



МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования

«ИРКУТСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»
ФГБОУ ВО «ИГУ»

Кафедра педагогической и возрастной психологии



УТВЕРЖДАЮ

Декан факультета психологии

И. А. Конопак

«18» марта 2019 г.

Рабочая программа дисциплины

Б1.В.ОД.10 «Психология зрелости и старения»

Направление подготовки: 37.03.01 Психология

Тип образовательной программы: академический бакалавриат

Направленность/профиль: Общий

Квалификация выпускника: бакалавр

Форма обучения: заочная

Согласовано:

УМК факультета психологии

Протокол № 5 от «13» марта 2019 г.

Председатель И.А. Конопак

Рекомендовано кафедрой

Протокол № 7 от «13» марта 2019 г.

Зав.кафедрой Е. А. Кедярова

Иркутск 2019 г

Содержание

	стр.
1. Цели и задачи дисциплины	3
2. Место дисциплины в структуре ОПОП.	3
3. Требования к результатам освоения дисциплины	3
4. Объем дисциплины и виды учебной работы	4
5. Содержание дисциплины	5
5.1 Содержание разделов и тем дисциплины	5
5.2 Разделы дисциплины и междисциплинарные связи с обеспечиваемыми (последующими) дисциплинами	8
5.3 Разделы и темы дисциплин и виды занятий	8
6. Перечень семинарских, практических занятий и лабораторных работ.	9
6.1. План самостоятельной работы студентов	10
6.2. Методические рекомендации к самостоятельной рабо- те студентов	13
7. Примерная тематика курсовых работ	23
8. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисципли- ны:	23
а) основная литература;	23
б) дополнительная литература;	23
в) программное обеспечение;	25
г) базы данных, поисково-справочные и информационные системы	25
9. Материально-техническое обеспечение дисциплины	26
10. Образовательные технологии	27
11. Оценочные средства. (ОС).	27
12. Лист обновления	35

1. Цели и задачи дисциплины

Цель: изучить основные содержательные аспекты этапов развития личности взрослого человека от молодости до глубокой старости.

Задачи курса:

- выделить современные подходы к проблемам возрастной периодизации взрослого человека;
- изучить основные характеристики возрастных периодов жизненного цикла: молодости, зрелости, периодов старения и старости (социальной ситуации развития ведущей деятельности, психологических новообразований возраста);
- изучить особенности протекания нормативных кризисов в периоды зрелости и старости.

2. Место дисциплины в структуре ОПОП

Данная дисциплина относится к вариативной части ОПОП в соответствии с ФГОС ВО.

Входные знания, умения и компетенции, необходимые для изучения данного курса, формируются в процессе изучения дисциплин «Общая психология», «Психология развития. Возрастная психология», «Социальная психология», «Основы возрастно-психологического консультирование», «Гендерная психология».

Освоение данной дисциплины необходимо при последующем и параллельном изучении таких дисциплин, как: «Психология личности», «Акмеология».

3. Требования к результатам освоения дисциплины

Учебный курс «Психология зрелости и старения» призван обеспечить освоение студентами следующих групп компетенций:

ПК-4 - Способность к выявлению специфики психического функционирования человека с учетом особенностей возрастных этапов, кризисов раз-

вития и факторов риска, его принадлежности к гендерной, этнической, профессиональной и другим социальным группам

ПК-9 - Способность к реализации базовых процедур анализа проблем человека, социализации индивида, профессиональной и образовательной деятельности, функционированию людей с ограниченными возможностями, в том числе и при различных заболеваниях.

В результате изучения дисциплины студент должен:

- **знать** основные закономерности психического функционирования человека на разных этапах жизненного пути (от ранней зрелости до старости и долгожительства), особенности их становления, развития и смены в онтогенезе;

- **уметь** обобщать и анализировать теоретические и эмпирические знания различных областей о закономерностях и особенностях развития и функционирования взрослого человека;

- **владеть** базовыми процедурами анализа проблем людей зрелого, пожилого и старческого возрастов с учетом особенностей их возрастных этапов.

4. Объем дисциплины и виды учебной работы
Заочная форма обучения

Вид учебной работы	Всего часов / зачетных единиц	Семестры								
		1	2	3	4	5	6	7	8	
Аудиторные занятия (всего)	12/0,4									12/0,4
В том числе:										
Лекции	4/0,16									4/0,16
Практические занятия (ПЗ)	8/0,24									8/0,24
Семинары (С)										
Лабораторные работы (ЛР)										
Самостоятельная работа (всего)	87/2,5									90/2,5
В том числе:										
Курсовой проект (работа)	-									-
Расчетно-графические работы										
Реферат (при наличии)										
<i>Другие виды самостоятельной работы</i>	87/2,5									90/2,5
Подготовка к выступлению на семинаре	60/1,7									60/1,7

Выполнение практического задания	20/0,5										20/0,5
Написание эссе	7/0,3										10/0,3
Контактная работа	12										12
Вид промежуточной аттестации, экзамен	9/0,4										9
Общая трудоемкость часы	108										108
зачетные единицы	3										3

5. Содержание дисциплины.

5.1. Содержание разделов и тем дисциплины.

Раздел 1. Психология зрелости и старения как междисциплинарная область знания.

Тема 1.1. Предмет, цели, задачи и основные понятия психологии зрелости и старения. Психология зрелости и старения как раздел возрастной психологии. Развитие взрослого человека в онтогенезе как предмет исследования. Взаимосвязь с общей психологией. Специфика использования терминов и понятий в психологии зрелости и старения. Период развития как единица анализа. Психологический, социальный, биологический возраст. Понятие возрастных часов (А. Реан).

Тема 2. Проблемы возрастной периодизации индивидуального развития взрослого человека. Различные подходы к проблеме периодизации жизненного цикла взрослого человека: Д.Б.Бромлей, Дж.Биррен, В.В. Бунак, Б.Г. Ананьев, Р.М. Грановская, Г.С. Абрамова, М.В.Гамезо, Б. Ливехуд. Соотношение хронологического, биологического, психологического и социального возрастов. Этапы психосоциального развития взрослого человека (по Э.Эриксону).

Тема 3. Акмеология, как наука об этапе жизненного расцвета человека. Феномен «акме» и некоторые общие условия его формирования и развития. Личностные «акме» и факторы, которые его определяют. Социальные макрофакторы, помогающие или мешающие достижению «акме» человеком в период зрелости. «Акме», как особое состояние духа, расцвета зрелой личности. О перспективах использования идей А.Маслоу при решении некоторых проблем акмеологии.

Раздел 2. Общая характеристика зрелых возрастов.

Тема 2.1. Психологические аспекты молодости как начального этапа зрелости и вступления во взрослую жизнь. *Социальная ситуация развития*: осознание себя во взрослом статусе и принятие социальной ответственности, прав и обязанностей. *Ведущая деятельность*: овладение профессией, формирование образа и стиля жизни и круга общения. *Новообразования возраста*: готовность принять на себя ответственность, поиск, интимной близости. Молодость как «время путешествий» – поиски себя и переход к стабильному об-

разу жизни. Формирование отцовской и материнской позиции. Закладка основных фундаментов жизни: семейных. Материально-бытовых, профессионально-производственных. Семья как условие эмоциональной зрелости личности.

Тема 2.2. Психологические особенности зрелости и кризисы возраста. Критерии выделения периодов зрелости (Д. Левинсон). *Переход к средней зрелости* как нормативный кризис (около 30 лет), обусловленный расхождением между идеальной моделью «мечты», образа жизни и реальностью. Переживание чувства утраты жизни и давления времени. *Средняя зрелость* (середина жизни). *Социальная ситуация развития*: расцвет творческой активности и профессиональной деятельности. Относительная стабильность психосоматических функций, развитие эволюционных процессов. *Ведущая деятельность*: производительность. Генеративность, как новообразование возраста. *Основные задачи развития* – сохранение супружеских отношений, воспитание детей, начало осознания окончательного призвания жизни.

Десятилетие «роковой черты» – 30-40 лет. *Переход к зрелости* (около 40 лет) как нормативный кризис в развитии, «перелом жизни» (Д. Левинсон). Осознание утраты молодости и реальности смерти. Кризис «ипохондрии» и «идентичности». Поиск смысла жизни. Коллективная производительная деятельность как ведущая деятельность данного периода. *Основные задачи развития*: достижения в карьере, развитие форм досуга и хобби, принятие ответственности за стареющих родителей, принятие изменений в организме и приспособление к ним; потеря друзей; отделение детей («синдром опустевшего гнезда»). Критика теорий зрелости как «психической окаменелости». Развитие познавательных процессов в зрелом возрасте. Теория стадийности развития интеллекта в зрелости.

Кризис как преодоление важного жизненного рубежа. Протекание кризиса во внутреннем плане личности – основное отличие кризисов взрослости от детских возрастных кризисов. Характеристика двух моделей переходного возраста: модель перехода и модель кризиса (Г.Крайг). Выделение периодов взрослости и кризисов – актуальная проблема дискуссии современных психологов. Кризис взрослости – разрыв личного и общечеловеческого смыслов жизни.

Тема 2.3. Психологические характеристики и особенности личностного самоопределения в предпенсионный период (50-55 лет). Пресенильный возраст (последние пять лет перед уходом на пенсию). *Социальная ситуация развития*: ожидание пенсии, как прекращение активной трудовой деятельности и неясность с одной стороны и построение новых жизненных планов и надежд – с другой. *Ведущая деятельность*: стремление «успеть» сделать то, что еще не успел (особенно в профессиональном плане); «наверстать упущенное» в личностно-интимном плане. *Личностные новообразования*: смена ценностных ориентаций, поиск смыслов в новой жизнедеятельности, представление себя в новой роли, передача опыта ученикам. Причины нормативного кризиса 50-55 лет (изменение социальной ситуации развития и возрастная перестройка организма).

Тема 2.4. Психологические особенности пожилых людей в первые годы после выхода на пенсию (55-65 лет). *Социальная ситуация развития*: освоение новых социальных ролей – пенсионер, нового статуса, сохранение старых контактов и постепенное появление новых в лице пенсионеров; особая близость с детьми и внуками. *Ведущая деятельность*: «поиск себя» в новом качестве, проба сил в разных видах деятельности; продолжение работы по своей основной профессии. *Личностные новообразования*: осознание себя в новом качестве («бывшего специалиста»); чувство целостности и гармоничности жизни – с одной стороны и чувство «незавершенности», дисгармонии – с другой (с внутренними переживаниями); все возрастающее чувство «незавершенности», «нереализованности», «забытости» со стороны бывших коллег.

Раздел 3. Геронтопсихология как область знаний о старении и долгожительстве.

Тема 3.1. Предмет, задачи геронтопсихологии, ее место в возрастной психологии. *Предмет геронтопсихологии* - психическое развитие в период старения и старости. Проблемный характер геронтопсихологии: предметом является будущее самого исследователя. Социокультурные традиции отношения к старости. Задачи геронтопсихологии. Факторы, обусловившие бурное развитие геронтопсихологии: демографический взрыв (возрастание числа пожилых и старых людей); логика развития самой науки психологии: трансформация психологи детских и юношеских возрастов в психологию развития, охватывающую весь жизненный цикл. Основные перспективы рассмотрения процесса старения: биологическое, социальное и психологическое старение. Отношение к старости в обществе. Смена социальных ролей: прав, ожиданий, привилегий.

Тема 3.2. Характеристика взрослого человека в период собственно старости (65-75 лет). Содержание темы: *Социальная ситуация развития*: общение с такими же старцами, с членами своей семьи; изменение отношений с другими людьми: друзьями, коллегами, освоение новых ролей. *Ведущая деятельность*: поиск себя; досуговое увлечение; участие в совместной деятельности. *Основные новообразования возраста*: жизненная мудрость; формирование компенсаторных механизмов, эгоцентрическая стагнация. Психологическая характеристика разных видов старости. Типология старости (Ф. Гизе, И.Кон, Д.Бромлей, Б.Г. Ананьев). Основные этапы старения: нормальное, патологическое, терминальное. Роль биологического, психологического и социального факторов в процессе старения. Влияние физиологических изменений, сенсорных дефектов на успешность в интеллектуальной деятельности. Возрастные изменения в познавательной сфере старых людей. Противоречивость и неоднозначность результатов исследований характера изменений интеллектуальных функций. Модели когнитивного старения: снижение, стабильность, прогресс. *Личностные особенности в период старости*: изменения временной перспективы, самооценки, характера, личностного самоопределения; появление скупости эгоцентризма. Особенности структуры эмоциональных переживаний: ранимость, тревожность, подозрительность, подверженность

стрессу; эмоциональная стагнация. Проблема психологического витоукта в старости. Кризис идентичности.

Тема 3.3. Психологические особенности личности в глубокой старости и долгожительство. *Социальная ситуация развития:* общение с родными и близкими, врачами. *Ведущая деятельность:* с одной стороны – активизация деятельности, оптимизм, с другой - лечение, борьба с болезнями, пессимизм; воспитание внуков и правнуков. *Личностные новообразования:* философский взгляд на все явления жизни, сопричастность к миру, природе, культуре, обществу, богу – с одной стороны, понимание ограниченности и безнадежности своей жизни – с другой; компенсаторные механизмы; страх одиночества, смерти. Культурные традиции отношения к смерти и подготовка к ней. Проблема долголетия и жизнеспособности. Факторы долголетия.

5.2 Разделы дисциплины и междисциплинарные связи с обеспечиваемыми (последующими) дисциплинами:

№ п/п	Наименование обеспечиваемых (последующих) дисциплин	№ № разделов и тем данной дисциплины, необходимых для изучения обеспечиваемых (последующих) дисциплин			
1.	Психология личности	Раздел 1 Тема 1.1.	Раздел 2 Тема 2.1	Раздел 2 Тема 2.3.	Раздел 3 Тема 3.3
2.	Акмеология	Раздел 1 Тема 1.2..	Раздел 1 Тема 1.3.	Раздел 2 Тема 2.1	

5.3. Разделы и темы дисциплин и виды занятий

№ п/п	Наименование раздела	Наименование темы	Виды занятий в часах					
			Лекц.	Практ. зан.	Се-мин	Лаб. зан.	СРС	Всего
1.	Раздел 1. Психология зрелости и старения как междисциплинарная область знаний	Тема 1.1. Предмет, цели, задачи и основные понятия психологии зрелости и старения	0,5	-	0,5		5	6
		Тема 1.2. Проблемы возрастной периодизации индивидуального развития взрослого человека	0,25		0,5		5	5,75

		Тема 1.3. Акмеология, как наука об этапе жизненного расцвета человека	0,25		0,5		10	10,75
2.	Раздел 2. Характеристика зрелых возрастов	Тема 2.1. Психологические аспекты молодости как начального этапа зрелости и вступления во взрослую жизнь (от 20 до 40 лет)	0,5		0,5		10	11
		Тема 2.2. Психологические особенности зрелости и кризисы возраста	0,5		1		10	11,5
		Тема 2.3. Психологические характеристики и особенности личностного самоопределения в предпенсионный период (50-55 лет)	0,5		1		10	11,5
		Тема 2.4. Психологические особенности пожилых людей в первые годы после выхода на пенсию (55-65 лет)	0,5		1		10	11,5
3.	Раздел 3. Геронтопсихология как область знаний о старении и долгожительстве	Тема 3.1. Предмет, задачи геронтопсихологии, ее место в возрастной психологии	1		1		10	12
		Тема 3.2. Характеристика взрослого человека в период собственно старости (65-75 лет)			1		10	11
		Тема 3.3. Психологические особенности личности в глубокой старости и долгоительство (от 75 до 90 и далее)			1		7	8

6. Перечень семинарских, практических занятий и лабораторных работ

Заочная форма обучения

№ п/п	№ раздела и темы дисциплины	Наименование семинаров, практических и лабораторных работ	Трудоемкость (часы)	Оценочные средства	Формируемые компетенции
1	2	3	4	5	6
1.	Раздел 1.	Тема Проблемы возраста и развития в психологии	0,5	Сообщение с презентацией	ПК- 4 ПК-9
2		Тема Различные подходы к проблеме возрастной периодизации жизненного цикла взрослого человека	0,5	Сообщение с презентацией	ПК- 4 ПК-9
3.		Тема Феномен «акме» и факторы его определяющие.	1	Групповая дискуссия	ПК- 4 ПК-9
4.	Раздел 2	Тема. Факторы социализации и адаптации человека в ранней зрелости	1	Сообщение с презентацией	ПК- 4 ПК-9
5.		Тема. Диагностика возрастных кризисов.	2	Творческое задание по подбору пакета методик по проблеме	ПК- 4 ПК-9
6.		Тема Возрастные изменения в пожилом возрасте.	1	Сообщение с презентацией	ПК- 4 ПК-9
7.	Раздел 3.	Тема Социально-психологические проблемы в работе с «группой пожилых и старых людей». Проблема эйджизма в психологии.	1	Сообщение с презентацией	ПК- 4 ПК-9
8.		Тема Проблема долголетия и жизнеспособности. Факторы долгожительства.	1	Эссе. Защита основных авторских положений эссе с презентацией	ПК- 4 ПК-9

6.1. План самостоятельной работы студентов заочной форм обучения

№ нед.	Тема	Вид самостоятельной работы	Задание	Рекомендуемая литература	Количество часов
1	Тема. Проблемы возраста и развития в психологии	Подготовка к выступлению на семинаре	Вопросы и задания: 1. Развитие психики в онтогенезе по мнению отечественных психологов. 2. Путь становления	Кедярова Е.А. Психология развития личности/Е.А. Кедярова, М.Ю. Уварова.- Иркутск: Изд-во «Иркутский госуниверситет»,	5

			<p>психологии взрослого и старого человека в качестве отрасли, осуществляющей целостный анализ онтогенетического процесса.</p> <p>3. Критерии, оценивающие структуру психологического, биологического и календарного возрастов в отечественной психологии.</p>	<p>2012.-177 с.</p> <p>Крайг, Г. Психология развития [Текст]: [учебное пособие] / Г. Крайг, Д. Бокум; науч.ред.пер. на русс. Язык Т.В. Прохоренко. - 9-е [межд.] изд. – СПб: Питер, 2010. - 939 с.</p> <p>Шаповаленко И. В. Психология развития и возрастная психология [Электронный ресурс] : учеб. для бакалавров, учеб. для студ. вузов, обуч. по напр. и спец. психологии / И. В. Шаповаленко. - 2-е изд., перераб. и доп. - ЭВК. - М.: Юрайт, 2012. - Режим доступа: ЭЧЗ "Библиотех". - Неогранич. Доступ.</p>	5
2	Тема. Различные подходы к проблеме возрастной периодизации жизненного цикла взрослого человека	Подготовка к выступлению на семинаре	<p>Вопросы и задания:</p> <p>1. Основные критерии создания различных периодизаций как отечественных, так и зарубежных специалистов.</p> <p>2. Провести сравнительный анализ отечественных и зарубежных периодизаций.</p>	<p>Кедярова Е.А. Психология развития личности/Е.А. Кедярова, М.Ю. Уварова.- Иркутск: Изд-во «Иркутский госуниверситет», 2012.-177 с.</p> <p>Крайг, Г. Психология развития [Текст]: [учебное пособие] / Г. Крайг, Д. Бокум; науч.ред.пер. на русс. Язык Т.В. Прохоренко. - 9-е [межд.] изд. – СПб: Питер, 2010. - 939 с.</p>	10
3	Тема. Феномен «акме» и факторы его определяющие	Подготовка к дискуссии	<p>1. Изучение понятия «акме» и «личностная зрелость» в отечественной литературе.</p> <p>2. Соотношение понятий «личность», «индивидуаль-</p>	<p>Бодалев А.А. Акмеология. Настоящий человек. Каков он и как им становятся?/ А.А. Бодалев, Н.В. Васина.- СПб: Речь, 2010.- 224 с.</p> <p>Кедярова Е.А. Психология развития лично-</p>	10 10

			ность» и анализ понятия «личностный рост»	сти/Е.А. Кедярова, М.Ю. Уварова.- Иркутск: Изд-во «Иркутский госуниверситет», 2012.-177 с. Методические рекомендации по написанию психологического заключения (см. РПД)	
4	Тема. Факторы социализации и адаптации человека в ранней зрелости	Подготовка к выступлению на семинаре	Вопросы и задания: 1.Содержание социальной ситуации развития в молодости. 2.Путь становления молодого человека в профессиональной, семейной и личностной сферах. 3.Критерии, оценивающие структуру психологического, биологического и календарного возрастов в отечественной психологии	Крайг, Г. Психология развития [Текст]: [учебное пособие] / Г. Крайг, Д. Бокум; науч.ред.пер. на русс. Язык Т.В. Прохоренко. - 9-е [межд.] изд. – СПб: Питер, 2010. - 939 с.	10
5	Тема. Диагностика возрастных кризисов (подготовка пакета методик для диагностики).	Творческое задание: подбор методик для изучения кризиса середины жизни	Подобрать пакет методик для изучения кризиса среднего возраста	Крайг, Г. Психология развития [Текст]: [учебное пособие] / Г. Крайг, Д. Бокум; науч.ред.пер. на русс. Язык Т.В. Прохоренко. - 9-е [межд.] изд. – СПб: Питер, 2010. - 939 с.	10
6	Тема. Возрастные изменения в пожилом возрасте.	Подготовка к выступлению на семинаре	Вопросы и задания: 1.Структура эмоциональных переживаний в старости. 2.Факторы, оказывающие влияние на процесс старения человека. 3.Самооценка в пожилом возрасте.	Кулагина, И.Ю. Возрастная психология:развитие человека от рождения до поздней зрелости: учеб. Пособ. Для студентов вузов/ И.Ю. Кулагина, В.Н. Коллоцкий.-М.:Сфера, 2006.-464 с. [Текст] Крайг Г. Психология развития.- СПб., 2000 (2003). Кон И. С. В поисках себя. Личность и ее самопознание. – М., 1984. Кон И. С. В поисках себя. Личность и ее са-	10

				мопознание. – М., 1984. Краснова О.В., Лидерс А.Г. Социальная психология старения.-М: Академия, 2002.	
7	Тема. Социально-психологические проблемы в работе с «группой пожилых и старых людей». Проблема эйджизма в психологии.	Подготовка к выступлению на семинаре	Вопросы и задания: 1. Профессиональные и личностные проблемы социальных работников и психологов, работающих с пожилыми людьми. 2. Особенности эйджизма в социально-психологической работе с пожилыми людьми. 3. Роль психолога в разработке и осуществлении стратегии предотвращения жестокости по отношению к пожилым людям. 4. Состояние деменции в позднем возрасте и подготовка к нему в современной культуре.	Кедярова Е.А. Психология развития личности/Е.А. Кедярова, М.Ю. Уварова.- Иркутск: Изд-во «Иркутский госуниверситет», 2012.-177 с. Шаповаленко И. В. Психология развития и возрастная психология [Электронный ресурс] : учеб. для бакалавров, учеб. для студ. вузов, обуч. по напр. и спец. психологии / И. В. Шаповаленко. - 2-е изд., перераб. и доп. - ЭВК. - М.: Юрайт, 2012. - Режим доступа: ЭЧЗ "Библиотех". - Неогранич. Доступ.	10
8	Тема. Проблема долголетия и жизнеспособности. Факторы долгожительства.	Подготовка к семинарскому занятию	1. Определение и выделение проблемных точек, обозначенных в эссе. 2. Написание эссе на тему: «Проблема долголетия и жизнеспособности.	Кедярова Е.А. Психология развития личности/Е.А.Кедярова, М.Ю. Уварова.- Иркутск: Изд-во «Иркутский госуниверситет», 2012.-177 с. Крайг, Г. Психология	7

			Факторы долгожительства».	развития [Текст]: [учебное пособие] / Г. Крайг, Д. Бокум; науч.ред.пер. на русс. Язык Т.В. Прохоренко. - 9-е [межд.] изд. – СПб: Питер, 2010. - 939 с.	
--	--	--	---------------------------	---	--

6.2. Методические рекомендации по организации самостоятельной работы студентов.

Самостоятельная работа студентов организуется с целью закрепления и осмысления теоретических знаний, самостоятельных творческих интерпретаций и практического решения методических проблем на основе получаемых знаний; воспитания качеств, обеспечивающих активный творческий характер будущей профессиональной деятельности, саморазвития познавательных, эмоциональных, креативных способностей.

Методические рекомендации при подготовке к семинарским, лекционным и практическим занятиям.

Подготовка к лекциям, семинарам и практическим занятиям представляет собой внеаудиторную самостоятельную работу студентов. Самостоятельная подготовка студента к лекции должна состоять в первую очередь в перечитывании конспекта предыдущей лекции. Это помогает лучше понять материал новой лекции, опираясь на предшествующие знания.

Самостоятельная подготовка к семинарскому и практическому занятию заключается в прочитывании конспекта соответствующей лекции (если она читалась по данной теме), чтении соответствующего раздела учебника и первоисточников. Главными задачами этой подготовки обычно являются: повторение теоретических знаний, усвоенных в рамках аудиторной работы; расширение и углубление знаний по теме занятия.

Знания, полученные в процессе такой самостоятельной работы, являются теоретической базой для обсуждения вопросов семинарского занятия, для выполнения лабораторной работы или практического задания.

Длительность подготовки студента к семинару должна примерно соответствовать длительности самого семинара, т. е. составлять два академических часа (или в отдельных случаях чуть больше). При средней скорости чтения студента 20 страниц в час получается, что подготовка к семинару должна состоять в изучении не более чем 40-50 страниц первоисточников.

Содержанием подготовки студентов к семинару или практическому занятию может быть не только чтение литературы, но и подбор примеров, иллюстративного материала по определенным вопросам, проведение несложных психологических опытов, описание результатов наблюдения и самонаблюдения, решение психологических задач. Чтение конспекта лекций имеет несколько целей: 1) вспомнить, о чем говорилось на лекции; 2) дополнить конспект некоторыми мыслями и примерами из жизни, подкрепляющими и углубляющими понимание ранее услышанного на лекциях; 3) прочитать по учебнику то, что в краткой лекции подробно не могло быть раскрыто. Конспект лекции служит своеобразным путеводителем, ориентирующим в дальнейшей работе: что и где прочитать, чтобы лучше и подробнее разобраться в тех вопросах, которые в лекциях раскрыты недостаточно полно.

Работа с учебником – важная часть самостоятельной работы по психологии. Основная функция учебника – ориентировать учащегося (студента) в системе знаний, умений и навыков, которые должны быть усвоены в соответствии с программой учебного предмета. Учебник ориентирует в основных понятиях и категориях науки, дает частичные сведения об истории их возникновения и включения в научный оборот, а также об их значении для понимания окружающего мира.

Вторая функция учебника в том, что он обозначает круг обязательных знаний по данному предмету, не претендуя на глубокое раскрытие и подробное доказательство логики их происхождения. Дело обучаемого – принять их к сведению, чтобы самому разобраться в рекомендованной научной литературе и в том, чего нет в учебнике. Таким образом, учебник четко ориентирует в проблематике учебного предмета по ее «ширине», но не по «глубине». Из-за краткости изложения вопросов в учебнике тот или иной параграф либо раздел, понятие или категория могут быть не до конца поняты. Чтобы избежать бездумного заучивания, текст рекомендуется конспектировать, заметив на полях своей тетради, что именно оказалось непонятым. С точки зрения психологических закономерностей усвоения знаний такая запись представляет собой мыслительное действие (здесь даже несколько актов мыслительного действия: обдумывание, заключение – вывод о том, что наличных знаний недостаточно для понимания прочитанного).

Чтение рекомендованной научной литературы – есть та главная составная часть системы самостоятельной учебы студента, которая обеспечивает подлинное усвоение психологии как науки, дает прочный научный фундамент под всю будущую профессиональную деятельность.

При чтении научной литературы необходимо: читать научную литературу нужно не книгу за книгой, а по принципу: «идея, теория в одной, другой, третьей и т.д. книгах».

Необходимо знать, что и подтверждение, и опровержение научных выводов одинаково полезны для развития науки, а студенту они необходимы для понимания этого развития. Итак, изучение проблемы по разным источникам – залог глубокого, подлинно профессионального усвоения науки. Изучение литературы должно быть органически связано с другими элементами системы самостоятельной учебы – с изучением лекционного материала, чтением учебника и последующими работами студента (написанием контрольной или курсовой работы, подготовкой к экзаменам).

Методические рекомендации по подготовке творческого задания по подбору методов и методик исследования психологической проблемы.

Необходимо учитывать тот факт, что для практической психодиагностики важным является быстрота и акцентированность обследования на конкретной проблеме. Она не может позволить себе таких временных и людских затрат, какие позволяет себе научно-исследовательская психодиагностика».

Выбор метода обследования – один из наиболее сложных этапов диагностической работы психолога.

Необходимо учитывать тот факт, что для практической психодиагностики важным является быстрота и акцентированность обследования на конкретной проблеме. Она не может позволить себе таких временных и людских затрат, какие позволяет себе научно-исследовательская психодиагностика.

В распоряжении психологов имеется обширный набор тестовых методик, обладающих целым рядом достоинств, аккумулирующих в себе богатый клинический опыт, накопленный в психологии и смежных дисциплинах. Многие методики действительно являются хорошим инструментом в руках профессионала.

Проблема заключается не в том, хороша или плоха та или иная методика, а в том, насколько уместно её использование в конкретной ситуации, а также, каков уровень владения ею. По сути дела, каждая методика представляет собой практическое воплощение (в инструменте) некоторой психологической теории.

Психолог должен отдавать себе отчет в том, что интерпретация определённых результатов имеет не абсолютный характер, а верна лишь в рамках теории, которой придерживается разработчик методики. Умение психодиагноста сопоставлять разные теоретические подходы для решения конкретной задачи требуют от него построения определённой методологической базы исследования и придают его работе творческий характер. Психолог

должен избегать ошибок, допускаемых непрофессионалами, не знакомыми с ограничениями в использовании того или иного теста.

Всё множество имеющихся диагностических методик охватывается тремя основными диагностическими подходами:

- **Объективный подход** – диагностика осуществляется на основе успешности (результативности), способа (особенностей) реального поведения, замера объективных характеристик состояний субъекта, его деятельности (личностные: тесты действия, ситуационные тесты, интеллектуальные тесты, тесты специальных способностей и тесты достижений), анализа документов (личного дела);
- **Субъективный подход** – диагностика осуществляется на основе сведений, сообщаемых обследуемым о себе (многочисленные опросники);
- **Проективный подход** – диагностика осуществляется на основе анализа особенностей взаимодействия с внешне нейтральным, как бы безличным материалом, становящимся в силу его неопределённости объектом проекции.

Внутри каждого из подходов могут быть выделены группы достаточно однородных, близких друг другу методик. В то же время некоторые из конкретных методик трудно отнести к одному из подходов, они будут занимать как бы промежуточное положение. Между этими подходами нет непроходимых границ.

Для психодиагностических обследований необходимо использовать только стандартизированные, адаптированные методики, надёжность которых проверена.

Желательно использовать методики, разработанные специализированными научно-исследовательскими центрами и организациями, специализирующимися на разработке психологического инструментария. В связи с этим необходимо предварительно ознакомиться с тем, кто является разработчиком методики, на какую выборку он рассчитан.

Нельзя использовать и делать выводы на основе:

- результатов выполнения популярных, развлекательных методик;
- методик, не имеющих норм (кроме ситуаций их адаптации);
- методик, группа нормирования которых не соответствует обследуемой группе;
- интерпретации компьютерных методик неизвестных разработчиков.

Психолог должен уметь квалифицированно разбираться с психометрической документацией в методической литературе по психодиагностике, должен знать, какие психометрические характеристики теста должны указать его разработчики, в какой степени они соответствуют типу теста, с одной стороны, и актуальной задаче, для которой его требуется использовать, с другой стороны. Прежде чем использовать ту или иную методику, необходимо определить, обосновано ли его применение какими-либо показателями надёжности или валидности.

Так, если требуется использовать тест для прогноза со значительным упреждением, а сведений о проверке прогностической валидности не получено, тест не может считаться готовым для решения данной задачи.

Психолог должен также правильно определить, в какой мере известные тестовые нормы по требующейся методике применимы в его ситуации с учётом контингента испытуемых и типа диагностической ситуации.

Параллельно с использованием методики необходимо анализировать по собранным данным эффективность её применения в заданной области, надёжность получаемых результатов, адекватность предлагаемых норм. В этой работе психолог поддерживает постоянные контакты с преподавателем для получения рекомендаций.

При подборе методик и их дальнейшей интерпретации важно учитывать тот факт, что поведение испытуемого в ситуации, когда он самостоятельно обратился за консультативной помощью, резко отличается от ситуации, когда производится принудительное обследование по заказу.

Для каждой из ситуаций (экспертизы или консультирования) следует подбирать соответствующие методики и тестовые нормы.

Надежность и объективность психологического диагноза определяется адекватностью методических средств, которые применяются в ходе диагностики, точностью процедуры их применения и, конечно, полнотой и глубиной интерпретации полученных результатов. Большую помощь в этом может оказать соблюдение алгоритма сбора информации о психодиагностических средствах. Один из возможных алгоритмов приводится ниже.

ИНФОРМАЦИОННАЯ ПСИХОДИАГНОСТИЧЕСКАЯ КАРТОЧКА

1. Название методики _____
2. Автор методики (или автор адаптации, модификации) _____
3. Источник описания (с указанием фамилии и инициалов автора сборника и редактора, места, издательства и года издания) _____
4. Назначение _____
5. Стимульный материал и оборудование (в случае авторской разработки приводится текст и стимульный материал) _____
6. Инструкция _____
7. _____ Процедура _____ обследования _____
8. Способ обработки _____
9. Регистрируемые показатели _____
10. Среднегрупповые, шкальные или уровневые значения _____
11. Интерпретация показателей _____

Методические рекомендации по подготовке к групповой дискуссии.

Дискуссия (от лат. discussio — исследование, рассмотрение) — это всестороннее обсуждение спорного вопроса. Другими словами, дискуссия заключается в коллективном обсуждении какого-либо вопроса, проблемы или сопоставлении информации, идей, мнений, предложений.

Цели проведения дискуссии могут быть очень разнообразными: обучение, тренинг, диагностика, преобразование, изменение установок и др.

1. Подготовка занятия. При организации дискуссии в учебном процессе обычно ставятся сразу несколько учебных целей, как чисто познавательных, так и коммуникативных. При этом цели дискуссии, конечно, тесно связаны с ее темой. Если тема обширна, содержит большой объем информации, то в результате дискуссии могут быть достигнуты только такие цели, как сбор и упорядочение информации, поиск альтернатив, их теоретическая интерпретация и методологическое обоснование. Если тема дискуссии узкая, то дискуссия может закончиться принятием решения. Во время дискуссии студенты могут либо дополнять друг друга, либо противостоять один другому. В первом случае проявляются черты диалога, а во втором - дискуссия приобретает характер спора. Как правило, в дискуссии присутствуют оба эти элемента, поэтому неправильно сводить понятие дискуссии только к спору. И взаимоисключающий спор, и взаимодополняющий диалог играют большую роль, так как первостепенное значение имеет факт сопоставления различных мнений по одному и тому же вопросу.

Дискуссия обычно состоит из трех этапов: подготовки или преддискуссии, собственно дискуссии и заключения.

Выбор ее темы обусловлен содержанием изученного материала по курсу психологии, а также возможностью обсуждения в рамках темы как проблем развития и формирования личности обучающегося, так и задач профессионального развития личности преподавателя.

Преддискуссия занимает 40—45 мин. Обычно она проводится на занятии, посвященном обсуждению результатов работы студентов. Это позволяет связать предстоящую дискуссию с выводами и задачами, которые студенты сделали на предыдущих занятиях.

Проведение дискуссии занимает 80 мин. Занятие начинается с выступления преподавателя, напоминающего студентам основные посылки к дискуссии.

Затем предоставляется слово ведущим. Так как преподаватель обычно знаком с содержанием выступлений ведущих и часто им уже внесены коррективы, то наиболее сложным звеном является вторая часть дискуссии и ее окончание.

После 40 мин обсуждения вопросы к противнику и аргументы обычно начинают иссякать. В этой части дискуссии роль преподавателя становится более активной. Он, как правило, вводит на этом этапе в дискуссию факты, которые сторонниками различных точек зрения могут быть истолкованы по-разному. Это очень оживляет дискуссию и провоцирует дальнейшие рассуждения студентов. Для укрепления «баланса противоречивости» преподаватель своими высказываниями поддерживает слабые точки зрения. Им также задаются вопросы выступающему (наряду с вопросами других участников дискуссии) с целью придания дискуссии нужного направления или дополнительного освещения проблемы.

Фактически в ходе дискуссии студенты с разных сторон рассматривают структурные компоненты личности, взаимосвязи между ними и приходят к определённому выводу.

При обращении к конкретному материалу в центре дискуссии неизбежно оказывается личность учителя, педагогическое призвание и т.п.

На заключение отводится 10 мин. Преподаватель подводит итог групповой дискуссии, отмечает вклад каждого студента в подготовку и проведение дискуссии.

В проведении дискуссии используются различные организационные методики. Методика «вопрос – ответ».

Данная методика – это разновидность простого собеседования; отличие состоит в том, что применяется определённая форма постановки вопросов для собеседования с участниками дискуссии-диалога.

Процедура «Обсуждение вполголоса». Данная методика предполагает проведение закрытой дискуссии в микрогруппах, после чего проводится общая дискуссия, в ходе которой мнение своей микрогруппы докладывает ее лидер и это мнение обсуждается всеми участниками.

Методика клиники. При использовании «методики клиники» каждый из участников разрабатывает свой вариант решения, предварительно представив на открытое обсуждение свой «диагноз» поставленной проблемной ситуации. Затем это решение оценивается как руководителем, так и специально выделенной для этой цели группой экспертов по балльной шкале либо по заранее принятой системе «принимается – не принимается».

Методика «лабиринта». Этот вид дискуссии иначе называют методом последовательного обсуждения, он представляет собой своеобразную шаговую процедуру, в которой каждый последующий шаг делается другим участником. Обсуждению здесь подлежат все решения, даже неверные (тупиковые).

Методика эстафеты. Каждый заканчивающий выступление участник может передать слово тому, кому считает нужным.

Свободно плавающая дискуссия. Сущность данного вида дискуссии состоит в том, что группа к результату не приходит, но активность продолжается за рамками занятия. В основе такой процедуры групповой работы лежит «эффект Б.В. Зейгарник», характеризующийся высоким качеством запоминания незавершенных действий, поэтому участники продолжают «домысливать» наедине идеи, которые оказались незавершенными. Эффективность проведения дискуссии зависит от таких факторов, как:

- подготовка (информированность и компетентность) студента по предложенной проблеме;
- семантическое однообразие (все термины, дефиниции, понятия и т.д. должны быть одинаково поняты всеми участниками);

• умение преподавателя проводить дискуссию. Правильная организация «круглого стола» в форме дискуссии проходит три стадии развития: ориентация, оценка и консолидация.

1. Подготовка занятия.

Разработка подготовительного этапа для проведения «Дебатов».

Для этого вместе с инициативными студентами определяют следующее:

- тема «Дебатов» (несколько вариантов);
- цель «Дебатов»;
- виды работы с информацией по теме «Дебатов»;
- подготовка команд к «Дебатам»; • критерии оценки «Дебатов»;
- форма анализа и оценки «Дебатов».

Подготовка к дебатам начинается с определения темы (тезисов). В дебатах, как правило, она формулируется в виде утверждения.

При подборе темы необходимо учитывать требования, согласно которым «хорошая» тема должна:

- провоцировать интерес, затрагивая значимые для дебатеров проблемы;
- быть сбалансированной и давать одинаковые возможности командам в представлении качественных аргументов; • иметь четкую формулировку;
- стимулировать исследовательскую работу студентов. Обобщенно структура подготовительного этапа может быть представлена следующим образом. Работа с информацией по теме:

- активизация знаний обучающихся (мозговой штурм);
- поиск информации с использованием различных источников; • систематизация полученного материала;
- составление кейсов (системы аргументации) утверждения и отрицания тезиса, подготовка раунда вопросов и т. д.

Формирование общих и специальных умений и навыков: • формулирование и обоснование аргументов, поддержек;

- построение стратегии отрицающей стороны;
- умение правильно формулировать вопросы;
- овладение знаниями риторики и логики, применение их на практике;
- овладение навыками эффективной работы в группе.

Итак, на подготовительном этапе студенты должны проработать содержание предлагаемой для игры темы, дать определения каждому понятию в тезисе, составить кейсы (систему аргументов) как для утверждающей, так и для отрицающей стороны, так как жеребьевка команд осуществляется незадолго до начала самой игры.

При этом для каждой стороны продумывается стратегия отрицания, то есть составляются контраргументы на возможные аргументы оппонентов, и предлагаются вопросы, которые способствуют обнаружению противоречий в позиции противоположной стороны.

2. Вступление. Каждая команда (в составе трех спикеров) имеет возможность брать тайм-ауты между любыми раундами общей продолжительностью 8 минут.

Роли спикеров

Спикер У1:

- представление команды;
- формулировка темы, актуальность;
- определение ключевых понятий, входящих в тему;
- выдвижение критерия (ценность или цель команды);
- представление кейса утверждающей стороны;
- заключение (таким образом... готов ответить на вопросы...).

Спикер О1:

- представление команды;

- формулировка тезиса отрицания;
- принятие определений ключевых понятий;
- атака или принятие критерия оппонентов;
- опровержение позиции утверждения;
- представление кейса отрицающей стороны.

Специально выбранные судьи или нейтральная аудитория оценивают выступления команд по выбранным критериям и объявляют победителя.

3. Основная часть.

Форма дебатов У1 — первый спикер команды утверждения;

О1 — первый спикер команды отрицания и т. д.

Каждый спикер во время игры выполняет строго определенные технологией игры роли и функции, причем роли первых спикеров отличаются друг от друга, а роли вторых и третьих совпадают.

За временем на протяжении всей игры следит «тайм-кипер», который предупреждает команды и судей за 2, 1 и 0,5 минуты об окончании времени выступления (подготовки). Для этого он использует карточки с написанным на них временем, которые показывает командам.

Методические рекомендации при написании эссе.

Эссе от французского "essai", англ. "essay", "assay" - попытка, проба, очерк; от латинского "exagium" - взвешивание. Создателем жанра эссе считается М.Монтень ("Опыты", 1580 г.). Это прозаическое сочинение - рассуждение небольшого объема со свободной композицией. Жанр критики и публицистики, свободная трактовка какой-либо проблемы. Эссе выражает индивидуальные впечатления и соображения по конкретному поводу или вопросу и заведомо не претендует на определяющую или исчерпывающую трактовку предмета. Как правило, эссе предполагает новое, субъективно окрашенное слово о чем - либо и может иметь философский, историко-биографический, публицистический, литературно-критический, научно-популярный, беллетристический характер.

Эссе студента - это самостоятельная письменная работа на тему, предложенную преподавателем (тема может быть предложена и студентом, но обязательно должна быть согласована с преподавателем). Цель эссе состоит в развитии навыков самостоятельного творческого мышления и письменного изложения собственных мыслей. Эссе должно содержать: четкое изложение сути поставленной проблемы, включать самостоятельно проведенный анализ этой проблемы с использованием концепций и аналитического инструментария, рассматриваемого в рамках дисциплины, выводы, обобщающие авторскую позицию по поставленной проблеме.

Тема эссе. Тема не должна инициировать изложение лишь определений понятий, ее цель — побуждать к размышлению.

Построение эссе.

Построение эссе - это ответ на вопрос или раскрытие темы, которое основано на классической системе доказательств.

Структура эссе.

Введение - суть и обоснование выбора данной темы, состоит из ряда компонентов, связанных логически и стилистически;

На этом этапе очень важно правильно сформулировать вопрос, на который вы собираетесь найти ответ в ходе своего исследования.

При работе над введением могут помочь ответы на следующие вопросы: «Надо ли давать определения терминам, прозвучавшим в теме эссе?», «Почему тема, которую я раскрываю, является важной в настоящий момент?», «Какие понятия будут вовлечены в мои рассуждения по теме?», «Могу ли я разделить тему на несколько более мелких тем?».

Основная часть - теоретические основы выбранной проблемы и изложение основного вопроса.

Данная часть предполагает развитие аргументации и анализа, а также обоснование их, исходя из имеющихся данных, других аргументов и позиций по этому вопросу. В этом заключается основное содержание эссе и это представляет собой главную трудность. Поэтому важное значение имеют подзаголовки, на основе которых осуществляется структурирование аргументации; именно здесь необходимо обосновать (логически, используя данные или строгие рассуждения) предлагаемую аргументацию/анализ. Там, где это необходимо, в качестве аналитического инструмента можно использовать графики, диаграммы и таблицы.

В зависимости от поставленного вопроса анализ проводится на основе следующих категорий:

Причина — следствие, общее — особенное, форма — содержание, часть — целое, Постоянство — изменчивость.

В процессе построения эссе необходимо помнить, что один параграф должен содержать только одно утверждение и соответствующее доказательство, подкрепленное графическим и иллюстративным материалом. Следовательно, наполняя содержанием разделы аргументацией (соответствующей подзаголовкам), необходимо в пределах параграфа ограничить себя рассмотрением одной главной мысли.

Хорошо проверенный (и для большинства — совершенно необходимый) способ построения любого эссе — использование подзаголовков для обозначения ключевых моментов аргументированного изложения: это помогает посмотреть на то, что предполагается сделать (и ответить на вопрос, хорош ли замысел). Такой подход поможет следовать точно определенной цели в данном исследовании. Эффективное использование подзаголовков — не только обозначение основных пунктов, которые необходимо осветить. Их последовательность может также свидетельствовать о наличии или отсутствии логичности в освещении темы.

Заключение — обобщения и аргументированные выводы по теме с указанием области ее применения и т.д. Подытоживает эссе или еще раз вносит пояснения, подкрепляет смысл и значение изложенного в основной части. Методы, рекомендуемые для составления заключения: повторение, иллюстрация, цитата, впечатляющее утверждение. Заключение может содержать такой очень важный, дополняющий эссе элемент, как указание на применение (импликацию) исследования, не исключая взаимосвязи с другими проблемами.

При написании эссе чрезвычайно важно то, как используются эмпирические данные и другие источники (особенно качество чтения). Все (фактические) данные соотносятся с конкретным временем и местом, поэтому прежде, чем их использовать, необходимо убедиться в том, что они соответствуют необходимому для исследований времени и месту. Соответствующая спецификация данных по времени и месту — один из способов, который может предотвратить чрезмерное обобщение, результатом которого может, например, стать предположение о том, что все страны по некоторым важным аспектам одинаковы (если вы так полагаете, тогда это должно быть доказано, а не быть голословным утверждением).

Всегда можно избежать чрезмерного обобщения, если помнить, что в рамках эссе используемые данные являются иллюстративным материалом, а не заключительным актом, т.е. они подтверждают аргументы и рассуждения и свидетельствуют о том, что автор умеет использовать данные должным образом. Нельзя забывать также, что данные, касающиеся спорных вопросов, всегда подвергаются сомнению. От автора не ждут определенного или окончательного ответа. Необходимо понять сущность фактического материала, связанного с этим вопросом (соответствующие индикаторы? насколько надежны данные для построения таких индикаторов? к какому заключению можно прийти на основании имеющихся данных и индикаторов относительно причин и следствий? и т.д.), и продемонстрировать это в эссе. Нельзя ссылаться на работы, которые автор эссе не читал сам.

- o Объем текста эссе не должен превышать 3-4 печатных страниц.
- o Формат - MS Word

- o Гарнитура - Times New Roman
- o Размер кегля - 14.
- o Интервал - 1,5.
- o Поля – 2 см.
- o Допустимые выделения - курсив, полужирный.
- o Список литературы приводится в конце статьи в алфавитном порядке, текстовые ссылки заключаются в квадратные скобки.

Методические рекомендации при подготовке к контрольному тестированию.

Изучение литературы, учебника в том числе, должно решать и задачу подготовки к написанию контрольной, курсовой или дипломной работы по предмету. Необходимо подчеркнуть, что контрольная письменная работа – не самоцель, и не нужно стремиться во что бы то ни стало сбросить с себя эту ношу, «отчитавшись» за нее еще до того, как будут усвоены основные теоретические положения психологии.

Чтобы студент мог свободно оперировать своими теоретическими знаниями при анализе, оценке и описании различных психических явлений, наблюдаемых у личности, совершенно недостаточно чтения только одного учебника.

Поэтому контрольное тестирование нужно сделать своеобразным итогом овладения теорией и готовить ее в процессе изучения литературы, накапливая материал по мере усвоения соответствующих идей, помогающих глубже понять психологию личности в целом или некоторые психические процессы и состояния, проявляющиеся у нее в той или иной ситуации.

Тест (англ. test – проба, испытание, проверка) – в психологии – фиксированное во времени испытание, предназначенное для установления количественных (и качественных) индивидуально-психологических различий. Тест – основной инструмент психодиагностического обследования, с помощью которого осуществляется психологический диагноз.

От других способов обследования тестирование отличается:

- точностью;
- простотой;
- доступностью;

– возможностью автоматизации. Тестирование предполагает, что обследуемый выполняет определенную деятельность: это может быть решение задач, рисование, рассказ по картинке и прочее – в зависимости от используемой методики; происходит определенное испытание, на основании результатов коего психолог делает выводы о наличии, особенностях и уровне развития тех или иных свойств. Отдельные тесты – это стандартные наборы заданий и материала, с коим работает испытуемый; стандартна и процедура предъявления заданий, хотя в некоторых случаях предусматриваются определенные степени свободы для психолога – право задать дополнительный вопрос, построить беседу в связи с материалом и пр. Процедура оценки результатов тоже стандартна.

Такая стандартизация позволяет сопоставлять результаты различных испытуемых.

Процесс тестирования можно разделить на три этапа:

- 1) выбор теста – определяется целью тестирования и степенью достоверности и надежности теста;
- 2) его проведение – определяется инструкцией к тесту;
- 3) интерпретация результатов – определяется системой теоретических допущений относительно предмета тестирования.

Обычно тестирование как метод психолого-педагогического исследования сливается с практическим тестированием текущей успеваемости, выявления уровня обученности, контролем качества усвоения учебного материала.

Приобретая соответствующие знания, умения и навыки, студент должен перейти в режим «Самоконтроль» и проверить себя в условиях, максимально приближенных к реальному контрольному тестированию.

Самостоятельная работа на Интернет-тренажерах (в компьютерном классе факультета) поможет студенту освоиться с этой сравнительно новой системой контроля знаний учащихся и с успехом выдерживать входной, текущий, итоговый контроль, а также и контроль остаточных знаний.

Как и любая другая форма подготовки к контролю знаний, тестирование имеет ряд особенностей, знание которых помогает успешно выполнить тест. Можно дать следующие методические рекомендации:

- Прежде всего, следует внимательно изучить структуру теста, оценить объем времени, выделяемого на данный тест, увидеть, какого типа задания в нем содержатся. Это поможет настроиться на работу.

- Лучше начинать отвечать на те вопросы, в правильности решения которых нет сомнений, пока не останавливаясь на тех, которые могут вызвать долгие раздумья. Это позволит успокоиться и сосредоточиться на выполнении более трудных вопросов.

- Очень важно всегда внимательно читать задания до конца, не пытаясь понять условия «по первым словам» или выполнив подобные задания в предыдущих тестированиях. Такая спешка нередко приводит к досадным ошибкам в самых легких вопросах.

- Если вы не знаете ответа на вопрос или не уверены в правильности, следует пропустить его и отметить, чтобы потом к нему вернуться.

- Думать необходимо только о текущем задании. Как правило, задания в тестах не связаны друг с другом непосредственно, поэтому необходимо концентрироваться на данном вопросе и находить решения, подходящие именно к нему.

Кроме того, выполнение этой рекомендации даст еще один психологический эффект – позволит забыть о неудаче в ответе на предыдущий вопрос, если таковая имела место.

7. Курсовые работы по учебному плану не предусмотрены.

8. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины:

Литература основная:

1	Гуревич, П.С. Психология личности [Электронный ресурс]: учебник / П. С. Гуревич. - 2-е изд. - ЭВК. - М. : Инфра-М, 2015. - Режим доступа: ЭЧЗ "Библиотех". Неограниченный доступ - ISBN 978-5-238-01588-0
2	Кедярова Е.А. Психология развития личности/Е.А. Кедярова, М.Ю. Уварова.- Иркутск: Изд-во «Иркутский госуниверситет», 2012.-177 с. 136 экз.
3	Обухова, Л. Ф. Возрастная психология [Текст] : учебник для бакалавров / Л. Ф. Обухова. - М. : Юрайт, 2013. - 460 с. - ISBN 978-5-9916-2189-2 10 экз.
4	Психология развития [Электронный ресурс]: учеб. для вузов по напр. подгот. "Психология". - ЭВК. - М.: Академия, 2014. - Режим доступа: ЭЧЗ "Библиотех", Неограниченный доступ - ISBN 978-5-4468-0749-9
5	Шаповаленко И. В. Психология развития и возрастная психология [Электронный ресурс] : учеб. для бакалавров, учеб. для студ. вузов, обуч. по напр. и спец. психологии / И. В. Шаповаленко. - 2-е изд., перераб. и доп. - ЭВК. - М.: Юрайт, 2012. - Режим доступа: ЭЧЗ "Библиотех". - Неогранич. Доступ - ISBN 978-5-9916-2336-0.

Дополнительная:

1	Волков Б. С. Возрастная психология [Электронный ресурс] : учеб. пособие для студ. вузов, обуч. по пед. спец. (ОПД.Ф.01-Психология) : В 2 ч. / Б. С. Волков, Н. В. Волкова. - ЭВК. - М. : Владос, 2005 . - Режим доступа: ЭЧЗ "Библиотех".
---	---

	- 11 доступов- ISBN 5-691-01438-2
2	Бодалев, А.А. Акмеология. Настоящий человек. Каков он и как им становятся?/ А.А. Бодалев, Н.В. Васина.- СПб: Речь, 2010.- 224 с. - ISBN 978-5-9268-0872-5 (1 экз.)
3	Деревцова, Е. Н. Партнерство в профессии и жизни [Текст] : учеб. пособие / Е. Н. Деревцова ; рец.: И. В. Федосова, Е. А. Шестакова ; Вост.-Сиб. гос. акад. образования. - Иркутск : Изд-во ВСГАО, 2012. - 171 с. - ISBN 978-5-85827-758-3 1 экз
4	Крайг, Г. Психология развития [Текст]: [учебное пособие] / Г. Крайг, Д. Бокум; науч.ред.пер. на русс. Язык Т.В. Прохоренко. - 9-е [межд.] изд. – СПб: Питер, 2010. - 939 с. - ISBN 978-5-49807-639-3 50 экз.
5	Кулагина, И.Ю. Возрастная психология: развитие человека от рождения до поздней зрелости: учеб. Пособ. Для студентов вузов/ И.Ю. Кулагина, В.Н. Коллюцкий.-М.:Сфера, 2006.-464 с. [Текст] - ISBN 5-89144-162-4 8 экз.
6	Малкина-Пых, И. Г. Психологическая помощь в кризисных ситуациях [Текст] / И. Г. Малкина-Пых. - М. : Эксмо, 2010. - 926 с. - ISBN 978-5-699-25136-0 20 экз
7	Обухова Л. Ф. Возрастная психология: Учебник / Л. Ф. Обухова. - М.: Высш. образование: Изд-во МГППУ, 2008. - 460 с. 1 экз
8	Олифирова Н.И. Психология семейных кризисов / Н. И. Олифирова, Т. А. Зинкевич-Куземкина, Т. Ф. Велента. - СПб. : Речь, 2008. - 358 с. - ISBN 5-9268-0416-7 23 экз.
9	Осухова, Н. Г. Психологическая помощь в трудных и экстремальных ситуациях [Электронный ресурс] : учеб. пособие / Н. Г. Осухова. - 5-е изд., перераб. и доп. - ЭВК. - М. : Академия, 2012 - Режим доступа: ЭЧЗ "Библиотех". - 20 доступов. - ISBN 978-5-7695-9049-8 .
10	Пермякова В.А. Возрастное развитие: предпосылки, периодизация, характеристики возрастов и закономерности (в норме и при отклонениях)/ В.А. Пермякова.- Иркутск:Изд-во Иркут. Пед. Ун-та, 2006.- 184 с. 1 экз.
11	Практикум по возрастной психологии : учеб. пособие / ред.: Л. А. Головей, Е. Ф. Рыбалко. - доп. и перераб. - СПб. : Речь, 2010. - 693 с. 2 экз.
12	Смык, Ю. В. Психология взрослого человека и основы геронтопсихологии [Текст]: учеб.-метод. пособие / Ю. В. Смык.- Иркутск: Изд-во ВСГАО, 2013.-94 с. 1 экз.
13	Стюарт - Гамильтон Я.Психология старения. 4-е изд./ Я. Стюарт-Гамильтон.- СПб:Питер, 2010.- 320 с. 5 экз.
14	Яковлев, В. В. Зрелый, пожилой и старческий возрасты в аспекте психологии и психофизиологии. Возраст и власть [Текст] / В. В. Яковлев. - Самара : Инсома-пресс, 2015. - 26 с. 2 экз

№	Наименование журналов:	период.	2011г.	2012г.	2013г.	2014г.	2015г.	2016г.	2017г.	ИТОГО:
1	Вестник МГУ Сер. 14 Психология	2	4	4	---	---	---	---	---	8
2	Вопросы психологии	3	10	12	15	12	6	6	3	64
3	Журнал практического психолога	3	---	6	3	---	---	---	---	9
4	Консультативная пси-	2	4	2	---	---	---	---	---	6

	хология и психотерапия									
5	Психологическая диагностика	2	4	2	2	---	---	---	---	8
6	Психологическая наука и образование	2	4	8	4	4	2	---	---	22
7	Психологический журнал	3	6	12	12	12	6	6	3	57
8	Психология в вузе	3	6	6	6	6	3	---	---	27
9	Российский психологический журнал	2	4	2	---	---	---	---	---	6
10	Сибирский психологический журнал	2	4	4	4	4	2	4	2	24

ПЕРЕЧЕНЬ ЭЛЕКТРОННЫХ ЖУРНАЛОВ, ДОСТУПНЫХ НА ПЛАТФОРМЕ E-LIBRARY

№ п/п	Наименование журнала	Периодичность выпусков в год							Итого (экз.)
		2011г.	2012г.	2013г.	2014г.	2015г.	2016г.	2017г.	
1.	Вестник Московского университета. Серия 14: Психология	4	4	4	4	4	4	4	28
2.	Психологический журнал	-	-	6	6	6	6	6	30

**ПЕРЕЧЕНЬ СПРАВОЧНЫХ ИЗДАНИЙ, СЛОВАРЕЙ,
СПРАВОЧНО-БИБЛИОГРАФИЧЕСКИХ ПОСОБИЙ**

Психологическое консультирование : справ. практ. психолога / сост. С. Л. Соловьева. – М. : АСТ : Полиграфиздат ; СПб. : Сова, 2010. – 640 с. 1 экз.

Труды ученых, преподавателей, научных сотрудников ИГУ. 1995–2007 гг. В 5 т. Т. 4 : Исторический факультет. Факультет психологии. Факультет филологии и журналистики. Факультет сервиса и рекламы : библиогр. указ. / Иркут. гос. ун-т, Науч. б-ка ; сост. Г. Ф. Ямщикова [и др.] ; ред.: Р. В. Подгайченко, И. П. Белоус, Г. Ф. Ямщикова. – Иркутск : Изд-во Иркут. гос. ун-та, 2011. – 325 с. 5 экз.

в) Программное обеспечение:

№	Наименование программы	Условия использования
1.	Office 365 профессиональный плюс для учащихся	Номер заказа: 36dde53d-7cdb-4cad-a87f-29b2a19c463e.
2.	Kaspersky Endpoint Security для бизнеса - Стандартный Russian Edition. 250-499.	Форус Контракт №04-114-16 от 14ноября 2016г КЕС. Счет №РСЦЗ-000147 и АКТ от 23 ноября 2016 г. Лиц.№1В08161103014721370444.
3.	Microsoft Office Enterprise 2007 Russian Academic OPEN No Level	Номер Лицензии Microsoft 43364238.
4.	WinPro 10 RUS Upgrd OLP NL Acdmc.	Сублицензионный договор 501 от 03.03.17 Форус. Счет № ФРЗ-0003368 от 03 марта 2017г.
5.	Гарант-Максимум аэро, объединенный с Конструктором правовых документов (коммерч.) Стандартная сетевая версия.	Договор об оказании информационных услуг №90 от 31.01.17 на 20 рабочих мест.
6.	2GIS 3.16.	Условия использования по ссылке: http://law.2gis.ru/licensing-agreement/
7.	7zip 16.04	Условия использования по ссылке: http://7-zip.org/license.txt
8.	Adobe Reader DC 2015.020	Условия использования по ссылке: http://www.images.adobe.com/content/dam/acom/en/legal/licenses-terms/pdf/PlatformClients_PC_WWEULA-en_US-20150407_1357.pdf
9.	Foxit PDF Reader 8.0	Условия использования по ссылке: https://www.foxitsoftware.com/products/pdf-reader/eula.html
10.	GIMP 2.8.18	Условия использования по ссылке: https://www.gimp.org/about/COPYING
11.	Google Chrome 54.0.2840	Условия использования по ссылке: https://www.google.ru/chrome/browser/privacy/eula_text.html

12.	IrfanView 4.42	Условия использования по ссылке: http://www.irfanview.com/eula.htm
13.	Java 8	Условия использования по ссылке: https://www.oracle.com/legal/terms.html
14.	Mozilla Firefox 50.0	Условия использования по ссылке: https://www.mozilla.org/ru/about/legal/terms/firefox/
15.	OpenOffice 4.1.3	Условия использования по ссылке: https://www.openoffice.org/licenses/PDL.html
16.	Opera 41	Условия использования по ссылке: http://www.opera.com/ru/terms
17.	PDF24Creator 8.0.2 df	Условия использования по ссылке: https://en.pdf24.org/pdf/lizenz_en_de.p
18.	АРМ Читатель ИРБИС64	Лицензия №670/1 от 16 дек 2015г

г) Базы данных, информационно-справочные и поисковые системы:

№	Перечень
1	Крупнейший российский информационный портал в области науки, технологии, медицины и образования, содержащий рефераты и полные тексты более 14 млн. научных статей и публикаций: http://elibrary.ru/ .
2	http://ellib.library.isu.ru Научная электронная библиотека «ELIBRARY.RU» http://e.lanbook.com/ ЭБС «Издательство Лань», коллекция «Психология. Педагогика»
3	https://isu.bibliotech.ru/ ЭБС ЭЧЗ «Библиотех»
4	http://rucont.ru/ ЭБС Национальный цифровой ресурс «Руконт» электронные версии печатных изданий раздел «Психология»
5	http://ibooks.ru электронная библиотека ЭБС «Айбукс.ру», Электронная библиотека «Интуит.ру»
6	http://diss.rsl.ru/ Электронная библиотека диссертаций РГБ
7	http://psychology.net.ru/ – сайт «Мир психологии»
8	http://azps.ru – (А.Я. Психология)
9	http://psychology.ru/ – сайт, посвященный общим вопросам психологии
10	Федеральный образовательный портал: http://www.edu.ru/ .
11	Сайт по психологии: описание психологических тестов, тестирование он-лайн, тренинги, упражнения, статьи, советы психологов: http://azps.ru
12	Сборник электронных курсов по психологии: http://www.ido.edu.ru/psychology/
13	Электронная библиотека портала Auditorium.ru: http://www.auditorium.ru .
14	http://www.koob.ru – электронная библиотека психологической литературы
15	Поисковые системы: Yandex, Google и др.

9. Материально-техническое обеспечение дисциплины

Специальные помещения: Учебная аудитория для проведения занятий лекционного и семинарского типа.	Аудитория оборудована: - <i>Специализированной учебной мебелью</i> на 48 посадочных мест; доской настенной магнитно-меловой, - <i>Техническими средствами обучения</i> , служащими для представления учебной информации большой аудитории по дисциплине «Психология зрелости и старения»: - стационарный ПК Intel S775 Pentium D 925 – 1 шт. - проектор Epson EB-X12- 1 шт., - экран Digis – 1 шт., - колонки Sven – 1 пара. - <i>Учебно-наглядными пособиями</i> : Тематические иллюстрации в виде презентации по каждой теме программы дисциплины «Психология зрелости и старения». - <i>Программным обеспечением</i> : Офисный пакет приложений Microsoft Office (в т.ч. программа для	Номер Лицензии Microsoft 43364238 Microsoft Office Enterprise 2007 Russian Academic OPEN No Level (350 лицензий)
--	---	---

	создания и демонстрации презентаций, иллюстраций и других учебных материалов по дисциплине «Психология зрелости и старения», MicrosoftPowerPoint).	
Специальные помещения: Компьютерный класс (учебная аудитория) для групповых и индивидуальных консультаций, организации самостоятельной работы, в том числе, научно исследовательской.	Аудитория оборудована: - <i>Специализированной учебной мебелью</i> на 25 посадочных мест, доской настенной магнитно-меловой; - <i>Техническими средствами:</i> ПК Celeron-D320 – 12 шт, ПК Intel S775 Pentium D 925 -8 шт, ПК AMD FX 4170 4,8Гц), 2 системных блока: - СБ Intel Core i5 3000 МГц, 4 Гб, 500 Гб-1шт., СБ Intel S775 Pentium D 925 – 1шт. с неограниченным доступом к сети Интернет и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду организации 1 принтер, 1 сканер, 1 МФУ. - <i>Программным обеспечением:</i> Офисный пакет приложений Microsoft Office.	
Специальные помещения: Аудитория для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации.	Аудитория оборудована: - <i>Специализированной учебной мебелью</i> на 48 посадочных мест; доской настенной магнитно-меловой, - <i>Техническими средствами обучения:</i> - стационарный ПК Intel S775 Pentium D 925 – 1 шт. - проектор Epson EB-X12- 1 шт., - экран Digis – 1 шт., - колонки Sven – 1 пара. - <i>Программным обеспечением:</i> Офисный пакет приложений Microsoft Office (в т.ч. программа для создания и демонстрации презентаций, иллюстраций и других учебных материалов по дисциплине «Психология зрелости и старения», MicrosoftPowerPoint).	

10. Образовательные технологии

Лекции с проблемным изложением, лекции-дискуссии, обсуждение конкретных ситуаций, семинарские занятия, практические занятия. Самостоятельная работа студентов включает: знакомство с научной литературой, их анализ, подготовка выступлений и обсуждение на семинарских занятиях, подготовка и защита письменных работ (эссе), самостоятельный подбор методов исследования кризисов взрослости.

Доля занятий с использованием активных и интерактивных методов составляет 30%.

11. Оценочные средства по дисциплине.

11.1. Оценочные средства для входного контроля

1. Вариант А. Отрасль психологической науки, изучающая закономерности этапов психического развития и формирования личности на протяжении онтогенеза человека от молодости до старости, — это:

Ответ 1. Психология зрелости и старения.

Ответ 2. Психология развития и возрастная психология.

Ответ 3. Генетическая эпистемология.

Ответ 4. Сравнительная психология.

Вариант Б. Метод, основанный на изучении закономерностей психического развития посредством моделирования его существенных условий, — это:

Ответ 1. Экспериментально-генетическая стратегия исследования.

Ответ 2. Метод возрастных поперечных срезов.

Ответ 3. Метод клинической беседы

Ответ 4. Сравнительный метод.

Вариант В. Процесс и результат усвоения и активного воспроизводства индивидом социального опыта, осуществляемый в общении и деятельности, — это:

Ответ 1. Социализация.

Ответ 2. Развитие.

Ответ 3. Воспитание.

Ответ 4. Адаптация к социальной среде.

Вариант Г. Принцип психологии развития, проявляющий себя в том, что хронологические рамки и особенности каждого возраста не являются статичными, но определяются действием общественно-исторических факторов, социальным заказом общества, — это:

Ответ 1. Исторический принцип психологии развития.

Ответ 2. Принцип творческого характера развития.

Ответ 3. Принцип ведущей роли социокультурного контекста в развитии.

Ответ 4. Принцип амплификации развития.

2. Вариант А. Специфическая для каждого возрастного периода система отношений субъекта в социальной действительности, отраженная в его переживаниях и реализуемая им в совместной деятельности с другими людьми, — это:

Ответ 1. Социальная ситуация развития

Ответ 2. Социальное пространство.

Ответ 3. Уровень развития общения.

Ответ 4. Центральное новообразование возраста.

Вариант Б. Категория возрастной психологии, обозначающая отдельные временные интервалы жизни человека и выводимая из конкретной теории развития и принципа ее периодизации, — это:

Ответ 1. Психологический возраст.

Ответ 2. Хронологический возраст.

Ответ 3. Период..

Ответ 4. Кризис

Вариант В. Наука о механизмах и условиях формирования у зрелого человека различных форм и типов знаний, понятий и познавательных операций — это:

Ответ 1. Психология зрелости и старения.

Ответ 2. Психология развития и возрастная психология.

Ответ 3. Генетическая психология.

Ответ 4. Когнитивная психология.

Вариант Г. Теория психического развития, основу которой составляет представление о культурной обусловленности развития психики человека, о превращении натуральных форм в культурные (высшие) психические функции, — это:

Ответ 1. Культурно-историческая концепция.

Ответ 2. Эпигенетическая теория развития.

Ответ 3. Теория рекапитуляции.

Ответ 4. Теория конвергенции двух факторов.

3. Вариант А. Категория отечественной возрастной психологии и психологии развития, обозначающие главный путь онтогенетического развития человека: овладение индивидом достижениями материальной и духовной культуры человека — это:

Ответ 1. Присвоение.

Ответ 2. Приспособление.

Ответ 3. Приобщение.

Ответ 4. Ассимиляция.

Вариант Б. Автором общепризнанной в нашей стране концепции периодизации психического развития является:

Ответ 1. П. Я. Гальперин

Ответ 2. Л.С. Выготский, Д. Б. Эльконин, П.Я. Гальперин.

Ответ 3. В. Высоцкий

Ответ 4. П. П. Блонский.

Вариант В. Особые, относительно непродолжительные по времени периоды онтогенеза, характеризующиеся резкими психологическими изменениями и относящиеся к нормативным процессам, необходимым для поступательного развития личности, — это:

Ответ 1. Возрастные кризисы.

Ответ 2. Литические периоды.

Ответ 3. Возрасты.

Ответ 4. Индивидуальные кризисы.

Номер правильного ответа — ?

Вариант Г. Центральное понятие концепции Э. Эриксона, обозначающее эмоционально-когнитивное единство представлений о самом себе, своем месте в мире, в системе межличностных отношений, — это:

Ответ 1. Эгоидентичность.

Ответ 2. Самосознание.

Ответ 3. Самость.

Ответ 4. Эгоинтеграция.

11.2. Оценочные средства для текущего контроля

Темы для проведения семинарских занятий в форме сообщений или дискуссий:

1. Характеристика основных подходов к проблеме возрастной периодизации взрослого человека.
2. Особенности развития личности в молодости (в ранней зрелости).
3. Характеристика нормативного кризиса (около 30 лет), причины его возникновения.
4. Зрелость как вершина жизненного пути.
5. Характеристика нормативного кризиса середины жизни (около 40 лет). Пути преодоления кризиса.
6. Постоянное обновление знаний и умений как основная форма общественной жизни взрослого человека.
7. Особенности развития психики в период средней зрелости.
8. Феномен «акме» и условия его формирования и развития. Акмеология – наука об этапе жизненного расцвета человека.
9. Социально-психологическая характеристика личности в период поздней зрелости.
10. Социально-психологическая подготовка человека к выходу на пенсию.
11. Негативные последствия выхода на пенсию; «шок отставки», снижение социального статуса, престижа.
12. Характеристика пресенильного периода жизненного цикла (перед пенсией).
13. Особенности протекания нормативного кризиса (50 – 55; 55 –60 лет).
14. Какие личностные и когнитивные изменения обуславливает социальная ситуация развития в старости?
15. Осознание старения как причина внутреннего конфликта.
16. Проблемы нормативных возрастных кризисов в позднем возрасте. Кризис «потери идентичности» и пути его преодоления.
17. Изменение временной транспективы личности в пожилом и старческом возрастах.
18. Феномен особой, эмоционально окрашенной обращенности пожилых людей к воспоминаниям прошлого.
19. Структура эмоциональных переживаний людей в пожилом и старческом возрастах.
20. Характеристика основных типов старения (Ф. Гизе, И.С. Кон, Б.Г. Ананьев и др.).
21. Особенности отношения старых людей к смерти.
22. Специфические особенности переживания одиночества в старости и потребность в эмоциональных контактах
23. Возрастные изменения личности в период старения и поздней старости.

24. Роль биологического, психологического и социального факторов в процессе старения.

25. В чем заключаются особенности адаптации пожилых людей к состоянию дряхлости и немощности?

26. Как влияют социально-психологические факторы на возникновение и протекание деменции? Охарактеризовать крайние формы деменции в старости.

27. Какие существуют проблемы в стационарном уходе в стационарном уходе за пожилыми людьми (эйджизм, некомпетентность специалистов и др.)?

28. Существующие методы работы с семьей пожилого человека и методы их социально-психологической поддержки.

29. Проблема психологического виаукта в старости.

30. Проблема долгожительства и факторы долголетия.

Вопросы и задания к семинарским занятиям

Семинар 1.

Тема: Проблемы возраста и развития в психологии

Вопросы и задания:

1. Развитие психики в онтогенезе по мнению отечественных психологов.

2. Путь становления психологии взрослого и старого человека в качестве отрасли, осуществляющей целостный анализ онтогетического процесса.

3. Критерии, оценивающие структуру психологического, биологического и календарного возрастов в отечественной психологии.

Семинар 2. Различные подходы к проблеме возрастной периодизации жизненного цикла взрослого человека

Вопросы и задания:

1. Основные критерии создания различных периодизаций как отечественных, так и зарубежных специалистов.

2. Провести сравнительный анализ отечественных и зарубежных периодизаций.

Семинар 3. Структура возрастного кризиса у взрослого человека

Вопросы и задания:

1. Социально-психологическое содержание кризиса середины жизни.
2. Основные социально-психологические факторы кризиса середины жизни.
3. Социально-психологические новообразования при завершении кризиса середины жизни.
4. Пути выхода из кризисов средней зрелости.

Семинар 4. Феномен «акме» и факторы его определяющие

Вопросы и задания:

1. Основное отличие зрелости от других этапов жизненного цикла.
2. Наука о зрелом возрасте, ее содержание и основные проблемы.
3. Факторы, определяющие «акме».

Семинар 5. Возрастные изменения в пожилом возрасте

Вопросы и задания:

1. Структура эмоциональных переживаний в старости.
2. Факторы, оказывающие влияние на процесс старения человека.
3. Самооценка в пожилом и старческом возрастах.

Семинар 6. Социально-психологические проблемы в работе с «группой пожилых и старых людей»

Вопросы и задания:

1. Профессиональные и личностные проблемы социальных работников и психологов, работающих с пожилыми людьми.
2. Особенности эйджизма в социально-психологической работе с пожилыми людьми.
3. Роль психолога в разработке и осуществлении стратегии предотвращения жестокости по отношению к пожилым людям.
4. Состояние деменции в позднем возрасте и подготовка к нему в современной культуре.

**Вопросы для подготовки к семинарским занятиям для студентов
заочной формы обучения**

Студентам предстоит ответить на следующие вопросы и выполнить следующие задания:

1. Дать определение понятиям «психологический возраст», «психологическое время».
 2. Указать различия в протекании кризисов в детстве и в зрелом возрасте.
 3. Дать общую характеристику периоду ранней зрелости (от 20 до 40 лет).
 4. Кратко охарактеризовать кризис 30 лет, динамику его протекания, пути выхода.
 5. Дать общую характеристику периода «зрелости» и понятия «акмэ».
 6. Описать причины возникновения кризиса зрелого возраста (40 лет), пути выхода из него.
 7. Раскрыть сущность предпенсионного кризиса (55-60 лет).
 8. Назвать причины благополучного или неблагополучного протекания старости (принятие или непринятие собственной старости как фактор).
 9. Дать общую характеристику периода пожилого возраста и старости.
 10. Выделить социально-психологические особенности взаимодействия в семье и спецучреждениях с лицами пожилого и старческого возрастов.
 11. Указать структуру эмоциональных переживаний в старости.
 12. Обозначить факторы, способствующие долголетию, назвать особенности личности долгожителей.
 13. Студент должен написать эссе на самостоятельно выбранную тему из курса «Психология зрелости и старения» с использованием творческого подхода, дополнительных литературных источников. Объем 10-15 стр.
- Выполнение контрольной работы послужит основанием к допуску студента к экзамену. Форма контроля – зачет.

Темы эссе.

1. Основные группы периодизаций развития в отечественной и зарубежной психологии.
2. Проблемы возраста и проблемы развития в психологии.
3. Основные теоретические подходы в психологии зрелого возраста.
4. Проблема определения критериев зрелости.
5. Гендерные различия в переживании кризиса середины жизни.

6. Развитие личности в зрелом возрасте. Особенности зрелой личности.
7. Развитие познавательных функций в зрелом возрасте.
8. Кризис поздней зрелости.
9. Психология позднего возраста.
10. Геронтопсихология как наука.
11. Конструктивное и деструктивное старение.
12. Представление о старости и старении в биологии и психологии.
13. Особенности личности пожилого человека.
14. Эмоциональная жизнь в позднем возрасте.
15. Особенности интеллекта и познавательных функций в позднем возрасте
16. Психологическая помощь пожилым людям.
17. Культурные традиции отношения к смерти и подготовка к ней в работах отечественных и зарубежных исследователей.
18. Внешние и внутренние факторы долгожительства.

Разработчик:



_____ доцент кафедры педагогической и возрастной психологии
М.Ю. Уварова

Программа рассмотрена на заседании кафедры педагогической и возрастной психологии

Протокол № 7 от «13» марта 2019 г.

Зав. кафедрой _____  _____ Е.А. Кедярова

Настоящая программа не может быть воспроизведена ни в какой форме без предварительного письменного разрешения кафедры – разработчика программы

12.ЛИСТ ОБНОВЛЕНИЯ

Дата	Внесенные обновления	Подпись автора	Подпись зав. кафедрой