

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

Психолого-педагогический
факультет

Клименко Татьяна
Константиновна

« ____ » _____ 20 ____
г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Б1.В.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. № ____

Профиль – Общая психология (для набора 2024)
Форма обучения: Очно-заочная

1. Организационно-методический раздел

1.1 Цели и задачи дисциплины (модуля)

Цель изучения дисциплины:

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

Задачи изучения дисциплины:

- сформировать у магистрантов 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

Дисциплина «Психологическая адаптация» входит в состав модуля «дисциплины по выбору». Дисциплина изучается на 1 курсе во 2 семестре.

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

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

Виды занятий	Семестр 2	Всего часов
Общая трудоемкость		72
Аудиторные занятия, в т.ч.	28	28
Лекционные (ЛК)	0	0
Практические (семинарские) (ПЗ, СЗ)	28	28
Лабораторные (ЛР)	0	0
Самостоятельная работа студентов (СРС)	44	44
Форма промежуточной аттестации в семестре	Зачет	0
Курсовая работа (курсовой проект) (КР, КП)		

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

Планируемые результаты освоения образовательной программы		Планируемые результаты обучения по дисциплине
Код и наименование компетенции	Индикаторы достижения компетенции, формируемые в рамках дисциплины	Дескрипторы: знания, умения, навыки и (или) опыт деятельности
УК-6	УК-6.1. Планирует свое профессиональное развитие с учетом особенностей как профессиональной, так и других видов деятельности и требований рынка труда.	<p>Знать: как планировать свое профессиональное развитие с учетом особенностей как профессиональной, так и других видов деятельности и требований рынка труда;</p> <p>Уметь: планировать свое профессиональное развитие с учетом особенностей как профессиональной, так и других видов деятельности и требований рынка труда;</p> <p>Владеть: навыками планирования своего профессионального развития с учетом особенностей как профессиональной, так и других видов деятельности и требований рынка труда.</p>
УК-6	УК-6.2. Расставляет приоритеты профессиональной деятельности и способы ее совершенствования на основе самооценки; находит и творчески использует имеющийся опыт в соответствии с задачами саморазвития.	<p>Знать: общие приоритеты профессиональной деятельности и способы ее совершенствования на основе самооценки; находит и творчески использует имеющийся опыт в соответствии с задачами саморазвития;</p> <p>Уметь: расставлять приоритеты профессиональной деятельности и способы ее совершенствования на основе самооценки; находит и творчески использует имеющийся опыт в соответствии с задачами саморазвития;</p> <p>Владеть: навыками расстановки</p>

		<p>приоритетов профессиональной деятельности и способов ее совершенствования на основе самооценки; нахождения и творческого использования имеющегося опыта в соответствии с задачами саморазвития.</p>
УК-6	<p>УК-6.3. Выявляет стимулы для саморазвития; определяет реалистические цели профессионального роста.</p>	<p>Знать: принципы выявления стимулов для саморазвития; определения реалистических целей профессионального роста;</p> <p>Уметь: выявлять стимулы для саморазвития; определяет реалистические цели профессионального роста;</p> <p>Владеть: навыками выявления стимулов стимулы для саморазвития; определяет реалистические цели профессионального роста.</p>
ПК-2	<p>ПК-2.1. Разрабатывает программу исследования параметров жизненной, в том числе образовательной среды, ее безопасности и комфортности.</p>	<p>Знать: основы разработки программ исследования параметров жизненной, в том числе образовательной среды, ее безопасности и комфортности;</p> <p>Уметь: разрабатывать программу исследования параметров жизненной, в том числе образовательной среды, ее безопасности и комфортности;</p> <p>Владеть: навыками разработки программ исследования параметров жизненной, в том числе образовательной среды, ее безопасности и комфортности.</p>
ПК-2	<p>ПК-2.2. Проводит эмпирическое исследование параметров жизненной, в том числе образовательной среды, ее безопасности и комфортности, обработку, анализ и интерпретацию данных.</p>	<p>Знать: принципы проведения эмпирического исследования параметров жизненной, в том числе образовательной среды, ее безопасности и комфортности, обработки, анализа и интерпретации данных;</p>

		<p>Уметь: проводить эмпирическое исследование параметров жизненной, в том числе образовательной среды, ее безопасности и комфортности, обработку, анализ и интерпретацию данных;</p> <p>Владеть: навыками проведения эмпирического исследования параметров жизненной, в том числе образовательной среды, ее безопасности и комфортности, обработки, анализа и интерпретации данных.</p>
ПК-2	ПК-2.3. Представляет результаты исследования	<p>Знать: принципы представления результатов исследования;</p> <p>Уметь: представлять результаты исследования;</p> <p>Владеть: навыками представления результатов исследования.</p>
ПК-3	ПК-3.1. Знает основы группового и индивидуального психологического консультирования, требованиями к организации и проведению консультативного процесса.	<p>Знать: основы группового и индивидуального психологического консультирования, требованиями к организации и проведению консультативного процесса;</p> <p>Уметь: проводить групповое и индивидуальное психологическое консультирование, требованиями к организации и проведению консультативного процесса;</p> <p>Владеть: навыками группового и индивидуального психологического консультирования, требованиями к организации и проведению консультативного процесса.</p>
ПК-3	ПК-3.2. Осуществляет консультирование разных социальных, возрастных категорий клиентов в зависимости от области и сферы профессиональной	Знать: основы консультирования разных социальных, возрастных категорий клиентов в зависимости от области и сферы профессиональной деятельности и

	деятельности и в зависимости от потребностей клиента.	<p>в зависимости от потребностей клиента;</p> <p>Уметь: осуществлять консультирование разных социальных, возрастных категорий клиентов в зависимости от области и сферы профессиональной деятельности и в зависимости от потребностей клиента;</p> <p>Владеть: навыками консультирования разных социальных, возрастных категорий клиентов в зависимости от области и сферы профессиональной деятельности и в зависимости от потребностей клиента.</p>
ПК-3	ПК-3.3. Пользуется современными технологиями психологического консультирования и воздействия на клиента.	<p>Знать: принципы технологий психологического консультирования и воздействия на клиента;</p> <p>Уметь: пользоваться современными технологиями психологического консультирования и воздействия на клиента;</p> <p>Владеть: навыками современных технологий психологического консультирования и воздействия на клиента.</p>

3. Содержание дисциплины

3.1. Разделы дисциплины и виды занятий

3.1 Структура дисциплины для очно-заочной формы обучения

Модуль	Номер раздела	Наименование раздела	Темы раздела	Всего часов	Аудиторные занятия			С Р С
					Л К	П З (С З)	Л Р	

1	1.1	Проблемное поле и категориальный строй психологической адаптации человека	Научные контексты изучения адаптации человека Биологическая адаптация человека Подходы к анализу адаптации человека в психологии Методологические основания изучения проблемы психологической адаптации человека	26	0	10	0	16
2	2.1	Новая трактовка психологической адаптации	Уточненное понятие психологической адаптации Модель психологической адаптации Концепция психологической адаптации человека в регионе экологического неблагополучия	24	0	8	0	16
3	3.1	Эмпирическое изучение особенностей психологической адаптации человека в регионе экологического неблагополучия	Программа изучения Изучение психологического статуса человека в регионе экологического неблагополучия Изучение психологической адаптации человека с помощью специальных методик	22	0	10	0	12
Итого				72	0	28	0	44

3.2. Содержание разделов дисциплины

3.2.1. Лекционные занятия, содержание и объем в часах

Модуль	Номер раздела	Тема	Содержание	Трудоемкость (в часах)

3.2.2. Практические занятия, содержание и объем в часах

Модуль	Номер	Тема	Содержание	Трудоемкость

	раздела			(в часах)
1	1.1	Проблемное поле и категориальный строй психологической адаптации человека	Подходы к анализу адаптации человека в психологии	10
2	2.1	Новая трактовка психологической адаптации	Модель психологической адаптации Концепция психологической адаптации человека в регионе экологического неблагополучия.	8
3	3.1	Эмпирическое изучение особенностей психологической адаптации человека в регионе экологического неблагополучия	Программа эмпирического изучения психологической адаптации человека Изучение психологического статуса человека в регионе экологического неблагополучия Изучение психологической адаптации человека с помощью специальных методик	10

3.2.3. Лабораторные занятия, содержание и объем в часах

Модуль	Номер раздела	Тема	Содержание	Трудоемкость (в часах)

3.3. Содержание материалов, выносимых на самостоятельное изучение

Модуль	Номер раздела	Содержание материалов, выносимого на самостоятельное изучение	Виды самостоятельной деятельности	Трудоемкость (в часах)
1	1.1	Проблемное поле и категориальный строй психологической адаптации человека Научные контексты изучения адаптации человека Биологическая адаптация человека Подходы к анализу адаптации человека в	Составление терминологической картотеки (понятийного словаря) Подготовка докладов по теме Реферирование и аннотирование литературных первоисточников по теме Составление структурно-	16

		психологии Методологические основания изучения проблемы психологической адаптации человека	логических схем по методологическим основаниям изучения проблемы в контексте разных направлений и школ	
2	2.1	Новая трактовка психологической адаптации Уточненное понятие психологической адаптации Модель психологической адаптации Концепция психологической адаптации человека в регионе экологического неблагополучия	Сопоставление понятий по теме по теме Изучение литературы и составление библиографии по вопросу моделирования в психологии Выполнение творческого задания: подготовка круглого стола по проблеме	16
3	3.1	Эмпирическое изучение особенностей психологической адаптации человека в регионе экологического неблагополучия Программа эмпирического изучения психологической адаптации человека Изучение психологического статуса человека в регионе экологического неблагополучия Изучение психологической адаптации человека с помощью специальных методик	Составление библиографии по темам «Психологический статус человека», «Регион экологического неблагополучия» Подготовка фрагмента занятия по теме.	12

4. Фонд оценочных средств для проведения текущей и промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине

Фонд оценочных средств текущего контроля и промежуточной аттестации по итогам освоения дисциплины представлен в приложении.

[Фонд оценочных средств](#)

5. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

5.1. Основная литература

5.1.1. Печатные издания

1. Налчаджян, А.А. Психологическая адаптация: механизмы и стратегии. - 2-е изд., перераб. и доп. - Москва : Эксмо, 2010. - 368 с.
2. Суханов, Алексей Анатольевич. Психологическая адаптация человека в регионе экологического неблагополучия [Текст] : моногр. - Чита : ЗабГУ, 2016. - 341 с.
3. Антипов, В.В. Психологическая адаптация к экстремальным ситуациям / Антипов В.В. - Москва : Владос, 2004. - 174 с.
4. Маклаков, А.Г. Общая психология [Текст] : учеб. пособие для студентов вузов / Маклаков А.Г. - Москва ; Санкт-Петербург : Питер, 2018. - 583 с.
5. Алмазов, Борис Николаевич. Психическая средовая дезадаптация несовершеннолетних : Монография / Алмазов Б. Н. - 2-е изд. - Москва : Юрайт, 2022. - 180 с.

5.1.2. Издания из ЭБС

- 1.

5.2. Дополнительная литература

5.2.1. Печатные издания

1. Фрейд, А. Психология Я и защитные механизмы. Детский психоанализ [Текст] = The ego and the mechanisms of defence / Фрейд А. - Санкт-Петербург [и др.] : Питер, 2018. - 160 с.
2. Коробейников, И.А. Нарушения развития и социальная адаптация : монография / Коробейников И.А. - Москва : ПЕР СЭ, 2002. - 192 с.
3. Психологическая адаптация человека в осложнённых условиях жизненной среды : моногр. / под науч. ред. Н.М. Сараевой . - Чита : ЗабГУ, 2014. - 339 с.
4. 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.). - Москва : ЛЕНАНД, 2013. - 552 с.
5. Психологическая адаптация человека в осложнённых условиях жизненной среды : моногр. / под науч. ред. Н.М. Сараевой . - Чита : ЗабГУ, 2014. - 339 с.

5.2.2. Издания из ЭБС

- 1.

5.3. Базы данных, информационно-справочные и поисковые системы

Название	Ссылка
ЭБС «Юрайт»	https://urait.ru
ЭБС «Лань»	https://e.lanbook.com
ЭБС «Консультант студента»	https://www.studentlibrary.ru

6. 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:

1) 1С-Битрикс: Корпоративный портал - Компания 1С: Предприятие 8. Комплект для обучения в высших и средних учебных заведениях 7-Zip ABBYY FineReader Adobe Audition Adobe Flash Adobe In Design Adobe Lightroom Adobe Photoshop

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины

Наименование помещений для проведения учебных занятий и для самостоятельной работы обучающихся	Оснащенность специальных помещений и помещений для самостоятельной работы
Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа	Состав оборудования и технических средств обучения указан в паспорте аудитории, закрепленной расписанием по факультету
Учебные аудитории для проведения практических занятий	
Учебные аудитории для промежуточной аттестации	
Учебные аудитории для проведения групповых и индивидуальных консультаций	Состав оборудования и технических средств обучения указан в паспорте аудитории, закрепленной расписанием по кафедре
Учебные аудитории для текущей аттестации	

8. Методические рекомендации по организации изучения дисциплины

Реализация учебной дисциплины требует наличия учебного кабинета – стандартной аудитории на 25-30 чел. и специальных помещений для проведения внеаудиторных мероприятий.

Оборудование учебного кабинета:

Кафедра, доска, УМК по дисциплине; раздаточный материал статистического, информационно-аналитического, стимульного назначения; электронная библиотека по предмету.

Предметные, иллюстративные и игровые материалы, используемые в процессе проведения диагностики и коррекции и др.

Бланки анкеты, протоколы наблюдений, опросов, бесед.

Комплект рефератов и портфолио по предмету.

Комплект проверочных работ для студентов.

Технические средства обучения:

Проектор, экран, компьютер в комплекте; возможно наличие электронной доски; ксероксная техника для тиражирования бланков диагностики и кейсовых материалов.

Разработчик/группа разработчиков:
Алексей Анатольевич Суханов

Типовая программа утверждена

Согласована с выпускающей кафедрой
Заведующий кафедрой

_____ «___» _____ 20__ г.