса адаптации - ПКс-3.2

Классификация адаптации. Адаптация и социализация. Реадаптация. Уровни адаптации. Этапы и стадии адаптации. Адаптивная ситуация. Адаптивные барьеры. Адаптированность и дезадаптированность как результат процесса адаптации. Основные критерии и показатели адаптированности. Виды адаптации: социальная адаптация, социально-психологическая, нервно-психическая, учебная, профессиональная. Адаптация как аспект управления персоналом в организациях.

Тема 3. Факторы адаптации личности - ПКс-3.2

Понятие факторов адаптации. Внешние и внутренние факторы адаптации. Социально-психологические, психологические и психофизиологические факторы адаптации. Семейные факторы адаптации.

Тема 4. Личностный адаптационный синдром и адаптационные свойства личности - ПКс-3.2

Понятие личностного адаптационного синдрома. Компоненты личностного адаптационного синдрома. Многообразие адаптационных личностных проявлений: адаптационные реакции, состояния, поведение и стратегии поведения. Механизмы психологической защиты. Копинг-стратегии. Адаптация и креативность.

Тема 5. Дезадаптация. Меры профилактики и коррекции - ПКс-3.2

Сущностные характеристики дезадаптации. Патологическая и непатологическая дезадаптация. Типы дезадаптивного поведения человека. Школьная дезадаптация. Дезадаптация персонала: психологический и управленческий аспекты. Диагностика адаптации. Прикладные аспекты адаптации: психологические средства профилактики и коррекции дезадаптации личности в различных условиях. Способы регуляции психофизиологического состояния. Техники, увеличивающие личностный адаптационный потенциал личности. Современные технологии и методы контролируемой адаптации в организации. Роль организационной культуры в адаптационных и дезадаптационных процессах.

4. Типы оценочных материалов, показатели и критерии оценивания

1.1. Оценочные материалы по данной дисциплине входят в состав оценочных материалов по образовательной программе. Совокупность оценочных материалов по всем дисциплинам образовательной программы составляет фонд оценочных средств (далее – ФОС). ФОС используется при проведении текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся с целью оценивания достижения

обучающимися планируемых результатов обучения.

4.2. ФОС разработан как комплекс проверочных заданий различного типа и уровня сложности, включает критерии и шкалы оценивания, а также «ключи» правильных ответов. ФОС формируется как отдельный документ и хранится в электронном виде, доступ к ФОС предоставлен ограниченному кругу лиц.

4.3. Для самостоятельной работы обучающихся при подготовке к текущему контролю успеваемости и промежуточной аттестации в рабочих программах дисциплин размещены типовые проверочные задания, которые можно условно разделить на задания закрытого, комбинированного и открытого типов.

Задания закрытого типа — это тестовые задания, в которых каждый вопрос сопровождается готовыми вариантами ответов, из которых необходимо выбрать один или несколько правильных.

Задания комбинированного типа – это тестовые задания, в которых каждый вопрос сопровождается готовыми вариантами ответов, из которых необходимо выбрать один или несколько правильных и обосновать свой выбор.

Задания открытого типа — это задания, в которых на каждый вопрос должен быть предложен развернутый обоснованный ответ.

В зависимости от типа задания рекомендованы определенная последовательность выполнения и система оценивания выполнения заданий.

4.4. Типы заданий, сценарии выполнения, критерии оценивания

ТИП ЗАДАНИЯ	ИНСТРУКЦИЯ	СЦЕНАРИИ ВЫПОЛНЕНИЯ	КРИТЕРИИ ОЦЕНИВАНИЯ
Задание закрытого типа с выбором одного правильного ответа из нескольких вариантов предложенных	Прочитайте текст, выберите правильный ответ	1. Внимательно прочитать текст задания и понять, что в качестве ответа ожидается только один из предложенных вариантов. 2. Внимательно прочитать предложенные варианты ответа. 3. Выбрать один верный ответ. 4. Записать только номер (или букву) выбранного варианта ответа (например, 3 или В).	Ответ считается верным, если правильно указана цифра или буква
Задание закрытого типа на установление соответствия	Прочитайте текст и установите соответствие	1. Внимательно прочитать текст задания и понять, что в качестве ответа ожидаются пары элементов. 2. Внимательно прочитать оба списка: список 1 – вопросы, утверждения, факты, понятия и т.д.; список 2 – утверждения, свойства объектов и т.д. 3. Сопоставить элементы списка 1 с элементами списка 2, сформировать пары элементов. 4. Записать попарно буквы и цифры (в зависимости от задания) вариантов ответа (например, А1 или Б4).	Ответ считается верным, если правильно указаны цифры или буквы
Задание закрытого типа с выбором нескольких правильных ответов из нескольких вариантов предложенных	Прочитайте текст, выберите правильные ответы	1. Внимательно прочитать текст задания и понять, что в качестве ответа ожидается несколько правильных ответов из предложенных вариантов. 2. Внимательно прочитать предложенные варианты ответа. 3. Выбрать несколько правильных ответов. 4. Записать только номера (или буквы) выбранного варианта ответа (например, 1 4 или А Г).	Ответ считается верным, если правильно установлены все соответствия (позиции из одного столбца верно сопоставлены с позициями другого)
Задание закрытого типа на установление последовательности	Прочитайте текст и установите последовательность	1. Внимательно прочитать текст задания и понять, что в качестве ответа ожидается последовательность элементов. 2. Внимательно прочитать предложенные варианты ответа. 3. Построить верную последовательность из предложенных элементов.	Ответ считается верным, если правильно указана вся последовательность цифр

		4. Записать буквы/цифры (в зависимости от задания) вариантов ответа в нужной последовательности (например, БВА или 135).	
Задание комбинированного типа с выбором одного правильного ответа из предложенных и обоснованием выбора	Прочитайте текст, выберите правильный ответ и запишите аргументы, обосновывающие выбор ответа	1. Внимательно прочитать текст задания и понять, что в качестве ответа ожидается только один из предложенных вариантов. 2. Внимательно прочитать предложенные варианты ответа. 3. Выбрать один верный ответ. 4. Записать только номер (или букву) выбранного варианта ответа. 5. Записать аргументы, обосновывающие выбор ответа (например, 4 текст обоснования).	Ответ считается верным, если правильно указана цифра или буква и приведены корректные аргументы, используемые при выборе ответа
Задание открытого типа с развернутым ответом	Прочитайте текст и запишите развернутый обоснованный ответ	1. Внимательно прочитать текст задания и понять суть вопроса. 2. Продумать логику и полноту ответа. 3. Записать ответ, используя четкие компактные формулировки. 4. В случае расчетной задачи, записать решение и ответ	Ответ считается верным: 1. Отсутствие фактических ошибок. 2. Раскрытие объема используемых понятий (полнота ответа). 3. Обоснованность ответа (наличие аргументов). 4. Логическая последовательность излагаемого материала.

4.5. Общая шкала оценивания результатов текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся с применением БРС

Итоговая балльная оценка	Традиционная система	Бинарная система	ECTS	
			Для традиционной системы	Для бинарной системы
95-100	Отлично	Зачтено	A	P/ Passed
85-94			B	P/ Passed
75-84	Хорошо		C	P/ Passed
65-74			D	P/ Passed
55-64	Удовлетворительно		E	P/ Passed
0-54	Неудовлетворительно	Не зачтено	F	F/Failed

Соотношение баллов за текущий контроль успеваемости и промежуточную аттестацию, а также повторную промежуточную аттестацию:

Максимальная сумма баллов за текущий контроль успеваемости	Максимальная сумма баллов за промежуточную аттестацию	Максимальная итоговая балльная оценка	Максимальная сумма баллов за повторную промежуточную аттестацию
60 баллов	40 баллов	100 баллов	100 баллов

5. Формы аттестации, типовые оценочные материалы для текущего контроля успеваемости обучающихся, критерии и шкалы оценивания по контрольным точкам

5.1. В ходе реализации дисциплины используются следующие формы текущего контроля успеваемости обучающихся (в том числе, задания к контрольным точкам):

УО – устный опрос, ПЗ- практические задания, Д- доклад

5.2. Типовые оценочные материалы для текущего контроля успеваемости обучающихся (вне контрольных точек):

приведены в п.6.2.

Тема 1. Методологические основы изучения адаптации - ПКс-3.2

Примерные вопросы для устного опроса:

1. Дайте определение адаптации с точки зрения системного подхода?
2. В чём заключается сущность информационного подхода к определению адаптации?
3. Раскройте основное содержание концепции гомеостаза.
4. Какие вы знаете подходы к классификации видов адаптации?
5. Что означает выражение «социализация является формой адаптации»?

Темы докладов:

1. Постановка проблемы адаптации в различных дисциплинах.
2. Социализация и адаптация личности: общее и особенное

3. Взгляд на адаптацию в различных психологических школах (психоаналитическое, когнитивно-поведенческое, гуманистическое направления, гештальт-подход)
4. Современная (адаптогенная) окружающая среда и феномены адаптации
5. Концепция общего адаптационного синдрома Г. Селье

Тема 2. Структура и содержание процесса адаптации - ПКс-3.2

Примерные вопросы для устного опроса:

1. Охарактеризуйте особенности основных фаз адаптивного цикла.
2. Раскройте содержание понятий "аллопсихическая адаптация" и "интрапсихическая адаптация".
3. Какова связь между понятиями "адаптация" и "адаптированность"?
4. Назовите основные внешние и внутренние критерии адаптированности личности?
5. Какие аспекты адаптации наиболее разработаны в практике управления персоналом в организациях?

Темы докладов:

1. Многоаспектность адаптации. Уровни анализа адаптации.
2. Принудительная адаптация
3. Ресурсная адаптация
4. Информационная неопределенность как ситуация адаптации
5. Понятие механизма адаптации: поведенческий, когнитивный, психологический компоненты

Тема 3. Факторы адаптации личности - ПКс-3.2

Примерные вопросы для устного опроса:

1. Охарактеризуйте основные подходы к классификации факторов, оказывающих влияние на эффективность адаптационного процесса.
2. Приведите примеры объективных и субъективных факторов адаптации.
3. Приведите примеры внутренних и внешних факторов адаптации.
4. Приведите примеры биологических и социальных факторов адаптации.
5. Дайте сравнительную характеристику опосредованных факторов влияния социального окружения на личность в концепциях развития личности З.Фрейда и К. Хорни?

Темы докладов:

1. Понятие фактора адаптации. Классификация.
2. Возрастные особенности адаптации
3. Гендерные особенности адаптации
4. Адаптация и интеллект
5. Ценностно-мотивационные аспекты адаптации

Тема 4. Личностный адаптационный синдром и адаптационные свойства личности - ПКс-3.2

Примерные вопросы для устного опроса:

1. С помощью каких психодиагностических методов можно оценить состояние социально-психологической адаптации подростка?
2. Раскройте понятие копинг-стратегии?

3. Какова роль защитных механизмов в адаптации личности?
4. Раскройте структуру ЛАП в концепции А.Г. Маклакова?
5. Какова связь между личностным адаптационным потенциалом и нервно-психической устойчивостью?

Темы докладов:

1. Синдромальный подход в изучении феномена адаптации
2. Личностный адаптационный потенциал в концепции А.Г. Маклакова
3. Личностный адаптационный потенциал в концепции С. Т. Посоховой
4. Стратегии адаптационного поведения личности
5. Роль защитных механизмов в адаптации

Практическое задание

Составление личностного адаптационного профиля

1. Самодиагностика с помощью методики Многоуровневый личностный опросник (МЛО) «Адаптивность» (А. Г. Маклаков и С. В. Чермянин).
2. Самодиагностика с помощью методики Опросник «Копинг-стратегии» Лазаруса
3. Самодиагностика с помощью Опросника «SACS» (С. Хобфолл)
4. Написание развернутого заключения с рекомендациями.

Тема 5. Деадаптация. Меры профилактики и коррекции - ПКс-3.2

Примерные вопросы для устного опроса:

1. Раскройте содержание понятия "деадаптация"?
2. Разграничьте между собой понятия "психический стресс", "фрустрация" и "деадаптация".
3. Охарактеризуйте качественные различия основных вариантов деадаптации.
4. Дайте описание основных форм деадаптации студентов вуза.
5. Какова роль организационной культуры в деадаптационных процессах?

Темы докладов:

1. Адаптация личности к образовательной среде
 - А) Адаптация ребенка к ДООУ
 - Б) Адаптация ребенка к школе, ее сущность.
 - В) Адаптация студентов к условиям высшей школы.
2. Профессиональная адаптация, ее особенности, этапы
3. Социально-психологическая адаптация к новой культурной среде
4. Адаптация к экстремальным условиям
5. Особенности психологической работы по оптимизации адаптационного процесса в форме тренинга
6. Техники регуляции психофизиологического состояния
7. Современные технологии и методы контролируемой адаптации в организации

Практическое задание

Отработка навыков коррекции состояний дезадаптации

1. Арт-терапевтическое сопровождение профессиональной адаптации: приемы и техники
2. Отработка техники регуляции психофизиологического состояния: техники самопомощи

5.3. Один или несколько тематических блоков дисциплины завершаются контрольной точкой (далее – КТ). Текущий контроль успеваемости по дисциплине предусматривает не менее 2 (двух) и не более 10 (десяти) КТ в течение периода освоения дисциплины.

Максимальное количество баллов за любой тип работ в рамках КТ составляет 100 (сто) баллов.

Распределение весовых коэффициентов по КТ в рамках текущего контроля успеваемости по дисциплине и формулы расчета:

Наименование контрольной точки	Максимальное количество баллов за работу в рамках КТ, которое может набрать студент	Коэффициент веса контрольной точки	Результат контрольной точки, участвующий в формировании итоговой балльной оценки по дисциплине (отражается в журнале БРС в СДО)
КТ – 1	100	0,2	20
КТ – 2	100	0,2	20
КТ – 3	100	0,2	20
Итого:	x	0,6	60

Формула расчета результата контрольной точки:

Результат контрольной точки = Количество баллов за работу в рамках КТ X Коэффициент веса контрольной точки.

5.4. Формы текущего контроля успеваемости обучающихся в рамках КТ типовые оценочные материалы:

КТ-1

Тема 1

Устный опрос

Доклад

Тема 2.

Доклад

Устный опрос

Тема 3.

Устный опрос

Доклад

КТ-2

Тема 4.

Устный опрос

Доклад

Практическое задание

КТ-3**Тема 5.**Устный опросДокладПрактическое задание

Для каждой формы текущего контроля успеваемости обучающихся в рамках КТ определены критерии оценивания результатов выполнения задания.

1. Критерии оценивания ПЗ:

Критерии оценки	Диапазон баллов	Описание критерия
Содержание и раскрытие выбранных понятий	41-70	Детальное, последовательное описание всех понятий на примере выбранной системы
	21-40	Поверхностное описание без привязки к выбранной системе
	0-20	Понятия раскрыты минимально или не раскрыты вовсе
Количество выполненных заданий	30	Количество выполненных заданий от 85% до 100%
	15	Количество выполненных заданий от 55% до 84%
	0	Количество выполненных заданий менее 55%
Итого максимально:	100	

2. Критерии оценивания УО:

Критерии оценки	Диапазон баллов	Описание критерия
Содержание и раскрытие основополагающих понятий	41-70	Детальное, последовательное раскрытие понятий, с применением примера
	21-40	Поверхностное раскрытие и описание понятий, без примера
	0-20	Понятия раскрыты минимально или не раскрыты вовсе
Корректность ответа	26-30	Ответ корректный, полностью соответствует изученному материалу
	1-25	Ответ частично правильный, студент смог (при подсказке) обнаружить ошибку и исправить ответ
	0	Ответ ошибочный
Итого максимально:	100	

3. Критерии оценивания доклада:

Критерии оценки	Диапазон баллов	Описание критерия
Содержание и раскрытие темы	0-20	Детальное, последовательное описание всех этапов с конкретными примерами
Грамотность	0-20	Соблюдены все правила грамматики,

изложения		орфографии и пунктуации
Стилистика	0-20	Единый стиль изложения, точные формулировки, уместное использование терминов, лаконичность
Логика изложения	0-20	Чёткая последовательность изложения, логические связи между частями текста, аргументы подтверждают выводы
Оригинальность	0-20	Уникальный подход к теме, нестандартные решения, инновационные идеи, собственная позиция автора
Итого максимально:	100	

5.5. Описание дополнительных материалов и оборудования, необходимых для выполнения проверочных заданий (*при необходимости*).

6. Формы промежуточной аттестации, критерии и шкала оценивания, типовые оценочные материалы по дисциплине

6.1. Промежуточная аттестация проводится в форме экзамена.

Форма промежуточной аттестации (экзамен) проводится в форме устного ответа на теоретические вопросы.

При реализации промежуточной аттестации в ЭО/ДОТ могут быть использованы следующие формы:

1. Устно в ДОТ - в форме устного ответа на теоретические вопросы.

2. Письменно в СДО с прокторингом - в форме письменного ответа на теоретические вопросы.

Вопросы для подготовки к экзамену

1. Определение адаптации. Виды адаптации.
2. Характеристика биологической адаптации.
3. Характеристика физиологической адаптации.
4. Психоаналитическое понимание адаптации
5. Гуманистическое направление
6. Процесс адаптации в когнитивной психологии
7. Необихевиристское определение адаптации
8. Интеракционистская концепция адаптации
9. Классификация теорий социальной адаптации..
10. Свойства адаптации.
11. Основные подходы в изучении феномена адаптации: культурологический, информационный и системный
12. Этапы и стадии адаптации.
13. Адаптивная ситуация.
14. Адаптированность и дезадаптированность как результат процесса адаптации.
15. Классификация факторов адаптации

16. Структурно-комплексная модель социальной адаптации личности «Реадаптивное кольцо»
17. Адаптация как аспект управления персоналом в организациях
18. Личностный адаптационный синдром: понятие и структура
19. Стратегии адаптационного поведения личности
20. Патологическая и непатологическая дезадаптация.
21. Дезадаптация и невроз
22. Диагностика адаптации
23. Меры профилактики дезадаптации персонала организации
24. Прикладные аспекты адаптации: школьная адаптация и адаптация к ДОУ
25. Гендерные особенности адаптации
26. Адаптация и интеллект

Типовые проверочные задания для самоподготовки обучающегося к промежуточной аттестации:

ТИП ЗАДАНИЯ	СЦЕНАРИИ ВЫПОЛНЕНИЯ	ТИПОВЫЕ ЗАДАНИЯ			
Задание закрытого типа с выбором одного правильного ответа из нескольких вариантов предложенных	1.Внимательно прочитать текст задания и понять, что в качестве ответа ожидается только один из предложенных вариантов. 2. Внимательно прочитать предложенные варианты ответа. 3. Выбрать один верный ответ. 4. Записать только номер (или букву) выбранного варианта ответа (например, 3 или В).	Теоретический подход к определению адаптации, рассматривающий ее как систему пассивных реакций организма, стремящегося вернуться в состояние равновесия А) гомеостатический Б) гедонистический В) прагматический			
		Внутренняя адаптация – это А) адаптация к ингруппе Б) добровольная адаптация, основанная на внутренних побуждениях личности В) адаптация, направленная на разрешение внутренних конфликтов и внутриспсихических проблем личности			
Задание закрытого типа на установление соответствия	1.Внимательно прочитать текст задания и понять, что в качестве ответа ожидаются пары элементов. 2. Внимательно прочитать оба списка: список 1 – вопросы, утверждения, факты, понятия и т.д.; список 2 – утверждения, свойства	Сопоставьте исследователей и их вклад в изучение адаптации:			
		Исследователь		Вклад в теорию ад-ции	
		1	Ж. Пиаже	А	Концепция адаптации через механизмы ассимиляции и аккомодации
		2	Г. Селье	Б	Понимание адаптации в контексте культурно-исторической теории

	объектов и т.д. 3. Сопоставить элементы списка 1 с элементами списка 2, сформировать пары элементов. 4. Записать попарно буквы и цифры (в зависимости от задания) вариантов ответа (например, А1 или Б4).	<table><tr><td></td><td></td><td></td><td>развития психики</td></tr><tr><td>3</td><td>Л.С. Выготский</td><td>В</td><td>Теория общего адаптационного синдрома и стресса</td></tr><tr><td>4</td><td>А.Н. Леонтьев</td><td>Г</td><td>Деятельностный подход к адаптации личности</td></tr></table>				развития психики	3	Л.С. Выготский	В	Теория общего адаптационного синдрома и стресса	4	А.Н. Леонтьев	Г	Деятельностный подход к адаптации личности									
			развития психики																				
3	Л.С. Выготский	В	Теория общего адаптационного синдрома и стресса																				
4	А.Н. Леонтьев	Г	Деятельностный подход к адаптации личности																				
		Сопоставьте компоненты личностного адаптационного синдрома и их проявления:: <table><tr><th colspan="2">Стратегия</th><th colspan="2">Характеристика</th></tr><tr><td>1</td><td>Эмоционально-волевой</td><td>А</td><td>Гибкость поведения, выбор адекватных стратегий взаимодействия со средой</td></tr><tr><td>2</td><td>Когнитивный</td><td>Б</td><td>Направленность на достижение равновесия, стремление к самореализации в новых условиях</td></tr><tr><td>3</td><td>Поведенческий</td><td>В</td><td>Способность к прогнозированию, рефлексии, построению адаптивных планов</td></tr><tr><td>4</td><td>Мотивационный</td><td>Г</td><td>Эмоциональная устойчивость, регуляция уровня тревоги, волевая мобилизация</td></tr></table>		Стратегия		Характеристика		1	Эмоционально-волевой	А	Гибкость поведения, выбор адекватных стратегий взаимодействия со средой	2	Когнитивный	Б	Направленность на достижение равновесия, стремление к самореализации в новых условиях	3	Поведенческий	В	Способность к прогнозированию, рефлексии, построению адаптивных планов	4	Мотивационный	Г	Эмоциональная устойчивость, регуляция уровня тревоги, волевая мобилизация
Стратегия		Характеристика																					
1	Эмоционально-волевой	А	Гибкость поведения, выбор адекватных стратегий взаимодействия со средой																				
2	Когнитивный	Б	Направленность на достижение равновесия, стремление к самореализации в новых условиях																				
3	Поведенческий	В	Способность к прогнозированию, рефлексии, построению адаптивных планов																				
4	Мотивационный	Г	Эмоциональная устойчивость, регуляция уровня тревоги, волевая мобилизация																				
Задание закрытого типа с выбором нескольких правильных ответов из нескольких вариантов предложенных	1.Внимательно прочитать текст задания и понять, что в качестве ответа ожидается несколько правильных ответов из предложенных вариантов. 2. Внимательно прочитать предложенные варианты ответа. 3. Выбрать несколько правильных ответов. 4. Записать только номера (или буквы) выбранного варианта ответа (например, 1 4 или А Г).	Какие из перечисленных критериев социально-психологической адаптированности можно отнести к объективным? А) Социометрический статус в группе Б) Ощущение эмоционального комфорта в коллективе В) Удовлетворенность положением в группе Г) Наличие устойчивых межличностных связей в группе Выберете, что из представленного списка относится к субъективным факторам трудовой адаптации: А) Уровень организации труда Б) Стаж работы В) Размер коллектива Г) Расположение предприятия,																					

		Д) Образование Е) Квалификация Ж) Уровень притязаний
Задание закрытого типа на установление последовательности	1. Внимательно прочитать текст задания и понять, что в качестве ответа ожидается последовательность элементов. 2. Внимательно прочитать предложенные варианты ответа. 3. Построить верную последовательность из предложенных элементов. 4. Записать буквы/цифры (в зависимости от задания) вариантов ответа в нужной последовательности (например, БВА или 135).	Установите последовательность стадий процесса адаптации личности в новой среде: А. Активация или формирование адаптивных стратегий поведения Б. Возникновение адаптивной ситуации и осознание необходимости изменений В. Достижение адаптированности как результата процесса Г. Преодоление адаптивных барьеров и трудностей Установите корректную последовательность ключевых стадий стресса по модели Ганса Селье: А) Стадия сопротивления Б) Стадия истощения В) Стадия тревоги
Задание комбинированного типа с выбором одного правильного ответа из предложенных и обоснованием выбора	1. Внимательно прочитать текст задания и понять, что в качестве ответа ожидается только один из предложенных вариантов. 2. Внимательно прочитать предложенные варианты ответа. 3. Выбрать один верный ответ. 4. Записать только номер (или букву) выбранного варианта ответа. 5. Записать аргументы, обосновывающие выбор ответа (например, 4 текст обоснования).	Понятие адаптация возникло первоначально в А) Биологии Б) Физике В) Медицине Г) Философии Информационно-логический алгоритм, скопированный или сконструированный личностью способ реализации актуальных потребностей путем использования личного потенциала и всех доступных ресурсов – это А) Защитный механизм Б) Стратегия адаптации В) Копинг- стратегия Г) Фактор совладания
Задание открытого типа с развернутым ответом	1. Внимательно прочитать текст задания и понять суть вопроса. 2. Продумать логику и полноту ответа. 3. Записать ответ, используя четкие компактные формулировки. 4. В случае расчетной задачи, записать решение и ответ	Раскройте взаимосвязь и различия между понятиями «адаптация» и «социализация». В каких случаях эти процессы могут совпадать, а в каких — расходиться? Раскройте специфику психологического понимания адаптации в сравнении с биологическим и социологическим подходами. Какие уникальные аспекты адаптации выделяет психологическая наука?

6.3. Критерии и шкала оценивания на основе БРС.

Критерии и балльная шкала определяются преподавателем

КРИТЕРИИ ОЦЕНИВАНИЯ	РЕЗУЛЬТАТ В БАЛЛАХ
<i>Дан полный, в логической последовательности развернутый ответ на поставленный вопрос, где он продемонстрировал знания предмета в полном объеме учебной программы, достаточно глубоко осмысливает дисциплину, самостоятельно, и исчерпывающе отвечает на дополнительные вопросы, приводит собственные примеры по проблематике поставленного вопроса, решил предложенные практические задания без ошибок</i>	40
<i>Дан развернутый ответ на поставленный вопрос, где студент демонстрирует знания, приобретенные на лекционных и семинарских занятиях, а также полученные посредством изучения обязательных учебных материалов по курсу, дает аргументированные ответы, приводит примеры, в ответе присутствует свободное владение монологической речью, логичность и последовательность ответа. Однако допускается неточность в ответе. Решил предложенные практические задания с небольшими неточностями.</i>	30-39
<i>Дан ответ, свидетельствующий в основном о знании процессов изучаемой дисциплины, отличающийся недостаточной глубиной и полнотой раскрытия темы, знанием основных вопросов теории, слабо сформированными навыками анализа явлений, процессов, недостаточным умением давать аргументированные ответы и приводить примеры, недостаточно свободным владением монологической речью, логичностью и последовательностью ответа. Допускается несколько ошибок в содержании ответа и решении практических заданий.</i>	20-29
<i>Дан ответ, который содержит ряд серьезных неточностей, обнаруживающий незнание процессов изучаемой предметной области, отличающийся неглубоким раскрытием темы, незнанием основных вопросов теории, несформированными навыками анализа явлений, процессов, неумением давать аргументированные ответы, слабым владением монологической речью, отсутствием логичности и последовательности. Выводы поверхностны. Решение практических заданий не выполнено, т.е. студент не способен ответить на вопросы даже при дополнительных наводящих вопросах преподавателя.</i>	0-19

6.4. Описание дополнительных материалов и оборудования, необходимых для выполнения проверочных заданий (при необходимости).

Для решения проверочных заданий дополнительных материалов не требуется.

7. Методические материалы по освоению дисциплины

Для изучения основных вопросов образовательной программы необходимо конспектировать материалы лекций, работать с рекомендованной преподавателем литературой, а также ресурсами информационно-телекоммуникационной сети «Интернет». Для приобретения навыков активного использования знаний полезно обсуждать плановые и возникающие вопросы, а также решаемые задачи на практических занятиях. Чтобы легче

и прочнее усвоить материал следует постоянно использовать конкретные примеры, сравнения из уже полученных областей наук.

Для закрепления изученного материала даны вопросы по каждой теме дисциплины, на которые следует самостоятельно найти ответы.

Важной составной частью учебного процесса в вузе являются практические занятия. Практические занятия проводятся главным образом по дисциплинам, требующим закрепления навыков решения задач, и помогают студентам глубже усвоить учебный материал, приобрести умения применять принципы системного подхода к решению разнообразных задач, определять и оценивать ресурсы и существующие ограничения разного рода проектов.

При подготовке к практическим занятиям необходимо проанализировать конспект лекции, ознакомиться с рекомендованной литературой по соответствующей теме, осуществить подготовку по рекомендованным в рабочей программе вопросам для обсуждения темы, выполнить домашнее задание (при необходимости).

Необходимо помнить, что на лекции обычно рассматривается не весь материал, а только его часть. Остальная его часть восполняется в процессе самостоятельной работы. В связи с этим работа с рекомендованной литературой обязательна. Особое внимание при этом необходимо обратить на содержание основных положений и выводов, объяснение явлений и фактов, уяснение практического приложения рассматриваемых теоретических вопросов. В процессе этой работы студент должен стремиться понять и запомнить основные положения рассматриваемого материала, примеры, поясняющие его, а также разобраться в иллюстративном материале. В процессе подготовки к занятиям рекомендуется взаимное обсуждение материала, во время которого закрепляются знания, а также приобретает практика в изложении и разъяснении полученных знаний, развивается речь. При необходимости следует обращаться за консультацией к преподавателю (в том числе по электронной почте). Планируя консультацию, необходимо хорошо продумать вопросы, которые требуют разъяснения. Заканчивать подготовку следует составлением плана (конспекта) по изучаемому материалу (вопросу). Это позволяет составить концентрированное, сжатое представление по изучаемым вопросам. Записи имеют первостепенное значение для самостоятельной работы студентов. Они помогают понять построение изучаемого материала, выделить основные положения, проследить их логику. Кроме того, ведение записей способствует превращению чтения в активный процесс, мобилизует, наряду со зрительной, и моторную память. Следует помнить: у студента, систематически ведущего записи, создается свой индивидуальный фонд методических материалов для быстрого повторения изученных вопросов, для мобилизации накопленных знаний. Особенно важны и полезны записи тогда, когда в них находят отражение мысли, возникшие при самостоятельной работе.

После изучения базовых тем курса проводится текущий контроль знаний студентов в виде опроса или письменного тестирования. Типовые тесты и задания по темам дисциплины приведены в специальном разделе данной рабочей программы.

Подготовка к текущему и промежуточному контролю предполагает изучение представленных вопросов к зачету, работу над тестами, представленными в данной рабочей программе, выполнение семестровой проектной работы по применению системного подхода и методов системного анализа к выбранной системе.

Работа в малых группах – это одна из самых популярных форм проведения занятий, так как она дает всем обучающимся (в том числе и стеснительным) возможность участвовать в работе, практиковать навыки сотрудничества, межличностного общения (в частности, умение активно слушать, вырабатывать общее мнение, разрешать возникающие

разногласия). Цель данной формы проведения занятий: продемонстрировать сходство или различия определенных явлений, выработать стратегию или разработать план, выяснить отношение различных групп участников к одному и тому же вопросу. В ходе этой работы дополнительно решаются следующие задачи: развитие навыков общения и взаимодействия в группе, формирование ценностно-ориентационного единства группы, поощрение к гибкой смене социальных ролей в зависимости от ситуации.

Группа студентов делится на несколько малых групп. Количество групп определяется числом творческих заданий, которые будут обсуждаться в процессе занятия. Малые группы формируются либо по желанию студентов, либо по родственной тематике для обсуждения. Каждая малая группа обсуждает творческое задание в течение отведенного времени. Основной этап – проведение обсуждения творческого задания. Заслушиваются суждения, предлагаемые каждой малой группой по творческому заданию. Преподаватель дает оценочное суждение и работе малых групп, по решению творческих заданий, и эффективности предложенных путей решения.

В качестве самостоятельной работы студентами выполняется семестровая работа по применению системного подхода и методов системного анализа к выбранной системе по всем темам. Рекомендуется выбрать организационно-техническую систему. Перед выполнением задания по теме 1 выбранную систему необходимо согласовать с преподавателем. При выполнении заданий по темам могут использоваться представленные студентом материалы по предыдущим темам. Выполненная семестровая работа представляется студентом на открытой защите на промежуточной аттестации.

8. Учебная литература и ресурсы информационно-телекоммуникационной сети Интернет

8.1. Основная литература

1. Волинская Л.Б. Социокультурная и личностная адаптация человека на различных стадиях жизненного цикла. [Электронный ресурс] / Л.Б. Волинская–М.: Флинта, 2017. – 168 с <http://new.ibooks.ru/products/25376>
2. Лактионова А.И. Жизнеспособность и социальная адаптация подростков [Электронный ресурс]/ Лактионова А.И.— Электрон. текстовые данные.— Москва: Издательство «Институт психологии РАН», 2017.— 240 с.— Режим доступа: <https://www.iprbookshop.ru/88064.html>

8.2. Дополнительная литература

1. Адаптация и дезадаптация персонала: теория и практика: пособие для студентов и слушателей по образовательным программам в области управления персоналом и практических специалистов кадровых служб / Е.И. Русакова, М.Г. Синякова, Слободчикова П.С.; науч.ред. М.Г. Синякова; Уральский гос. пед. ун-т. - Екатеринбург, 2012. - 118 с.
2. Волгина Т.Ю. Адаптация студентов к обучению в педагогическом вузе: трудности, проблемы, пути их решения // Электронный научный журнал «Вестник Омского государственного педагогического университета». - Выпуск 2007, www.omsk.edu
3. Гапонова С.А. Особенности адаптации студентов вузов в процессе обучения // Психологический журнал. – 1994. – Т15. - №3. –С.131-135.
4. Георгиевский А.Б. Эволюция адаптации (историко-методологическое исследование). - Л.: Наука, 1989. – 188с.

5. Глоточкин А.Д. О личностной, социально – психологической адаптации. Актуальные психолого – педагогические проблемы обучения и воспитания в школе и вузе//Сборник науч. Тезисов/ под ред. Н.А. Амшанникова. - Тверь: Тверской гос. ун-т, 1994. – 148с.
6. Дерманова И.Б., Типы социально-психологической адаптации и комплекс неполноценности// Вестн. С.- Петерб. Ун.-та. Сер.6. - 1996. -Вып.1. – С. 59-68.
7. Луцко Е.А. К вопросу об определении критериев и факторов эффективности адаптации// Вестник Санкт-Петербургского университета. Сер.12. - 2008. - Вып 1. - С. 205-209
8. Налчаджян А.А. Социально-психологическая адаптация личности. (Формы, механизмы и стратегии). Ереван: АН Арм ССР, 1988. - 263 с.
9. Огарева Е.И. Адаптация студентов к условиям обучения в вузе в связи с их ценностными ориентациями: Дис.канд.псих. наук. - СПб, 2010
10. Паршина Т. О. Структурная модель социально-психологической адаптации человека// Социс. 2008. №8. С.100-106.
11. Петровский В.А. Психология неадаптивной активности. – М.: Горбунок, 1992. – 224с.
12. Пиаже Ж. Избранные психологические труды: Психология интеллекта: Генезис исследования у ребёнка: Логика и психология. - М.: Просвещение, 1969 - 659с.
13. Посохова С.Т. Индивидуальные стратегии личностной адаптации // Психология адаптации и социальная среда: современные подходы, проблемы, перспективы/Отв.ред.Л.Г. Дикая, А.Л. Журавлёв. – М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2007. - с. 276- 289.
14. Реан А.А. Психология адаптации личности. Анализ. Теория. Практика / А.А. Реан, А.Р. Кудашев, А.А. Баранов. – СПб.: ПРАЙМ – ЕВРО- ЗНАК, 2006. – 479с.
15. Розум С. И. Психология социализации и социальной адаптации человека. – Спб.: Речь, 2007. – 356 с.
16. Ромм М.В. Философия и психология адаптивных процессов: Учеб. пособие для студ. Высш. Учеб. заведений / М.В. Ромм. – М.: Издательство Московского психолого-социального института, 2006. – 296с.
17. Степанова О.П. Психическая адаптация и психологическое сопровождение студентов- первокурсников на начальных этапах обучения: Дис. канд. психол. Наук. – Спб, 2002. – 183с
18. Степанова С.И. Биоритмологические аспекты проблемы адаптации. – М.: Наука, 1986. - 244с.
19. Стресс, выгорание, совладание в современном контексте Под. ред. А. Л. Журавлева, Е. А. Сергиенко. – М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2011. – 512 с.
20. Фуряева, Т.В. Социализация и социальная адаптация лиц с инвалидностью: учебное пособие для вузов. - 2-е изд., перераб. и доп. /Т.В.Фуряева. - Москва:Юрайт – 2021. -189с.- <https://urait.ru/book/socializaciya-i-socialnaya-adaptaciya-lic-s-invalidnostyu-473431>

8.3. Нормативные правовые документы и иная правовая информация

Не используются

8.4 Интернет-ресурсы

Обучающимся обеспечен доступ к материалам курса в СДО Академии <http://lms.ranepa.ru>, а также через сайт научной библиотеки <https://sziu-lib.ranepa.ru/> к следующим подписным электронным ресурсам:

Русскоязычные ресурсы.

Электронно-библиотечные системы (ЭБС):

1. Электронная библиотечная система iBooks.ru. Учебники и учебные пособия для университетов России. <https://ibooks.ru/>
2. Электронная библиотечная система «Лань». Коллекции книг ведущих издательств учебной и научной литературы, а также издания российских вузов по основным отраслям знаний. <https://e.lanbook.com>
3. Электронная библиотечная система «IPR Smart» - более 10 000 учебников, учебных пособий, монографий и научных изданий по всем отраслям знаний. <https://iprbooks.ru>
4. Электронная библиотечная система «Znanium» - полные тексты учебников по юриспруденции, экономике, естественным и общественным наукам. Ядро фонда – литература холдинга ИНФРА-М. <https://znanium.com>
5. Электронная библиотечная система «Book.ru» - полные тексты учебников по юриспруденции, психологии, педагогике, экономике, информационным технологиям, естественным и общественным наукам. <https://www.book.ru>

Периодические издания:

- Научно-практические статьи Электронной библиотеки «Grebennikon» Издательского дома «Библиотека Гребенникова»
- Статьи из периодических изданий по общественным и гуманитарным наукам компании «Ивис»
- Научная электронная библиотека eLibrary.ru - Крупнейшая база данных российской периодики с наукометрическими инструментами и базой для анализа научной деятельности (РИНЦ).

Англоязычные ресурсы.

- *EBSCO eBook Collection* – коллекция включает в себя 68 изданий, приобретенных «в вечное пользование», а также более 2000 книг, получаемых институтом по национальной подписке РЦНИ. Коллекция охватывает широкий спектр тем по различным областям знаний, таким как социально-гуманитарные науки, маркетинг, финансы, управление и предпринимательство и др.;
- *Sage eBook Collections* - это более 4 700 монографий и справочников по различным областям знаний: бизнес, психология, криминология и уголовное право, образование, СМИ и коммуникация, политика и международные отношения, социология и др. Содержит полные тексты. Глубина архива: 1984-2021 гг.
- *Springer Link* - полнотекстовые политематические базы академических журналов. Представлено более 70 000 электронных книг Springer, включая монографии, справочники и труды конференций.
- *Wiley* - доступны выпуски 1500 академических журналов разных профилей, изданных Wiley Periodicals в 2015–2019 гг.
- *OECD iLibrary* – библиотека Организации экономического сотрудничества и развития, содержащая статистические данные, рабочие документы, отчеты. Доступны материалы до 2022 года.

9. Материально-техническая база, информационные технологии, программное обеспечение и информационные справочные системы

№ п/п	Наименование
1.	Специализированные залы для проведения лекций, оснащенные персональным компьютером/ноутбуком и мультимедийным проектором
2.	Аудитории и компьютерные классы, оборудованные посадочными местами и персональными компьютерами с выходом в Интернет для проведения практических занятий
3.	«МТС Линк» — российская платформа для онлайн-коммуникаций и совместной работы команд ;«Яндекс Телемост» — сервис для видеоконференций от Яндекса; Я-мессенджер
4.	Технические средства обучения: персональные компьютеры; программные средства, обеспечивающие просмотр видеофайлов в форматах AVI, MPEG-4, DivX, RMVB, WMV; программы для работы с электронными таблицами для обработки, анализа и визуализации данных; соответствующие онлайн-инструменты для построения интеллект-карты и моделей в различных нотациях
5.	Научная библиотека (в т.ч. электронные информационные ресурсы научной библиотеки)
6.	СДО Академии https://lms.ranepa.ru/