

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

Институт общественных наук

(наименование института)

Кафедра дизайна

(наименование кафедры)

УТВЕРЖДЕНА
на заседании кафедры дизайна
Протокол №1 от 29.08.2017 г

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

**Б1.В.ДВ.01.01 ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ АДАПТАЦИИ СТУДЕНТА
К УСЛОВИЯМ ОБУЧЕНИЯ**

54.03.01 Дизайн

направленность «Современный дизайн»

квалификация бакалавр

очная форма обучения

Год набора - 2017

Москва, 2017 г.

Автор(ы)–составитель(и):

**Доцент,
кандидат психологических наук**

Крымчанинова М.В.

**Заведующий кафедрой дизайна,
Профессор, кандидат искусствоведения**

Серов С. И.

СОДЕРЖАНИЕ

1. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения программы	3
2. Объем и место дисциплины в структуре ОП ВО	4
3. Содержание и структура дисциплины (модуля)	5
4. Материалы текущего контроля успеваемости обучающихся и фонд оценочных средств промежуточной аттестации по дисциплине.....	6
4.1. Формы и методы текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации	6
4.1.2. Промежуточная аттестация (зачет) проводится в форме: ответа на устный вопрос и решения теста.....	6
4.2. Материалы текущего контроля успеваемости обучающихся	6
4.3. Оценочные средства для промежуточной аттестации обучающихся.....	10
4.4. Методические материалы	19
5. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины.....	19
6. Учебная литература и ресурсы информационно-телекоммуникационной сети "Интернет", включая перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю)	19
6.1. Основная литература:	19
6.2. Дополнительная литература:	20
7. Материально-техническая база, информационные технологии, программное обеспечение и информационные справочные системы	20

1. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения программы

1.1. Дисциплина «Психологические особенности адаптации студента к условиям обучения» обеспечивает овладение следующими компетенциями с указанием этапа:

Код	Наименование	Код этапа	Наименование этапа освоения
-----	--------------	-----------	-----------------------------

компетенции	компетенции	освоения компетенции	компетенции
УК ОС-5	Способность проявлять толерантность в условиях межкультурного разнообразия общества	УК ОС-5.1	Способность различать специфику этнической, религиозной, гендерной, возрастной дискриминации и дискриминации людей с ограниченными возможностями здоровья в исторических, культурных и иных контекстах.
УК ОС-6	Способность выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни	УК ОС-6.1	Способность осознанно выстраивать свою образовательную траекторию и применять методы самоорганизации и саморазвития с учетом приоритетных задач

1.2. В результате освоения дисциплины у обучающихся должны быть сформированы:

ОТФ/ТФ (при наличии профстандарта)	Код этапа освоения компетенции	Результаты обучения
	УК ОС-5.1	Приводит основные теоретические концепции по вопросам этнических, религиозных, гендерных, возрастных отличий и физических ограничений. Определяет круг понятий гендерной, возрастной дискриминации и дискриминации людей с ограниченными возможностями здоровья. Приводит примеры их реализации в повседневной жизни, а также примеры международной практики противодействия дискриминации.
	УК ОС-6.1	Самостоятельно анализирует и классифицирует затруднения, препятствующие росту эффективности учебной деятельности. Определяет тактику преодоления затруднений. Определяет и применяет методы (тайм-менеджмент, выработка привычек, самомотивация, «круг общения» и др.) самоорганизации и саморазвития.

2. Объем и место дисциплины в структуре ОП ВО

Объем дисциплины 36 академических/27 астрономических часа (1 ЗЕ).

Количество академических часов, выделенных на контактную работу с преподавателем (по видам учебных занятий) и на самостоятельную работу обучающихся:

18/13,5 часов практических занятий,

18/13,5 часов самостоятельной работы.

Место дисциплины в структуре ОП ВО

Дисциплина Б1.В.ДВ.01.01 «Психологические особенности адаптации студента к условиям обучения» изучается на 1 курсе, в 1 семестре.

Освоение дисциплины опирается на минимально необходимый объем теоретических знаний в области психологии, полученных в школе, а также на приобретенные ранее умения и навыки

Форма промежуточной аттестации: зачет.

3. Содержание и структура дисциплины (модуля)

Таблица 1

№ п/п	Наименование тем (разделов),	Объем дисциплины (модуля), час.						Форма текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации
		Всего	Контактная работа обучающихся с преподавателем по видам учебных занятий				СР	
			Л	ЛР	ПЗ	КСР		
Очная форма обучения								
Тема 1	Адаптация в обществе. Знакомство с новым коллективом. Контакт с преподавателями.	8			4		4	О,Д
Тема 2	Адаптация к процессу учебы.	8			4		4	О, Эс
Тема 3	Адаптация к новым условиям жизни.	10			4		6	О, Эс
Тема 4	Подготовка к профессиональной деятельности.	10			6		4	О, Эс, Р
Промежуточная аттестация								зачет
Всего:		36			18		18	

Примечание: формы текущего контроля успеваемости: опрос (О), диспут (Д), эссе (Э), реферат (Р).

Содержание дисциплины (модуля)

Тема 1. Проблемы профессиональной адаптации в психологии. Социально-психологическая адаптация. Профессиональная адаптация. Степень полноты профессиональной адаптации зависит от ряда объективных и субъективных факторов. Две стратегии процесса профессиональной адаптации.

Тема 2. Адаптация к учебно-профессиональной деятельности. Объективные и субъективные причины проблемы адаптации студентов к обучению в ВУЗе. Определение адаптационных возможностей подростков и юношей. Мотивационная готовность к учебно-профессиональной деятельности, социальные аспекты адаптации.

Тема 3. Среда адаптации и ее характеристики. Оптимальная форма адаптированности. Самореализация. Профессиональная направленность. Цели адаптации. Результат адаптации.

Тема 4. Стратегии адаптивного поведения студентов. Психологические особенности процесса адаптации студентов в ВУЗе. Три причины, порождающие процесс адаптации. Стадии адаптации.

4. Материалы текущего контроля успеваемости обучающихся и фонд оценочных средств промежуточной аттестации по дисциплине

4.1. Формы и методы текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации

– при проведении практических занятий:

опрос (О), диспут (Д), эссе (Эс)

при контроле результатов самостоятельной работы студентов:

опрос (О), эссе (Эс)

4.1.2. Промежуточная аттестация (зачет) проводится в форме: ответа на устный вопрос и решения теста.

4.2. Материалы текущего контроля успеваемости обучающихся

Типовые вопросы

Поведенческие подходы к адаптации.

Эволюционно-когнитивные схемы адаптации. Адаптация и интеллект. Когнитивная организация. Воззрения бихевиористов на адаптацию. Теория социального научения. Роль личности в адаптационном процессе. Проблема социальной адаптации личности. Структура личности (в контексте феномена адаптации). Проблемы определения мотивации. Мотивация успеха и избегания неудач. Мотивация учебной деятельности. Мотивация профессионального развития.

Практические занятия

Направления исследований в области адаптации. Определения адаптации. Феномен адаптации в психологии личности. Три направления исследований в области адаптации. Многомерность явления адаптации. Концептуальная схема адаптации. Механизмы адаптации индивида (психическая устойчивость, биоритмы, адаптационный синдром).

Типовые оценочные материалы по теме 2

Типовые вопросы

Адаптация к обучению в вузе. Адаптация и стрессоустойчивость педагога. Специфика учебной деятельности студентов вуза. Психологическая структура адаптации к обучению в вузе. Общая схема адаптации студентов вуза. Построение модели адаптации обучения в вузе. Стресс в педагогической деятельности. Особенности деятельности педагога и его стрессогенность. Личностно-субъективные характеристики педагога и его стрессоустойчивость. Профессиональная Я-концепция педагога. Психологическая модель стрессоустойчивости педагога.

Практическое занятие

Стресс и стрессовые состояния. Личностно-индивидуальные детерминанты стрессоустойчивости. Стресс как системная реакция человека. Различные аспекты понятия стресса. Стресс и адаптация. Понятие психического состояния. Классификация психических состояний. Активационные состояния. Тонические состояния. Тензионные состояния. Эмоциональные состояния. Равновесные и неравновесные состояния. Виды стрессовых состояний. Индивидуальные факторы стрессоустойчивости. Фрустрированность и агрессивность личности. Стресс-толерантность. Устойчивость к экстремальным факторам. Установки и диспозиции личности в контексте стрессоустойчивости. Самооценка и

стрессоустойчивость личности. Стили совладающего поведения. Устойчивость к психическому стрессу.

Типовые оценочные материалы по теме3

Типовые вопросы

Практическое занятие:

Адаптация к обучению в учебном заведении. Специфика учебной деятельности младших школьников, подростков, учащихся юношеского возраста, студентов вуза. Психологическая структура адаптации к обучению в учебном заведении. Общая схема адаптации младших школьников. Общая схема адаптации подростков. Общая схема адаптации старшеклассников. Общая схема адаптации студентов вуза. Модели адаптации обучения в учебных заведениях.

Типовые оценочные материалы по теме 4

Практическое занятие:

Способы регуляции психофизиологического состояния. Саморегуляция психических состояний. Психотехники регуляции психических состояний. Аутогенная тренировка. Правила занятий. Дыхательные упражнения.

Практическое занятие:

Развитие личностного адаптационного потенциала и креативности. Личностный адаптационный потенциал. Интеллектуальный потенциал. Установки личности и их коррекция. Креативность. Методики развития креативности личности.

Практическое занятие:

Основные принципы и правила социально-психологического тренинга. Индивидуальные задания по разработке программы адаптационного тренинга для разных категорий лиц (аннотация программы, SWOT-анализ, постановка цели, задач, планирование этапов, обоснование выбора психотехник и оценки «возврата вложений»).

Практическое занятие:

Основные принципы и правила разработки социально-психологического тренинга. Процедура и программа тренинга. Защита индивидуальных тренинговых программ. Мини-конференция. Представление презентации и оформленной программы тренинга. Обсуждение.

Тематика рефератов

1. История проблемы адаптации в психологии
2. Мотивация и адаптация к учебной деятельности
3. Адаптация к учебной деятельности младших школьников
4. Адаптация к учебной деятельности учащихся среднего звена
5. Адаптация к учебной деятельности старшеклассников
6. Адаптация к учебной деятельности студентов СПО
7. Адаптация к учебной деятельности студентов вуза
8. Мотивация и профессиональная направленность личности
9. Когнитивно-поведенческий подход к адаптации
10. Психодинамический подход к адаптации
11. Экзистенциально-гуманистический подход к адаптации
12. Неврологическая регуляция адаптационных процессов

13. Индивидуальный уровень адаптивности. Адаптация и биоритмы
14. Психодиагностика социальной адаптации
15. Адаптация и стрессоустойчивость
16. Индивидуально-личностные характеристики и адаптация
17. Роль личности в адаптационном процессе
18. Адаптация и решение прикладных задач психологии образования
19. Стресс как системная мотивация человека
20. Проблемы диагностики стрессового состояния

Работа студента в группе (диспут)

Вопросы для обсуждения по материалу темы 1.

1. Какие компоненты адаптационного процесса вы знаете?
2. Какие определения адаптации Вам известны? Дайте их сравнительную характеристику.
3. В каком направлении адаптация изучается вне контекста конкретной предметной и профессиональной деятельности?
4. Объясните суть психофизиологического подхода к изучению адаптации
5. Почему адаптация является комплексным феноменом?
6. Определите характеристики адаптации человека как индивида, как личности, как субъекта деятельности
7. Приведите концептуальную схему адаптации
8. Какие основные идеи легли в основу адаптационного синдрома Г. Селье?
9. Что означает неврологическая регуляция адаптационных процессов?
10. Какие индивидуальные характеристики адаптации Вы знаете?
11. Как взаимосвязаны адаптация и интеллект?
12. Как бихевиористы рассматривают адаптацию?
13. Объясните суть теории социального научения
14. Определите роль личности в адаптационном процессе
15. Какие психодиагностические методики для изучения социальной адаптации личности Вы знаете?
16. Как феномен адаптации рассматривался в психоанализе?
17. Как феномен адаптации рассматривался в гуманистической психологии?
18. Как феномен адаптации рассматривался в когнитивной психологии?
19. Какие альтернативные подходы к проблеме социальной адаптации Вы знаете?
20. Как взаимосвязаны мотивация и адаптация?

Вопросы для обсуждения по материалу темы 2.

1. Как Г. Селье определяет понятие стресса?
2. В чем заключается современный подход к стрессу?
3. Дайте сравнительные характеристики адаптационного процесса в различных концепциях личности?
4. Что такое психическое состояние?
5. Что такое уровень психической активности?
6. В чем разница между равновесными и неравновесными состояниями?
7. Какие стрессовые состояния можно выделить?
8. Что такое функциональное состояние?
9. Какие состояния относятся к активационным?
10. Какие состояния являются тоническими?

11. Перечислите тензионные состояния?
12. Дайте характеристику эмоциональных состояний?
13. Дайте характеристику состоянию фрустрации
14. Что такое аффект?
15. Опишите модель возникновения стресса
16. Что такое психическая устойчивость?
17. Что такое стресс-толерантность?
18. Дайте характеристику личностно-индивидуальных детерминант стрессоустойчивости
19. Какие стили совпадающего поведения Вы знаете?
20. В чем заключается специфика учебной деятельности студентов вуза?
21. Определите психологическую структуру адаптации к обучению в вузе.
22. Какие этапы можно выделить в процессе адаптации студентов вуза?
23. Опишите модель адаптации обучения в вузе А.А Реан.
24. С какими трудностями сталкиваются студенты в процессе адаптации к обучению в вузе?
25. В чем заключается влияние социально-психологического климата учебной группы на адаптационный процесс студентов?
26. Неформальное лидерство в студенческой среде и адаптация
27. Какие личностные новообразования характерны для студентов в связи с новой социальной ролью и изменившимися условиями жизнедеятельности?
28. Роль кураторов и тьюторов в адаптационном процессе студентов вуза?
29. В чем заключается специфика педагогической деятельности?
30. Какие стресс-факторы возможны в деятельности педагога?
31. Какие личностно-субъективные характеристики педагога взаимосвязаны со стрессоустойчивостью?
32. Факторы стрессоустойчивости педагога
33. Дайте характеристику профессиональной Я-концепции педагога
34. Суть психологической модели стрессоустойчивости педагога (А.А. Реан, А.А. Баранов, А.Р. Кудашев)
35. Механизмы стрессоустойчивости педагогов
36. Что такое уровень субъективного контроля?
37. Какие психодиагностические методики на определение стрессоустойчивости вы знаете?
38. Влияет ли уровень профессионализма педагогов на детерминанты стрессоустойчивости?
39. Как мотивация профессиональной деятельности педагогов взаимосвязана с адаптацией к трудностям при осуществлении педагогической деятельности?

Вопросы для обсуждения по материалу темы 3.

1. Что такое саморегуляция психических состояний
2. Что такое психическое воздействие?
3. Что относится к психологической помощи?
4. Отличительные особенности психокоррекции от других видов психологической помощи
5. Какие способы регуляции психофизиологического состояния Вы знаете?
6. Что такое аутогенная тренировка?
7. Плюсы и ограничения аутогенной тренировки?

8. Особенности использования дыхательных упражнений
9. Какие дыхательные практики Вам известны?
10. Как Вы понимаете понятие «личностный потенциал»?
11. Что такое личностный рост?
12. Какие техники, увеличивающие личностный адаптационный потенциал, Вы знаете?
13. Чем тренинги личностного роста отличаются от социально-психологических тренингов?
14. Приведите примеры упражнений, направленных на развитие интеллектуального потенциала
15. Чем общий интеллект отличается от практического?
16. Дайте определение креативности
17. Какие методы диагностики творческого потенциала Вы знаете?
18. Какие техники, увеличивающие творческий потенциал личности, Вы знаете?
19. Как самооценка влияет на адаптивные возможности личности?
20. Что такое персональное лидерство?
21. Что такое психологический тренинг?
22. Какие виды групповой работы психологической помощи Вы знаете?
23. Виды психологических тренингов?
24. Что такое Т-группы?
25. Какие принципы социально-психологического тренинга можно выделить?
26. Определите цели и задачи адаптационного тренинга?
27. Что такое SWOT-анализ?
28. Из чего состоит программа тренинга?
29. Как оценить эффективность тренинга?
30. Групповая динамика в тренинговой группе
31. Как осуществляется работа по формированию сплоченности группы?
32. Конструирование и подготовка тренинга. Организация и проведение тренинга
33. Групповые методы и методические средства
34. Подстройка, виды подстройки
35. Профессиональная этика тренера.
36. Профилактика эмоционального сгорания тренера.
37. Невербальная коммуникация в тренинге
38. Приемы активизации и управления вниманием.
39. Практика использования вопросов. Особенности вербального сообщения как техники психологического воздействия.
40. Психодиагностика в рамках тренинга

4.3. Оценочные средства для промежуточной аттестации обучающихся.

4.3.1. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы. Показатели и критерии оценивания компетенций с учетом этапа их формирования

Код компетенции	Наименование компетенции	Код этапа освоения компетенции	Наименование этапа освоения компетенции
УК ОС-5	Способность проявлять толерантность в	УК ОС-5.1	Способность различать специфику этнической,

	условиях межкультурного разнообразия общества		религиозной, гендерной, возрастной дискриминации и дискриминации людей с ограниченными возможностями здоровья в исторических, культурных и иных контекстах.
УК ОС-6	Способность выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни	УК ОС-6.1	Способность осознанно выстраивать свою образовательную траекторию и применять методы самоорганизации и саморазвития с учетом приоритетных задач

Этап освоения компетенции	Показатель оценивания	Критерий оценивания
УК ОС– 5.1. Способность различать специфику этнической, религиозной, гендерной, возрастной дискриминации и дискриминации людей с ограниченными возможностями здоровья в исторических, культурных и иных контекстах.	Формулирует основные положения в рамках концепций по вопросам этнических, религиозных, гендерных, возрастных отличий и физических ограничений. Определяет понятия гендерной, возрастной дискриминации и дискриминации людей с ограниченными возможностями здоровья. Иллюстрирует суждения по вопросам различных видов дискриминации примерами из международной практики противодействия дискриминации.	Приводит основные теоретические концепции по вопросам этнических, религиозных, гендерных, возрастных отличий и физических ограничений. Определяет круг понятий гендерной, возрастной дискриминации и дискриминации людей с ограниченными возможностями здоровья. Приводит примеры их реализации в повседневной жизни, а также примеры международной практики противодействия дискриминации.
УК ОС-6.2 Способность формировать эффективную траекторию личностного и профессионального саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни	Формирует траекторию личностного и профессионального роста, основываясь на методах самоменеджмента и самоорганизации (под поставленную задачу)	Достиг конкретных результатов в соответствии с принятой программой. Использует предоставляемые возможности для формирования и развития «новых» компетенций / приобретения нового учебно- профессионального опыта.

4.3.2. Типовые оценочные средства

Тестирование

1. Какое понятие отражает следующее определение: «Процесс и результат изменений, внешнего активного приспособления и самоизменения индивида к новым условиям существования»?

- а) преадаптация
- б) адаптация
- в) социализация

2. Какое понятие отражает следующее определение: «Своеобразная совокупность средовых и внутренних условий, которая позволяет определенной группе особей быть более приспособленной для использования эволюционных возможностей»?

- а) преадаптация
- б) адаптация
- в) социализация

3. В рамках какого направления адаптация изучается вне контекста конкретной предметной и профессиональной деятельности?

- А) психофизиологическое направление
- б) комплексное изучение состояний
- в) медико-психологическое направление

4. В рамках какого направления адаптация рассматривается как взаимодействие «субсистемных» и «метасистемных» противоречий, существующих как вне, так внутри человека?

- А) психофизиологическое направление
- б) комплексное изучение состояний
- в) медико-психологическое направление

5. Какой аспект не включается в концептуальную схему адаптации?

- А) новообразования
- б) кризис
- в) процесс
- г) результат

6. Кто является автором концепции общего адаптационного синдрома? А)

- Г.Селье
- б) А.А. Реан
- в) Б.Г. Ананьев

7. Что не является стадией в общем адаптационном синдроме?

- А) стадия тревоги (мобилизации)
- б) стадия сопротивляемости
- в) стадия истощения
- г) стадия реагирования

8. Какое понятие отражает следующее определение: «Совокупность интеллектуальных действий индивида, направленных на включение факторов окружающей среды в уже сложившиеся у него когнитивные структуры»?

- а) ассимиляция
- б) аккомодация
- в) суггестия

г) ристаллизация

9. Какое понятие отражает следующее определение: «Процесс воздействия среды на субъект, когда он направляет собственную активность на изменение уже сформировавшихся когнитивных структур, изменяет действия и представления в соответствии с новыми обстоятельствами»?

а) ассимиляция

б) аккомодация

в) суггестия

г) кристаллизация

10. Кто ввел понятие текучего и кристаллического интеллекта?

а) Р. Кеттел

б) Ж. Гилфорд

в) Ж. Пиаже

11. Кто рассматривал интерперсональные отношения в качестве адаптивных механизмов, а страх враждебности как причину нарушения адаптации?

а) Г. Олпорт

б) Г. Айзенк

в) Дж. илфорд

г) А. Гелен

д) Ф. Лерш

е) Г. Мюррей

ж) Х. Томэ

з) К. Левин

и) Г. Салливан

к) К. Юнг

л) Э. Фромм

12. Кто рассматривал личностные диспозиции в качестве адаптивных механизмов, а недостаточное развитие Я как причину нарушения адаптации?

а) Г. Олпорт

б) Г. Айзенк

в) Дж. илфорд

г) А. Гелен

д) Ф. Лерш

е) Г. Мюррей

ж) Х. Томэ

з) К. Левин

и) Г. Салливан

к) К. Юнг

л) Э. Фромм

13. Кто рассматривал экстра-интроверсию и нейротизм в качестве адаптивных механизмов, а врожденные свойства нервной системы как причину нарушения адаптации?

а) Г. Олпорт

б) Г. Айзенк

в) Дж. Гилфорд

г) А. Гелен

д) Ф. Лерш

- е) Г. Мюррей
- ж) Х. Томэ
- з) К. Левин
- и) Г. Салливан
- к) К. Юнг
- л) Э. Фромм

14. Кто рассматривал свойства темперамента, способности, интересы и установки в качестве адаптивных механизмов?

- а) Г. Олпорт
- б) Г. Айзенк
- в) Дж. Гилфорд
- г) А. Гелен
- д) Ф. Лерш
- е) Г. Мюррей
- ж) Х. Томэ
- з) К. Левин
- и) Г. Салливан
- к) К. Юнг
- л) Э. Фромм

15. Кто рассматривал способность к дифференцированной оценке ситуации в качестве адаптивных механизмов, а нечувствительность к нюансам ситуации как причину нарушения адаптации?

- а) Г. Олпорт
- б) Г. Айзенк
- в) Дж. Гилфорд
- г) А. Гелен
- д) Ф. Лерш
- е) Г. Мюррей
- ж) Х. Томэ
- з) К. Левин
- и) Г. Салливан
- к) К. Юнг
- л) Э. Фромм

16. Кто рассматривал тип ориентации в качестве адаптивных механизмов, а иррациональные убеждения как причину нарушения адаптации?

- а) Г. Олпорт
- б) Г. Айзенк
- в) Дж. Гилфорд
- г) А. Гелен
- д) Ф. Лерш
- е) Г. Мюррей
- ж) Х. Томэ
- з) К. Левин
- и) Г. Салливан
- к) К. Юнг

л) Э. Фромм

17. Кто рассматривал экстра-интроверсию в качестве адаптивных механизмов, а жесткость структуры Я как причину нарушения адаптации?

а) Г. Олпорт

б) Г. Айзенк

в) Дж.Гилфорд

г) А. Гелен

д) Ф. Лерш

е) Г. Мюррей

ж) Х. Томэ

з) К. Левин

и) Г. Салливан

к) К. Юнг

л) Э. Фромм

м) Г. Олпорт

н) Г. Айзенк

о) Дж.Гилфорд

п) А. Гелен

р) Ф. Лерш

с) Г. Мюррей

т) Х. Томэ

у) К. Левин

ф) Г.Салливан

х) К. Юнг

ц) Э. Фромм

18. Кто рассматривал дифференцированность личностного пространства в качестве адаптивных механизмов, а простую структуру личностного пространства как причину нарушения адаптации?

а) Г. Олпорт

б) Г. Айзенк

в) Дж.Гилфорд

г) А. Гелен

д) Ф. Лерш

е) Г. Мюррей

ж) Х. Томэ

з) К. Левин

и) Г. Салливан

к) К. Юнг

л) Э. Фромм

м) Г. Олпорт

н) Г. Айзенк

о) Дж.Гилфорд

п) А. Гелен

19. Кто рассматривал «технику бытия» в качестве адаптивных механизмов, а неадекватные когнитивные репрезентации ситуаций как причину нарушения адаптации?

а) Г. Олпорт

- б) Г. Айзенк
- в) Дж. Гилфорд
- г) А. Гелен
- д) Ф. Лерш
- е) Г. Мюррей
- ж) Х. Томэ
- з) К. Левин
- и) Г. Салливан
- к) К. Юнг
- л) Э. Фромм

20. Кто рассматривал потребности в качестве адаптивных механизмов, а несовпадение давлений среды и давлений Я как причину нарушения адаптации?

- а) Г. Олпорт
- б) Г. Айзенк
- в) Дж. Гилфорд
- г) А. Гелен
- д) Ф. Лерш
- е) Г. Мюррей
- ж) Х. Томэ
- з) К. Левин
- и) Г. Салливан
- к) К. Юнг
- л) Э. Фромм

21. Кто рассматривал высшие чувства в качестве адаптивных механизмов, а преобладание эмоциональной реактивности как причину нарушения адаптации?

- а) Г. Олпорт
- б) Г. Айзенк
- в) Дж. Гилфорд
- г) А. Гелен
- д) Ф. Лерш
- е) Г. Мюррей
- ж) Х. Томэ
- з) К. Левин
- и) Г. Салливан
- к) К. Юнг
- л) Э. Фромм

22. В классификацию стрессовых состояний учителя В.И. Журавлева не включены:

- а) посттравматические стрессовые состояния
- б) психические стрессовые состояния
- в) нравственно-психические стрессовые состояния
- г) стрессовые состояния, пограничные с патологией

23. Какие трудности в профессиональной деятельности учителей связаны с недостатком педагогического опыта?

- а) объективные, не зависящие от учителя.

- б) объективные, связанные с условиями жизни учителей в) субъективно-объективные, связанные с профессиональной подготовкой учителя г) субъективные, связанные с личностью учителя
24. А.К Маркова выделяет три компонента в структуре личности учителя (отметьте лишнее)
- а) мотивация личности
 - б) свойства личности
 - в) интегральные характеристики личности г) способности
25. Какой аспект профессиональной самооценки связан с оценкой себя как субъекта деятельности и оценкой уровня профессиональных умений (А.А. Реан)?
- а) операционально-деятельностный
 - б) личностный
 - в) перцептивно-рефлексивный
26. Какой аспект профессиональной самооценки связан с оценкой личностных качеств в связи с идеалом образа профессионала (А.А. Реан)?
- а) операционально-деятельностный
 - б) личностный
 - в) перцептивно-рефлексивный
27. Стрессоустойчивость как интегральная характеристика педагога (модель А.А. Реан) включает (отметьте лишнее):
- а) индивидуальный уровень
 - б) образовательный уровень
 - в) педагогическая деятельность
 - г) субъектно-деятельностный уровень
 - д) личностный уровень
 - г) профессиональные умения
28. Что не относится к личностному уровню стрессоустойчивости педагога?
- а) направленность личности
 - б) интеллектуальное развитие
 - в) мотивация
 - г) характерологические особенности
29. Что не является стадией в общем адаптационном синдроме?
- а) стадия тревоги (мобилизации)
 - б) стадия сопротивляемости
 - в) стадия истощения
 - г) стадия реагирования

Вопросы к зачету

Выскажите и обоснуйте свое мнение по следующим вопросам

1. Понятие адаптации. Виды адаптации
2. Феномен адаптации в психологии личности.
3. Три направления исследований в области адаптации.
4. Многомерность явления адаптации. Концептуальная схема адаптации.
5. Механизмы адаптации индивида (психическая устойчивость, биоритмы, адаптационный синдром).
6. Эволюционно-когнитивные схемы адаптации.
7. Адаптация и интеллект. Когнитивная организация.

8. Воззрения бихевиористов на адаптацию. Теория социального научения.
9. Роль личности в адаптационном процессе. Проблема социальной адаптации личности. Структура личности (в контексте феномена адаптации).
10. Проблемы определения мотивации. Мотивация успеха и избегания неудач.
11. Мотивация учебной деятельности. Мотивация профессионального развития.
12. Стресс как системная реакция человека. Различные аспекты понятия стресса.
13. Стресс и адаптация. Понятие психического состояния. Классификация психических состояний.
14. Виды стрессовых состояний.
15. Устойчивость к психическому стрессу.
16. Индивидуальные факторы стрессоустойчивости. Фрустрированность и агрессивность личности.
17. Стресс-толерантность. Устойчивость к экстремальным факторам.
18. Установки и диспозиции личности в контексте стрессоустойчивости.
19. Самооценка и стрессоустойчивость личности. Стили совладающего поведения.
20. Специфика учебной деятельности студентов вуза.
21. Психологическая структура адаптации к обучению в вузе. Общая схема адаптации студентов вуза.
22. Стресс в педагогической деятельности. Особенности деятельности педагога и его стрессогенность.
23. Личностно-субъективные характеристики педагога и его стрессоустойчивость. Профессиональная Я-концепция педагога.
24. Психологическая модель стрессоустойчивости педагога.
25. Саморегуляция психических состояний. Психотехники регуляции психических состояний.
26. Личностный адаптационный потенциал. Интеллектуальный потенциал. Установки личности и их коррекция.
27. Креативность. Методики развития креативности личности.

Шкала оценивания

Критерий оценивания	Оценка
<p>Демонстрирует знание основных теоретических концепций по вопросам этнических, религиозных, гендерных, возрастных отличий и физических ограничений.</p> <p>Дает определение понятий гендерной, возрастной дискриминации и дискриминации людей с ограниченными возможностями здоровья.</p> <p>Приводит примеры их реализации в повседневной жизни, а также примеры международной практики противодействия дискриминации.</p> <p>Использует предоставляемые возможности для приобретения нового учебно-профессионального опыта.</p>	зачтено
<p>Не знает основные теоретические концепции по вопросам этнических, религиозных, гендерных, возрастных отличий и физических ограничений.</p>	не зачтено

<p>Не может дать определение понятий гендерной, возрастной дискриминации и дискриминации людей с ограниченными возможностями здоровья.</p> <p>Не может привести примеры их реализации в повседневной жизни, а также примеры международной практики противодействия дискриминации.</p>	
---	--

4.4. Методические материалы

Промежуточная аттестация (зачет) проходит в форме ответа на устный вопрос и решения теста. Студенты заходят в аудиторию по 5-6 человек, отдают экзаменатору зачетную книжку, выбирают билет, который включает в себя теоретический вопрос и вариант теста, затем готовятся. На подготовку отводится не менее 25 минут. По приглашению экзаменатора, студент отвечает на вопрос билета, обосновывает выбранный вариант при ответе теста, отвечает на дополнительные вопросы.

5. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины

Методические рекомендации по выполнению заданий самостоятельной работы

Подготовка к семинарским занятиям

Подготовку к каждому семинарскому занятию каждый студент должен начать с ознакомления с планом семинарского занятия, который отражает содержание предложенной темы. Тщательное продумывание и изучение вопросов плана основывается на проработке текущего материала лекции, а затем изучения обязательной и дополнительной литературы, рекомендованную к данной теме. Все новые понятия по изучаемой теме необходимо выучить наизусть и внести в глоссарий, который целесообразно вести с самого начала изучения курса.

Результат такой работы должен проявиться в способности студента свободно ответить на теоретические вопросы семинара, его выступлении и участии в коллективном обсуждении вопросов изучаемой темы, правильном выполнении практических заданий.

Работа с литературными источниками

В процессе подготовки к семинарским занятиям, студентам необходимо обратить особое внимание на самостоятельное изучение рекомендованной учебно-методической (а также научной и популярной) литературы. Самостоятельная работа с учебниками, учебными пособиями, научной, справочной и популярной литературой, материалами периодических изданий и Интернета, статистическими данными является наиболее эффективным методом получения знаний, позволяет значительно активизировать процесс овладения информацией, способствует более глубокому усвоению изучаемого материала, формирует у студентов свое отношение к конкретной проблеме.

Более глубокому раскрытию вопросов способствует знакомство с дополнительной литературой, рекомендованной преподавателем по каждой теме семинарского или практического занятия, что позволяет студентам проявить свою индивидуальность в рамках выступления на данных занятиях, выявить широкий спектр мнений по изучаемой проблеме.

6. Учебная литература и ресурсы информационно-телекоммуникационной сети "Интернет", включая перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю)

6.1. Основная литература:

1. Базаркина И.Н. Психология личности [Электронный ресурс]/ И.Н. Базаркина, Л.В. Сенкевич, Д.А. Донцов— Электрон. текстовые данные.— М.: Человек, 2016.— 176 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/27591.html>.— ЭБС «IPRbooks»

2. Гуревич П.С. Психология личности [Электронный ресурс]: учебное пособие для студентов вузов/ П.С. Гуревич— Электрон. текстовые данные.— М.: ЮНИТИ-ДАНА, 2016.— 566 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/52637.html>.— ЭБС «IPRbooks»
3. Калина Н.Ф. Психология личности [Электронный ресурс]: учебник для вузов/ Н.Ф. Калина— Электрон. текстовые данные.— М.: Академический Проект, 2016.— 216 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/36517.html>.— ЭБС «IPRbooks»

6.2. Дополнительная литература:

1. Иванников, В. А. Введение в психологию : учебник для академического бакалавриата / В. А. Иванников. — М. : Издательство Юрайт, 2017. — 225 с. — (Серия : Бакалавр. Академический курс. Модуль.). — ISBN 978-5-534-00116-7. — Режим доступа: www.biblio-online.ru/book/99F6F6E9-A1B6-4169-B9B9-6AED18E114B0.
2. Гусева Т.И. Психология личности [Электронный ресурс]: учебное пособие/ Т.И. Гусева, Т.В. Катарьян— Электрон. текстовые данные.— Саратов: Научная книга, 2016.— 160 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/6330.html>.— ЭБС «IPRbooks»
3. Журавлева Н.А. Психология социальных изменений [Электронный ресурс]: ценностный подход/ Н.А. Журавлева— Электрон. текстовые данные.— М.: Институт психологии РАН, 2016.— 528 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/32148.html>.— ЭБС «IPRbooks»
4. Ильин, Г. Л. История психологии : учебник для вузов / Г. Л. Ильин. — М. : Издательство Юрайт, 2018. — 389 с. — (Серия : Бакалавр. Академический курс). — ISBN 978-5-9916-2420-6. — Режим доступа : www.biblio-online.ru/book/AC3BFD4C-DF29-468A-A991-B4D139D39D14.

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

Для обеспечения обучения студентов по дисциплине Академия располагает следующей материально-технической базой:

- учебными аудиториями для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации, а также помещения для самостоятельной работы и помещения для хранения и профилактического обслуживания учебного оборудования;
- библиотекой, имеющей рабочие места для студентов, оснащенные компьютерами с доступом к базам данных и сети Интернет;
- помещением для хранения и профилактического обслуживания учебного оборудования.

В учебном процессе используется компьютерное и мультимедийное оборудование для демонстрации слайдов по темам лекций с использованием программ Microsoft Office 2010 Professional (Word, Excel, Access, PowerPoint).

Информационные технологии, программное обеспечение и справочные системы

1. www.nnir.ru / - Российская национальная библиотека
2. www.nns.ru / -Национальная электронная библиотека
3. www.rsi.ru / - Российская государственная библиотека
4. www.biznes-karta.ru / -Агентство деловой информации «Бизнес-карта»
5. www.rbs.ru / - Информационное агентство «РосБизнесКонсалтинг»
6. www.aport.ru / - Поисковая система
7. www.rambler.ru / - Поисковая система
8. www.yandex.ru / - Поисковая система
9. www.busineslearning.ru / - Система дистанционного бизнес образования
10. <http://www.consultant.ru>/ - Консультант плюс
11. <http://www.garant.ru>/ - Гарант