

Документ подписан простой электронной подписью  
Информация о владельце:  
ФИО: Андрей Драгомирович Хлутков  
Должность: директор  
Дата подписания: 15.03.2025 22:49:30  
Уникальный программный идентификатор:  
880f7c07c583b07b775f6604a630281b13ca9fd2

## Приложение 4

**Федеральное государственное бюджетное образовательное  
учреждение высшего образования  
«РОССИЙСКАЯ АКАДЕМИЯ НАРОДНОГО ХОЗЯЙСТВА  
И ГОСУДАРСТВЕННОЙ СЛУЖБЫ  
ПРИ ПРЕЗИДЕНТЕ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ»**

---

### СЕВЕРО-ЗАПАДНЫЙ ИНСТИТУТ УПРАВЛЕНИЯ

## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

### 2.1.4.3(Ф) Адаптационные способности как свойство личности

*(индекс, наименование дисциплины (модуля), в соответствии с учебным планом)*

по группе научных специальностей

### **5.3. Психология**

*(шифр и наименование группы научных специальностей)*

### **5.3.7. Возрастная психология**

*(шифр и наименование научной специальности)*

**кандидат психологических наук**

*(ученая степень)*

**очная**

*(форма обучения)*

**2024**

*(год набора)*

Санкт-Петербург, 2024 г.

**Автор–составитель:**

| <b>№<br/>п/п</b> | <b>Фамилия Имя<br/>Отчество</b>  | <b>Ученая степень,<br/>ученое звание</b>    | <b>Должность</b>                              | <b>Структурное<br/>подразделение</b>       |
|------------------|----------------------------------|---------------------------------------------|-----------------------------------------------|--------------------------------------------|
| 1.               | Кутейников Алексей<br>Николаевич | Кандидат<br>психологических<br>наук, доцент | Доцент<br>кафедры<br>социальных<br>технологий | Кафедра<br>социальных<br>технологий<br>ФСТ |

**РАССМОТРЕНА И РЕКОМЕНДОВАНА** для использования в учебном процессе на заседании Научно-методическим советом по группе научных специальностей 5.3. Психология

---

*(наименование совета по группе научных специальностей)*

Протокол от «03» октября 2023 г, № 4

## СОДЕРЖАНИЕ

|                                                                                              |    |
|----------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| 1. Цель и задачи дисциплины .....                                                            | 4  |
| 2. Планируемые результаты освоения дисциплины .....                                          | 4  |
| 3. Место дисциплины в структуре ПА .....                                                     | 5  |
| 4. Объем дисциплины .....                                                                    | 6  |
| 5. Содержание и структура дисциплины .....                                                   | 7  |
| 6. Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы<br>обучающихся по дисциплине ..... | 8  |
| 7. Методические указания по освоению дисциплины .....                                        | 14 |
| 8. Фонд оценочных средств промежуточной аттестации по дисциплине ...                         | 15 |
| 9. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины .....                         | 16 |
| 9.1. Основная литература .....                                                               | 16 |
| 9.2. Дополнительная литература .....                                                         | 17 |
| 9.3 Нормативно-правовые документы .....                                                      | 17 |
| 9.4. Интернет-ресурсы, справочные системы .....                                              | 17 |
| 10. Материально-техническое и программное обеспечение дисциплины....                         | 19 |

## **1. Цель и задачи дисциплины**

**Цель и задачи изучения дисциплины** - овладение теоретическими знаниями в области профессиональной деятельности психолога, а также приобретение умений и навыков применения теоретических знаний в практических ситуациях применительно к описанию адаптационных процессов.

**Изучение дисциплины предполагает выполнение следующих задач:**

- формирование у аспирантов целостного представления о проблемах адаптации, включая содержание учебной, психофизиологической и социально-психологической адаптации, анализа и описания критериев адаптивности, применение современных методов диагностики адаптационных процессов;
- овладение основами научно-исследовательской работы, в том числе практическими умениями и навыками управления адаптационными процессами;
- профессиональная подготовка аспирантов с целью развития у них личностных и профессиональных качеств противостояния процессам дезадаптации.

## **2. Планируемые результаты освоения дисциплины**

Для полноценного освоения данной дисциплины аспирантам необходимо иметь предшествующий образовательный опыт, приобретенный в период обучения в магистратуре или на специалитете при освоении смежных учебных дисциплин (модулей) в области психологии и педагогики.

Для усвоения данной дисциплины понадобятся освоенные ранее результаты (знания, умения и навыки) полученные на предыдущем уровне образования «Адаптационные процессы и свойства личности» и «Стресс-менеджмент» (специалитет), «Психологические подходы к личности и индивидуальности» (магистратура).

Знания, умения, навыки, полученные в процессе изучения дисциплины, используются при написании диссертации, в научно-исследовательской работе и при изучении такой последующей дисциплины учебного плана как «Развитие гуманитарной компетенции преподавателя: психолого-педагогический аспект» и при прохождении педагогической и научно-исследовательской практик.

Дисциплина «Адаптационные способности как свойство личности» создает необходимую базу для успешного освоения аспирантами теоретических и практических компетенций, необходимых для успешного прохождения практик и написания кандидатской диссертации.

Таблица 1

| № п/п | Планируемые результаты освоения дисциплины (модуля)                                                                                                                                                                                          |
|-------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1.    | <b>На уровне знаний:</b> классических и новейших отечественных и зарубежных психологических теорий адаптационных процессов.                                                                                                                  |
| 2.    | <b>На уровне умений:</b> владеть технологиями исследовательской деятельности; анализировать, подбирать методы оценки факторов адаптации (и дезадаптации); обобщать, делать выводы в рамках теоретических положений психологической науки.    |
| 3.    | <b>На уровне навыков:</b> планирования и организации научных исследований; использования прикладных психотехнологий при проведении психологических исследований и анализа полученных результатов в области описания адаптационных процессов. |

### 3. Место дисциплины в структуре ПА

Дисциплина 2.1.4.3(Ф) «Адаптационные способности как свойство личности» является факультативной, входит в подраздел 2.1.4(Ф) «Факультативные дисциплины» и относится к блоку «Образовательный компонент» учебного плана группы научных специальностей 5.3. Психология, научной специальности 5.3.7. Возрастная психология.

В соответствии с учебным планом аспирантской программы «Возрастная психология» изучается на 2 курсе в 3 семестре аспирантуры. Дисциплина направлена на подготовку к сдаче кандидатского экзамена.

Формой промежуточной аттестации в соответствии с учебным планом является зачёт на 2-м курсе, в 3-м семестре.

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://sziu-de.ranepa.ru/>. Пароль и логин к личному кабинету / профилю предоставляется обучающемуся 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.

#### 4. Объем дисциплины

Общая трудоемкость дисциплины составляет 1 зачетную единицу, 36 академических часов/ 27 астрономических часов.

Таблица 2

| Вид учебных занятий и самостоятельная работа                 |  | Объем дисциплины (модуля), час. |       |       |   |
|--------------------------------------------------------------|--|---------------------------------|-------|-------|---|
|                                                              |  | Всего                           | курс  |       |   |
|                                                              |  |                                 | 1     | 2     | 3 |
| Очная форма обучения                                         |  |                                 |       |       |   |
| Контактная работа обучающихся с преподавателем, в том числе: |  | 24                              |       | 24    |   |
| лекционного типа (Л)                                         |  | 12                              |       | 12    |   |
| лабораторные работы (практикумы) (ЛР)                        |  |                                 |       |       |   |
| практического (семинарского) типа (ПЗ)                       |  | 12                              |       | 12    |   |
| контролируемая самостоятельная работа обучающихся (КСР)      |  |                                 |       |       |   |
| Самостоятельная работа обучающихся (СР)                      |  | 12                              |       | 12    |   |
| Промежуточная аттестация                                     |  | форма                           | зачёт | зачёт |   |
|                                                              |  | час.                            | 36    | 36    |   |
| Общая трудоемкость (час/ з.е.)                               |  | 36 ак. час / 1 з.е.             |       |       |   |

## 5. Содержание и структура дисциплины

Таблица 3

| № п/п                  | Наименование тем<br>(разделов)                                                                   | Всего | Объем дисциплины, час.                                                              |    |    |     |    | Форма<br>текущего<br>контроля<br>успеваемости*,<br>промежуточно<br>й аттестации |
|------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|-------------------------------------------------------------------------------------|----|----|-----|----|---------------------------------------------------------------------------------|
|                        |                                                                                                  |       | Контактная работа<br>обучающихся с<br>преподавателем<br>по видам учебных<br>занятий |    |    |     | СР |                                                                                 |
|                        |                                                                                                  |       | Л                                                                                   | ЛР | ПЗ | КСР |    |                                                                                 |
| Очная форма обучения   |                                                                                                  |       |                                                                                     |    |    |     |    |                                                                                 |
| Тема 1                 | Общенаучные принципы<br>изучения адаптации                                                       | 10    | 3                                                                                   |    | 3  |     | 4  | Т, Дис                                                                          |
| Тема 2                 | Структура и содержание<br>процесса адаптации                                                     | 8     | 3                                                                                   |    | 3  |     | 2  | Т, Дис                                                                          |
| Тема 3                 | Факторы адаптации<br>личности                                                                    | 10    | 3                                                                                   |    | 3  |     | 4  | Т, Дис                                                                          |
| Тема 4                 | Личностный<br>адаптационный синдром и<br>адаптационные свойства<br>личности,<br>копинг-стратегии | 8     | 3                                                                                   |    | 3  |     | 2  | Т, ПЗ, К, УО                                                                    |
| Промежуточный контроль |                                                                                                  |       |                                                                                     |    |    |     |    | Зачет                                                                           |
| Всего:                 |                                                                                                  | 36    | 12                                                                                  |    | 12 |     | 12 |                                                                                 |

Примечание: \*УО – устный опрос, Т – тест, ПЗ – практическое задание, К – кейс, Дис – дискуссия.

### Содержание дисциплины

#### Тема 1. Общенаучные принципы изучения адаптации

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

Классификация адаптации. Адаптация и социализация. Реадаптация. Уровни адаптации. Этапы адаптации. Адаптивная ситуация. Адаптивные барьеры. Адаптированность и дезадаптированность как результат процесса социализации. Основные критерии и показатели адаптированности. Специфика адаптации на разных этапах онтогенеза. Адаптация и нормативные жизненные кризисы.

#### Тема 3. Факторы адаптации личности

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, копинг-стратегии.**

Понятие личностного адаптационного синдрома. Компоненты личностного адаптационного синдрома. Многообразие адаптационных личностных проявлений: адаптационные реакции, состояния, поведение и стратегии поведения. Дезадаптация. Профессиональная деструкция. Механизмы психологической защиты. Копинг-стратегии. Адаптация и креативность. Коррекция и психопрофилактика дезадаптивных состояний.

### **6. Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы обучающихся по дисциплине**

#### **Типовые оценочные материалы**

Преподаватель оценивает *уровень подготовленности обучающихся к занятию* по следующим показателям:

- устные ответы на вопросы преподавателя по теме занятия;
- участие в дискуссии;
- выполнение практических заданий.

#### ***Критерии оценивания устного опроса:***

- содержание и формулировки ответов на вопросы;
- обоснованность и аргументированность, корректность ответов;
- полнота и адекватность ответов;
- знание основной и дополнительной литературы;
- использование практических примеров (при необходимости).

#### ***Критерии оценивания участия в дискуссии:***

- наличие собственной обоснованной, аргументированной позиции;
- грамотность и логичность изложения собственной точки зрения;
- опора на знания, полученные в ходе освоения дисциплины;
- умение связать теоретические знания и практику преподавательской деятельности;
- способность слышать других участников дискуссии, конструктивно относиться к высказанному ранее другими.

#### ***Критерии оценивания выполнения практических заданий:***

- соблюдение требований к выполнению практических заданий;
- логичность, последовательность, полнота содержания практического задания;
- степень самостоятельности, оригинальности выводов;
- умение работать с разнообразными источниками;
- умение грамотно, аргументированно обосновать и объяснить свои идеи и выводы;
- оформление результатов практического задания;



– качество презентации результатов выполнения практического задания, умение использовать инфографику для повышения аргументированности.

***Критерии оценивания участия в обсуждении кейсов (беседы в форме смоделированных ситуаций):***

- наличие собственной обоснованной, аргументированной позиции по решению кейса;
- грамотность и логичность изложения собственной точки зрения;
- опора на знания, полученные в ходе освоения дисциплины;
- умение связать теоретические знания и практику преподавательской деятельности;
- навыки участия в обсуждении, способность слышать других участников обсуждения, конструктивно относиться к высказанному ранее другими.

**Типовые задания для тестирования**

*Составьте список ответов на вопросы теста, выполняя задания, сформулированные в каждом вопросе теста.*

**Тема 1. Общенаучные принципы изучения адаптации**

1. Гомеостатический подход к исследованию проблем адаптации утверждает, что:
  - А) Адаптация связана с культурой
  - Б) Адаптация – результат эволюции
  - В) Все реакции организма имеют целью вернуть организм в состояние равновесия
  - Г) Адаптация есть процесс, направленный на максимизацию удовольствия и минимизацию страдания.
2. Способствует переходу стресса в дистресс:
  - а. положительный эмоциональный фон;
  - б. наличие достаточных ресурсов для преодоления стресса;
  - в. опыт решения подобных проблем в прошлом;
  - г. негативный прогноз на будущее.
3. Основатель аутогенной тренировки:
  - а. И. Шульц;
  - б. У. Джеймс;
  - в. А. Ромен;
  - г. Э. Джекобсон.
4. На совершенствовании поведенческих навыков основан метод:
  - а. аутогенной тренировки;
  - б. медитации;
  - в. визуализации;
  - г. активное слушание.
5. Биологическая обратная связь относится к:
  - а. к методам самопомощи;

- б. к методам, требующим участия другого человека;
- в. к техническим методам;
- г. все ответы верны.

### **Вопросы для дискуссии**

*Проанализируйте высказывания, оцените их, выскажите свое мнение и оспорьте точку зрения оппонента.*

1. Понятие об адаптации применительно к окружающей среде
2. Сравнение понятий: адаптация и аккомодация.
3. Понятие о нервно психической адаптации

### **Типовые задания для тестирования**

*Составьте список ответов на вопросы теста, выполняя задания, сформулированные в каждом вопросе теста.*

#### **Тема 2. Структура и содержание процесса адаптации**

1. Стресс начинается со стадии:
  - А. адаптации
  - Б. тревоги
  - В. резистентности
  - Г. истощения
2. Застойный очаг возбуждения в коре больших полушарий мозга является причиной ПТСР в рамках:
  - а. физиологической концепции;
  - б. биохимической концепции;
  - в. психоаналитической концепции;
  - г. когнитивной концепции;
  - д. информационной концепции.
3. Психологический стресс это, в том числе:
  - а) участие гормонов надпочечников;
  - б) преимущественное влияние на социальный статус человека;
  - в) наличие реальной угрозы жизни и здоровью;
  - г) все варианты
4. Автором концепции преодоления стресса является:
  - а) Лазарус
  - б) Вейтц
  - в) Селье
  - г) Павлов
5. Какой характер стресса более вреден для организма человека?
  - а. Слабый и короткий
  - б. Слабый и длительный.
  - в. Сильный и короткий
  - г. Все

### **Вопросы для дискуссии**

*Проанализируйте высказывания, оцените их, выскажите свое мнение и оспорьте точку зрения оппонента.*

1. Принудительная адаптация
2. Ресурсная адаптация
3. Фоновая адаптация
4. Информационная неопределенность как ситуация адаптации

### **Типовые задания для тестирования**

*Составьте список ответов на вопросы теста, выполняя задания, сформулированные в каждом вопросе теста.*

#### **Тема 3. Факторы адаптации личности**

1. Наиболее важную роль в формировании ответных реакций организма во время стресса играют железы:
  - а. щитовидная железа;
  - б. поджелудочная железа;
  - в. мозговое вещество надпочечники;
  - г. корковое вещество надпочечники.
2. Люди типа «А» (обладающие низким уровнем саморегуляции) – это:
  - а. вспыльчивые, энергичные и честлюбивые;
  - б. аккуратные и добродушные;
  - в. спокойные и рассудительные;
  - г. быстро принимающие решения и не стремящиеся к карьерному росту.
3. На уровень сензитивности человека напрямую не влияет:
  - а. чувствительность рецепторов;
  - б. тип высшей нервной деятельности;
  - в. легкость образования условно-рефлекторных связей в коре мозга;
  - г. особенность процессов мышления;
4. Психосоматические болезни возникают в результате ослабления защитных сил организма и срыва работы органов по принципу «слабого звена» после:
  - а. стресса;
  - б. внутреннего конфликта;
  - в. депрессии;
  - г. все ответы верны.
5. К адаптивным копинг-стратегиям не относятся:
  - А) альтруизм
  - Б) смирение
  - В) оптимизм
  - Г) проблемный анализ

### **Вопросы для дискуссии**

*Проанализируйте высказывания, оцените их, выскажите свое мнение и оспорьте точку зрения оппонента.*

1. Возрастные особенности адаптации

2. Факторы, негативно/позитивно влияющие на процесс адаптации студентов-первокурсников
3. Гендерные особенности адаптации.

### **Типовые задания для тестирования**

*Составьте список ответов на вопросы теста, выполняя задания, сформулированные в каждом вопросе теста.*

#### **Тема 4. Личностный адаптационный синдром и адаптационные свойства личности, копинг-стратегии**

1. К стратегиям реагирования в конфликте (по Томасу) не относится:
  - А) компромисс
  - Б) рационализация
  - В) избегание
  - Г) приспособление
2. На какой стадии развития стресса наиболее вероятен переход стресса в болезнь?
  - а. Тревоги
  - б. Адаптации
  - в. Истощения
  - г. На любой
3. Какая фаза развития стресса подразделяется на 3 периода?
  - а. Стадия адаптации
  - б. Стадия тревоги
  - в. Стадия истощения
  - г. Стадия расслабления
4. Показатель 57 баллов по методике Ч. Спилбергера относятся к уровню ситуативной тревожности:
  - а. к низкому;
  - б. к среднему;
  - в. к высокому;
  - г. к сверхвысокому.
5. Тормозное состояние в коре головного мозга, биологически необходимое для предотвращения истощения организма – это начальные признаки:
  - а) Утомления
  - б) Истощения
  - в) Адаптации
  - г) Запредельного торможения

### **Примерные практические задания**

При прохождении темы 4 предполагаются наличие элементов практического занятия:

***Составление личностного адаптационного профиля по следующим тестовым методикам:***

1. 16PF Кеттелла.

2. Опросник Келлермана-Плутчика.
3. Шкала тревоги Тейлор.
4. Опросник самоотношения Столина.
5. Опросник Басса-Дарки.
6. Многоуровневый личностный опросник “Адаптивность” (МЛО-АМ) А.Г. Маклакова и С.В. Чермянина
7. Методика диагностики социально-психологической адаптации К. Роджерса и Р. Даймонда
8. Тест нервно-психической адаптации И.Н. Гурвича
9. Хейма Э. (E. Heim) методика диагностики копинг-механизмов
10. Методика «Индикатор копинг-стратегий» Д. Амирхана

### **Темы для беседы в форме смоделированных ситуаций**

*Проанализируйте информацию, определите, установите и укажите свое отношение к затронутой теме, сформулируйте ответы на вопросы.*

1. Самоанализ. Социальное самоощущение. Теоретическое содержание и поведенческие критерии.
2. Общение. Отправление межличностных сообщений. Теоретическое содержание и поведенческие критерии.
3. Восприятие сообщений. Умение слушать. Теоретическое содержание и поведенческие критерии.
4. Обратная связь. Теоретическое содержание и поведенческие критерии.
5. Убеждение. Теоретическое содержание и поведенческие критерии.
6. Ведение переговоров. Теоретическое содержание и поведенческие критерии.
7. Разрешение конфликтов. Теоретическое содержание и поведенческие критерии.

### **Дополнительные контрольные вопросы**

- 1 Назовите типы адаптационного процесса.
- 2 Приведите примеры проявления дезадаптации.
- 3 В чем состоит упреждающая адаптация студентов?
- 4 В чем состоит профилактика адаптации студентов?
- 5 В чем состоит коррекция адаптации студентов?
- 6 Соотнесите понятия упреждающей адаптации, ее профилактики и коррекции.
- 7 Что собой представляют аверсия и сабурация?
- 8 Какова последовательность этапов профилактики адаптации

### **Ответы к проверочным вопросам**

| Тема 1 |   | Тема 2 |   | Тема 3 |   | Тема 4 |   |
|--------|---|--------|---|--------|---|--------|---|
| 1      | а | 1      | а | 1      | г | 1      | б |
| 2      | г | 2      | а | 2      | а | 2      | в |

|          |   |          |   |          |   |          |   |
|----------|---|----------|---|----------|---|----------|---|
| <b>3</b> | а | <b>3</b> | г | <b>3</b> | г | <b>3</b> | б |
| <b>4</b> | а | <b>4</b> | в | <b>4</b> | г | <b>4</b> | в |
| <b>5</b> | а | <b>5</b> | б | <b>5</b> | б | <b>5</b> | г |

## **7. Методические указания по освоению дисциплины**

### **Указания по проведению устного опроса**

Этот вид работы предусмотрен на семинарских занятиях и включает в себя ответы на вопросы и ответы при проверке заданий. Обучающиеся распределяют в группе вопросы из списка вопросов для обсуждения в плане каждого семинарского. Ответ на вопрос должен быть кратким, по существу и, как правило, не превышающим 5 минут монологической речи. Готовиться к устному опросу по планам семинаров следует по списку основной и дополнительной литературы. На семинарских занятиях также предусмотрены дополнительные задания, собеседование по дополнительным вопросам и дополнительным заданиям на семинарских занятиях рассматривается как устный опрос.

### **Порядок проведения промежуточной аттестации по дисциплине**

Форма аттестации – зачет, оценивается по шкале «не зачтено»/«зачтено». Оценка выставляется преподавателем на основе качества подготовки к семинарским занятиям и уровня сформированности компетенций, по результатам подготовки и представления портфолио с последующей его защитой.

Портфолио наполняется в течение семестра: результаты самостоятельной работы аспиранта предоставляются преподавателю регулярно в течение семестра и оцениваются в зависимости от качества выполненной работы и ее объема как «зачтено» и «не зачтено». В конце семестра портфолио представляется в полном виде, включая глоссарий и реферат. Материалы защищаются в ходе собеседования с преподавателем.

Зачёт проводится с применением следующих методов (средств): зачет, реферат с последующим собеседованием по реферату.

## **Методические указания для преподавателей**

**Обучающийся допускается к зачету по дисциплине в случае выполнения им всех заданий и мероприятий, предусмотренных программой дисциплины.**

Зачеты организуются в период сессии в соответствии с текущим графиком учебного процесса, утвержденным в соответствии с установленным в СЗИУ порядком. Продолжительность зачета для каждого обучающегося не может превышать четырех академических часов. Зачет не может начинаться ранее 9.00 часов и заканчиваться позднее 21.00 часа. Зачет проводится в аудитории, в которую запускаются одновременно не более 5 человек. Время на подготовку ответов по билету каждому обучающемуся отводится 30-40 минут. При явке на зачет обучающийся должен иметь при себе зачетную

книжку. Во время зачета обучающиеся по решению преподавателя могут пользоваться учебной программой дисциплины и справочной литературой.

## **8. Фонд оценочных средств промежуточной аттестации по дисциплине**

### **Темы рефератов**

*Проанализируйте, оцените, сравните и укажите свое отношение к затронутой теме.*

- 1 Мероприятия по упреждающей адаптации студентов в вузе.
- 2 Мероприятия по профилактике дезадаптации студентов в вузе.
- 3 Мероприятия по коррекции профессиональной дезадаптации.
- 4 Система психолого-педагогических мероприятий по профессиональной адаптации.
- 5 Современные исследования по адаптации студентов (последние 1–2 года).
- 6 Предупреждение профессиональных деструкций.

### **Примерный перечень вопросов для подготовки к зачету**

*Изложите теоретические основы по данной теме и обоснуйте (аргументируйте и продемонстрируйте) свое отношение к данной теме (на конкретном примере).*

1. Понятия «адаптация» и «адаптивные способности»
2. Виды и уровни адаптации
3. Определения «реабилитация», «социальная интеграция», «абилитация», «компенсация» в контексте адаптационных процессов.
4. Адаптивность как системное качество организма.
5. Адаптированность и дезадаптированность как результат адаптации
6. Теория стресса. Стресс и адаптация
7. Понятие копинг-стратегий и совладающего поведения.
8. Возрастные особенности адаптации.
9. Адаптация и жизненные кризисы.
10. Предмет, цель, приоритетные задачи адаптивной культуры.
11. Критерии выделения компонентов (видов) адаптивности.
12. Методы и формы организации с дезадаптивными обучающимися
13. Методы коррекции адаптации личности.
14. Развитие адаптивных способностей.
15. Нервно-психическая адаптация.
16. Социальная адаптация.
17. Учебная адаптация.
18. Факторы, определяющие стратегию адаптации
19. Теоретическая концепция «искусственной управляющей развитием личности среды».
20. Употребление психоактивных веществ (кофе, табака, алкоголя) как иллюстрация ложной или временной адаптации.

## **Шкала оценивания**

Оценка результатов производится на основе Положения о текущем контроле успеваемости обучающихся и промежуточной аттестации обучающихся по образовательным программам среднего профессионального и высшего образования в федеральном государственном бюджетном образовательном учреждении высшего образования «Российская академия народного хозяйства и государственной службы при Президенте Российской Федерации», утвержденного Приказом Ректора РАНХиГС при Президенте РФ от 30.01.2018 г. № 02-66 (п.10 раздела 3 (первый абзац) и п.11), а также Решения Ученого совета Северо-западного института управления РАНХиГС при Президенте РФ от 19.06.2018, протокол № 11.

**Проведение зачета** как основной формы проверки знаний обучающихся предполагает соблюдение ряда условий, обеспечивающих педагогическую эффективность оценочной процедуры. Важнейшие среди них:

- степень охвата разделов учебной программы и понимание взаимосвязей между ними;
- глубина понимания существа обсуждаемых конкретных проблем, а также актуальности и практической значимости изучаемой дисциплины;
- логически корректное, непротиворечивое, последовательное и аргументированное построение ответа на зачете;
- уровень самостоятельного мышления.

**На «зачтено»** оцениваются ответ, в котором системно, логично и последовательно изложен материал на все поставленные вопросы. Кроме того, обучающийся должен показать способность делать самостоятельные выводы, комментировать излагаемый материал. При этом допускаются некоторые затруднения с ответами, например, затруднения с примерами из практики, затруднения с ответами на дополнительные вопросы.

**«Не зачтено»** ставится в случае, когда обучающийся не знает значительной части учебного материала, допускает существенные ошибки; знания носят бессистемный характер; на большинство дополнительных вопросов даны ошибочные ответы; ответ дается не по вопросу.

## **9. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины**

### **9.1. Основная литература**

1. Дружинин В.Н. Психология общих способностей [Электронный ресурс], 2019. – 349 с.
2. Маклаков, А.Г. Общая психология: учеб. пособие для студентов вузов и слушателей курсов психолог. дисциплин. - СПб. [и др.]: Питер, 2018. - 584 с.
3. Петровский А. В., Ярошевский М.Г. Психология: [учебник]. - 4-е изд., стер. - М. : Академия, 2013. - 501 с.



4. Розум С.И. Психология социализации и социальной адаптации человека СПб. [и др.]: Питер, 2006. - 364 с

5. Ромм М.В. Философия и психология адаптивных процессов: Учеб. пособие для студ. Высш. Учеб. заведений – М.: Издательство Московского психолого-социального института, 2016. – 296 с.

### **9.2. Дополнительная литература**

1. Аронсон Э. Уилсон Т., Социальная психология : Психологические законы поведения человека в; [пер. с англ. : В. Волохонский [и др.]. - 5-е изд. - СПб. : прайм-ЕВРОЗНАК ; М. : ОЛМА-ПРЕСС, 2014. - 558 с.

6. Казанская В. Подросток: социальная адаптация. Книга для психологов, педагогов и родителей / В. Казанская. - Санкт-Петербург : Питер, 2011. - 288 с.

7. Коробейников И.А. Нарушения развития и социальная адаптация [Электронный ресурс], 2019. – 191 с.

2. Мазилкина Е. И., Паничкина Г. Г.. Адаптация в коллективе, или Как грамотно себя зарекомендовать. - М. : Альфа-Пресс, 2019. - 242 с.

3. Маслоу А. Г. Мотивация и личность. - 3-е изд. - СПб.[и др.] : Питер, 2014. - 351 с.

4. Хайтун С. Д. Социум против человека : Законы социальной эволюции. - М. : КомКнига, 2016. – 333 с.

5. Хьелл Л. А., Зиглер Л. Теории личности: Основные положения, исследования и применение : [пер. с англ.] : учеб. пособие. - 3-е изд. - СПб.[и др.] : Питер, 2016. - 608 с.

### **9.3 Нормативно-правовые документы**

Этический кодекс психолога Российского психологического общества составленный в соответствии с Конституцией Российской Федерации, Федеральным законом Российской Федерации № 152-ФЗ от 27 июля 2006 года «О персональных данных», Уставом Российского психологического общества, Всеобщей декларацией прав человека, Хельсинкской декларацией Всемирной медицинской ассоциации «Этические принципы проведения медицинских исследований с участием людей в качестве субъектов исследования», международной Универсальной декларацией этических принципов для психологов, Этическим метакодексом Европейской федерации психологических ассоциаций.

<http://pno.pf/rpo/documentation/ethics.php>

### **9.4. Интернет-ресурсы, справочные системы**

Для самостоятельного изучения учебной дисциплины рекомендуется пользоваться сайтом Научной библиотеки СЗИУ <https://sziu-lib.ranepa.ru/>

СЗИУ располагает доступом через сайт научной библиотеки 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 «IPRbooks» – более 10 000 учебников, учебных пособий, монографий и научных изданий по всем отраслям знаний. <https://iprbooks.ru>.
4. Электронная библиотечная система «Юрайт» – полные тексты учебников по праву, экономике, общественным наукам, иностранным языкам. <https://urait.ru>.
5. Электронная библиотечная система «Znanium» – полные тексты учебников по юриспруденции, экономике, естественным и общественным наукам. Ядро фонда – литература холдинга ИНФРА-М. <https://znanium.com>.
6. Электронная библиотечная система «Book.ru» – полные тексты учебников по юриспруденции, психологии, педагогике, экономике, информационным технологиям, естественным и общественным наукам. <https://www.book.ru>.

- Статьи из периодических изданий по общественным и гуманитарным наукам «Ист-Вью».
- РИНЦ – Российский индекс научного цитирования. Крупнейшая база данных российской периодики с наукометрическими инструментами и базой для анализа научной деятельности.

#### **Англоязычные ресурсы:**

- *EBSCO Publishing* – мультидисциплинарные полнотекстовые базы данных различных мировых издательств по бизнесу, экономике, финансам, бухгалтерскому учету, гуманитарным и естественным областям знаний, рефератам и полным текстам публикаций из научных и научно-популярных журналов.
- *Emerald* – крупнейшее мировое издательство, специализирующееся на электронных журналах и базах данных по экономике и менеджменту. Имеет статус основного источника профессиональной информации для преподавателей, исследователей и специалистов в области менеджмента.
- *ProQuest Dissertation & Theses* – База данных мировых диссертаций и научных докладов в полнотекстовом виде.
- *ProQuest eBookCentral* – мультидисциплинарная база данных книг различных издательств.
- *Oxford University Press* – коллекция журналов по политике, политологии, международным отношениям.
- *Cambridge University Press* – коллекция журналов по социологии, политическим вопросам, международным отношениям.

- *Sage Publications* – база рецензируемых полнотекстовых электронных журналов академического издательства Sage Publications, одного из ведущих академических независимых профессиональных издательств. Насчитывает более 820 экземпляров и свыше 600.000 статей, начиная с 1999 года и по настоящее время. Материалы представлены преимущественно на английском языке.

- *Springer Link* – полнотекстовые политематические базы академических журналов. Представлено более 3000 журналов издательства Springer 1997-2018 гг.

- *Wiley* – 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.

- *Web of Science* – мультидисциплинарная реферативно-библиографическая база научных журналов с инструментами научного анализа

и подсчетом наукометрических показателей. Международный индекс цитирования.

- *Scopus* – реферативная мультидисциплинарная база данных, международный индекс цитирования.

- *Academic Video online* – коллекция академического видеоконтента.

Возможно использование, кроме вышеперечисленных ресурсов, и других электронных ресурсов сети Интернет.

## 10. Материально-техническое и программное обеспечение дисциплины

Часть практических занятий проводится в компьютерном классе. Учебная дисциплина включает использование программного обеспечения Microsoft Power Point для подготовки графических иллюстраций. Для формирования лексической базы используются электронные словари Multitran, Lingvo.

Методы обучения с использованием информационных технологий (компьютерное тестирование, демонстрация мультимедийных материалов).

Интернет-сервисы и электронные ресурсы (поисковые системы, электронная почта, профессиональные тематические чаты и форумы, системы аудио и видео конференций, онлайн энциклопедии, справочники, библиотеки, электронные учебные и учебно-методические материалы).

### *Компьютерные и информационно-коммуникативные средства обучения.*

Таблица 4

| №<br>п/п | Наименование                                  |
|----------|-----------------------------------------------|
| 1.       | Специализированные залы для проведения лекций |

|    |                                                                                                                                                           |
|----|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2. | Специализированная мебель и оргсредства: аудитории и компьютерные классы, оборудованные посадочными местами                                               |
| 3. | Технические средства обучения: персональные компьютеры; компьютерные проекторы; программные средства, обеспечивающие просмотр файлов в формате PowerPoint |