

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

**Федеральное государственное автономное
образовательное учреждение высшего образования
«Национальный исследовательский Нижегородский государственный университет
им. Н.И. Лобачевского»**

Арзамасский филиал

Психолого-педагогический факультет

УТВЕРЖДЕНО
решением Ученого совета ННГУ
(протокол от 31.05. 2023 г. № 6)

Рабочая программа дисциплины

Психология зрелых возрастов

(наименование дисциплины)

Уровень высшего образования

Бакалавриат

(бакалавриат / магистратура / специалитет)

Направление подготовки / специальность

37.03.01 Психология

(указывается код и наименование направления подготовки / специальности)

Направленность образовательной программы

Психология развития

(указывается профиль / магистерская программа / специализация)

Форма обучения

Очная, очно-заочная

(очная / очно-заочная / заочная)

Год начала подготовки 2021

Арзамас

2023 год

1. Место дисциплины (модуля) в структуре ОПОП

Дисциплина Б1.В.08 «Психология зрелых возрастов» относится к дисциплинам формируемой участниками образовательных отношений части образовательной программы направления подготовки 37.03.01 Психология, направленность (профиль) Психология развития.

Дисциплина предназначена для освоения студентами очной и очно-заочной форм обучения и изучается в 5 семестре 3 курса.

2. Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю), соотнесенные с планируемыми результатами освоения образовательной программы (компетенциями выпускников)

Формируемые компетенции (код, содержание компетенции)	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю), в соответствии с индикатором достижения компетенции		Наименование оценочного средства
	Индикатор достижения компетенции* (код, содержание индикатора)	Результаты обучения по дисциплине (дескрипторы компетенции) **	
ПК-1.1. Способен изучать психические явления с анализом действия различных внешних факторов и внутренних механизмов.	ИПК-1.1.1. Знает основные теоретические концепции различных психических явлений.	Знать основные теоретические концепции различных психических явлений.	Устный опрос Тестирование
	ИПК-1.1.2. Умеет изучать различные психические явления и факторы их обуславливающие.	Уметь изучать различные психические явления и факторы их обуславливающие.	Учебно-исследовательские реферативные работы Практические задания проблемного характера
	ИПК-1.1.3. Владеет способами и методами изучения психических явлений.	Владеть способами и методами изучения психических явлений.	
ПК-3.1. Способен осуществлять просветительскую деятельность и психолого-профилактическую работу с целью предупреждения дезадаптации индивидов.	ИПК-3.1.1. Знает теоретические основы просветительской и психолого-профилактической работы.	Знать теоретические основы просветительской и психолого-профилактической работы.	Устный опрос Тестирование
	ИПК-3.1.2. Умеет проводить просветительскую и психолого-профилактическую работу с целью предупреждения дезадаптации индивидов.	Уметь проводить просветительскую и психолого-профилактическую работу с целью предупреждения дезадаптации индивидов.	Учебно-исследовательские реферативные работы Практические задания проблемного характера
	ИПК-3.1.3. Владеет способами просветительской или психолого-профилактической работы.	Владеть способами просветительской или психолого-профилактической работы.	

ПК-7.2. Способен осуществлять психологическое консультирование с целью поддержки личностного и социального развития индивида.	ИПК-7.2.1. Знает теоретические концепции личностного и социального развития.	Знать теоретические концепции личностного и социального развития.	Устный опрос Тестирование
	ИПК-7.2.2. Умеет осуществлять психологическое консультирование с целью поддержки личностного и социального развития человека.	Уметь осуществлять психологическое консультирование с целью поддержки личностного и социального развития человека.	Учебно-исследовательские реферативные работы
	ИПК-7.2.3. Владеет способами поддержки личностного и социального развития человека.	Владеть способами поддержки личностного и социального развития человека.	Практические задания проблемного характера

3. Структура и содержание дисциплины

3.1. Структура дисциплины

Трудовое количество	очная форма обучения	очно-заочная форма обучения
Общая трудовое количество	4 з.е.	4 з.е.
часов по учебному плану, из них	144	144
Контактная работа, в том числе: аудиторные занятия:		
– занятия лекционного типа	36	18
– занятия семинарского типа	54	36
контроль самостоятельной работы	2	2
Промежуточная аттестация экзамен	36	36
Самостоятельная работа	16	52

3.2. Содержание дисциплины

Наименование разделов (Р) / тем (Т) дисциплины (модуля), Форма(ы) промежуточной аттестации по дисциплине (модулю)	Всего (часы)	Контактная работа (работа во взаимодействии с преподавателем), часы, из них			Самостоятельная работа обучающегося, часы, в период	
		Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа (в т.ч. текущий контроль успеваемости)		Промежуточной аттестации (контроля)	теоретического обучения
			семинары, практические занятия	лабораторные работы		

	Очная	Очно-заочная	Очная	Очно-заочная	Очная	Очно-заочная	Очная	Очно-заочная	Очная	Очно-заочная	Очная	Очно-заочная	Очная	Очно-заочная
Тема 1. Юность в контексте жизненного пути.	12	12	4	2	6	4							2	6
Тема 2. Молодость как социально-историческая и психологическая категория. Нормативный кризис 30 лет	12	12	4	2	6	4							2	6
Тема 3. Общепсихологическая характеристика зрелости.	12	12	4	2	6	4							2	6
Тема 4. Особенности развития когнитивной сферы взрослого человека. Кризис середины жизни.	12	12	4	2	6	4							2	6
Тема 5. Эмоциональное и волевое развитие в период ранней и средней зрелости.	12	12	4	2	6	4							2	6
Тема 6. Мотивационные установки взрослого человека.	12	12	4	2	6	4							2	6
Тема 7. Семейно-брачные отношения в период зрелости.	10	12	4	2	6	4								6
Тема 8. Профессиональная деятельность в период зрелости. Профессионализация и развитие личности.	12	10	4	2	6	4							2	4
Тема 9. Теории развития человека на поздних этапах онтогенеза.	12	12	4	2	6	4							2	6
В т.ч. текущий контроль	2	2							2	2				
Экзамен	36	36									36	36		
Итого	144	144	36	18	54	36			2	2	36	36	16	52

Тема 1. Юность в контексте жизненного пути. Социальная ситуация развития и ведущая деятельность в юности. Интеллектуальное и личностное развитие в юности. Кризис юности .

Тема 2. Молодость как социально-историческая и психологическая категория. Социальная ситуация развития и ведущая деятельность в молодости. Интеллектуальное и личностное развитие в молодости. Нормативный кризис 30 лет.

Тема 3. Общепсихологическая характеристика зрелости. Социальная ситуация развития и ведущая деятельность в зрелости. Личностное развитие в зрелости.

Тема 4. Особенности развития когнитивной сферы взрослого человека. Кризис середины жизни. Качественные различия в развитии когнитивной сферы личности. Кризис

середины жизни, переопределение ценностей. Роль когнитивного развития человека в проживании кризиса среднего возраста. Диагностика когнитивной сферы взрослого человека.

Тема 5. Эмоциональное и волевое развитие в период ранней и средней зрелости. Развитие эмоций в период ранней и средней зрелости. Психологическая диагностика уровня развития эмоциональной сферы людей зрелого возраста, самосознания, психомоторики.

Тема 6. Мотивационные установки зрелого человека. Мотивационные установки и выбор жизненной стратегии зрелого человека. Мотивационные детерминанты. Потребности в самоуважении и самореализации. Диагностические методики, направленные на изучения мотивационно-потребностной сферы в зрелом возрасте, способностей, характера, темперамента.

Тема 7. Семейно-брачные отношения. Мотивы вступления в брак в ранней зрелости и зрелом возрасте. Ролевые ожидания супругов и распределение ролей в семье. Чувство удовлетворенности браком и семейными отношениями. Диагностика функциональных состояний, личностных черт и акцентуаций людей зрелого возраста.

Тема 8. Профессиональная деятельность в период зрелости. Профессионализация и развитие личности. Мотивы выбора профессии и траектория профессионального развития. Личностно-профессиональное развитие. Уровни развития профессионализма. Профессионализм личности как качественная характеристика субъекта труда. Проблема повторного выбора профессии. Обучение в зрелом возрасте.

Тема 9. Теории развития человека на поздних этапах онтогенеза. Проблема психологического старения в работе Фрэнсиса Галтона. Теория Э. Эриксона: стадии развития личности. Теория субкультуры для пожилого возраста. Теория отчуждения, символический интеракционизм. Биологические теории старения. Мотивация продолжения трудовой деятельности. Адаптация к пенсионному периоду жизни. Особенности семейная жизнь в пожилом возрасте. Переживание горя в пожилом возрасте: психологическое сопровождение. Организация психологической помощи одиноким людям пожилого возраста.

4. Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы обучающихся

Самостоятельная работа является важнейшей составной частью учебного процесса и обязанностью каждого студента.

Для обеспечения самостоятельной работы обучающихся используется электронный управляемый курс «Психология зрелых возрастов», <https://e-learning.unn.ru/course/view.php?id=10425> созданный в системе электронного обучения ННГУ <https://e-learning.unn.ru/>.

Самостоятельная работа студентов по дисциплине «Психология зрелых возрастов» осуществляется в следующих видах:

- изучение основной и дополнительной литературы,
- подготовка учебно-исследовательских реферативных работ,
- выполнение практических заданий проблемного характера,
- подготовка к тестированию,
- подготовка к экзамену.

Работа с основной и дополнительной литературой

Изучение дополнительной литературы очень трудоемкая и ответственная часть в процессе обучения, в частности подготовки к занятию, написанию отчетности оценки текущей успеваемости.

Методические рекомендации

Работа с дополнительной литературой должна сопровождаться записями в той или иной форме (конспект, план, тезисы, аннотация). При этом важно не только привлечь более широкий круг литературы, но и суметь на ее основе разобраться в степени изученности темы.

Стоит выявить дискуссионные вопросы, нерешенные проблемы, попытаться высказать свое отношение к ним. Привести и аргументировать свою точку зрения или отметить, какой из имеющихся в литературе точек зрения по данной проблематике придерживаетесь и почему.

По завершении изучения рекомендуемой литературы полезно проверить уровень своих знаний с помощью контрольных вопросов для самопроверки. Необходимо вести систематическую работу над литературными источниками. Необходимо изучать не только литературу, рекомендуемую в данных учебно-методических материалах, но и новые, существенно важные издания по курсу, вышедшие в свет после его публикации. При этом следует выделять неясные, сложные для восприятия вопросы. В целях прояснения последних нужно обращаться к преподавателю.

Написание учебно-исследовательской реферативной работы

Учебно-исследовательская реферативная работа (реферат) - изложение в письменном виде или форме публичного доклада содержания научного труда (трудов), литературы по теме. При подготовке реферата студент самостоятельно изучает группу источников по определённой теме, которая, как правило, подробно не освещается на лекциях. Цель написания реферата – овладение навыками анализа и краткого изложения изученных материалов в соответствии с требованиями, предъявляемыми к таковым работам. Это самостоятельная учебно-исследовательская работа студента, где раскрывается суть исследуемой проблемы, приводятся различные точки зрения, собственные взгляды на нее. Содержание реферата должно быть логическим, изложение материала носит проблемно-тематический характер.

Отличие доклада от реферата в том, что он отражает одну точку зрения на проблему, не предполагает ее исследования в сравнении и анализе.

Методические рекомендации

Сформулируйте тему работы, причем она должна быть не только актуальной по своему значению, но оригинальной, интересной по содержанию. Тематика направлений обычно рекомендуется преподавателем, но в определении конкретной темы студенту следует проявить инициативу.

Основные этапы подготовки реферата:

- выбор темы;
- консультации у преподавателя;
- подготовка плана реферата;
- работа с источниками, сбор материала;
- написание текста реферата;
- оформление рукописи и предоставление ее преподавателю;
- защита реферата.

Объем реферата должен составлять 15-30 страниц машинописного текста.

При написании реферата следует подбирать литературу, освещающую как теоретическую, так и практическую стороны проблемы. При обработке полученного материала студент должен: систематизировать его и выдвинуть свои гипотезы с их обоснованием, определить свою позицию по рассматриваемой проблеме, сформулировать определения и основные выводы, характеризующие результаты исследования и оформить их в письменном виде.

В процессе выполнения реферата необходимо учитывать следующее:

- во введении на одной странице должна быть показана цель написания реферата, указаны задачи. Кратко следует коснуться содержания отдельных разделов работы, охарактеризовать в общих чертах основные источники, которые нашли свое отражение в работе.
- в текстовой части рассматриваются основные вопросы реферата.

Основная часть может состоять из двух или более параграфов; в конце каждого параграфа делаются краткие выводы. Изложение материала должно быть последовательным и логичным. Оно также должно быть конкретным и полностью оправданным. При этом важно не просто переписывать первоисточники, а излагать основные позиции по рассматриваемым вопросам.

В заключении следует сделать общие выводы и кратко изложить изученные положения (представить содержание реферата в тезисной форме). После заключения необходимо привести список литературы

Примерный алгоритм действий при написании учебно-исследовательской реферативной работы:

1. Подберите и изучите основные источники по теме (как правило, при разработке реферата или доклада используется не менее 8-15 различных источников).
2. Составьте библиографию.
3. Разработайте план реферата или доклада исходя из имеющейся информации.
4. Обработайте и систематизируйте подобранную информацию по теме.
5. Отредактируйте текст реферата или доклад с использованием компьютерных технологий.
6. Подготовьте публичное выступление по материалам реферата или доклада, желательно подготовить презентацию, иллюстрирующую основные положения работы.

Критерии результатов работы для самопроверки:

- актуальность темы исследования;
- соответствие содержания теме;
- глубина проработки материала;
- правильность и полнота использования источников;
- соответствие оформления реферата или доклада предъявляемым требованиям.

Методические рекомендации по подготовке к экзамену

Экзамен может проводиться как в традиционных формах (ответ на вопросы экзаменационного билета, контрольная работа, тестирование), так и в иных формах (коллоквиум, кейс, деловая или ролевая игра, презентация проекта и др.) Виды и формы проведения промежуточной аттестации, оценочные средства, описание системы контроля прописаны в рабочих программах дисциплин, практик.

Подготовка к экзамену начинается с первого занятия по дисциплине, практике, на котором важно уяснить общую установку преподавателя и перечень основных требований к текущей и промежуточной отчетности. При этом важно с самого начала планомерно осваивать материал, руководствуясь требованиями, конспектировать важные для решения учебных задач источники, обращаться к преподавателю за консультацией по неусвоенным вопросам.

Экзамены проводятся с целью оценки полученных теоретических знаний, их прочности, развития творческого мышления, приобретения навыков самостоятельной работы, умений применять полученные знания при решении практических задач. Поэтому лекции, практические, лабораторные и контрольные работы являются важными этапами подготовки к зачету, экзамену, поскольку заранее имеется возможность оценить уровень собственных знаний и своевременно восполнить имеющиеся пробелы.

Для подготовки к экзамену необходимо первоначально прочитать лекционный материал, а также соответствующие разделы рекомендуемых изданий. Лучшим вариантом является тот, при котором при подготовке используется несколько источников информации. Это способствует разностороннему восприятию каждой конкретной темы дисциплины.

В обобщенном варианте подготовка к сдаче экзамена включает в себя:

- просмотр программы учебной дисциплины, перечня вопросов к зачету, экзамену;
- подбор рекомендованных преподавателем источников (учебников, нормативных

правовых актов, дополнительной литературы и т.д.),

- использование конспектов лекций, материалов занятий и их изучение;
- консультирование у преподавателя.

Методические рекомендации по решению проблемных задач практического характера

1. Уяснить в деталях психологическую ситуацию (что произошло, как это событие влияет или может повлиять на взгляды, позицию ребенка, его поведение и т.д.).
2. Вычленить психологическую проблему: реально существующее или назревающее противоречие в индивидуально-личностном становлении ребенка, к которому ведет ситуация.
3. Определить психологическую цель, т.е. изменение ребенка, которого необходимо достичь в процессе решения задачи.
4. Определить несколько вариантов достижения цели.
5. Выбрать и обосновать оптимальный вариант решения задачи.
6. Определить критерии, по которым можно судить о достигнутых результатах, методы оценки результата.
7. Реализовать продуманный план действий.
8. Провести рефлексивный анализ результатов решения психологической задачи.

Учебно-методические документы, регламентирующие самостоятельную работу

адреса доступа к документам

<https://arz.unn.ru/sveden/document/>

https://arz.unn.ru/pdf/Metod_all_all.pdf

5. Фонд оценочных средств для промежуточной аттестации по дисциплине

5.1. Описание шкал оценивания результатов обучения по дисциплине

В ходе промежуточной аттестации по дисциплине осуществляется оценка сформированности компонентов компетенций (полнота знаний/ наличие умений/ навыков), т.е. результатов обучения, указанных в таблице п.2 настоящей рабочей программы, на основе оценки усвоения содержания дисциплины.

Обобщенная оценка сформированности компонентного состава компетенции в ходе промежуточной аттестации по дисциплине проводится на основе учета текущей успеваемости в ходе освоения дисциплины и учета результата сдачи промежуточной аттестации.

Выявленные признаки несформированности компонентов (индикаторов) хотя бы одной компетенции не позволяют выставить интегрированную положительную оценку сформированности компетенций и освоения дисциплины на данном этапе обучения.

Обобщенная оценка сформированности компонентного состава компетенций на промежуточной аттестации, которая вносится в зачетно-экзаменационную ведомость по дисциплине и зачетную книжку студента, осуществляется по следующей оценочной шкале.

Шкала оценки сформированности компонентного состава компетенций на промежуточной аттестации

Оценка	Уровень подготовки
--------	--------------------

Зачтено	Отлично	сформированность компонентного состава (индикаторов) компетенций соответствует требованиям компетентностной модели будущего выпускника на данном этапе обучения, основанным на требованиях ОС ННГУ по направлению подготовки, студент готов самостоятельно решать стандартные и нестандартные профессиональные задачи в предметной области дисциплины в соответствии с типами задач профессиональной деятельности осваиваемой образовательной программы
	Хорошо	сформированность компонентного состава (индикаторов) компетенций соответствует требованиям компетентностной модели будущего выпускника на данном этапе обучения, основанным на требованиях ОС ННГУ по направлению подготовки, но студент готов самостоятельно решать только различные стандартные профессиональные задачи в предметной области дисциплины в соответствии с типами задач профессиональной деятельности осваиваемой образовательной программы
	Удовлетворительно	сформированность компонентного состава (индикаторов) компетенций соответствует в целом требованиям компетентностной модели будущего выпускника на данном этапе обучения, основанным на требованиях ОС ННГУ по направлению подготовки, но студент способен решать лишь минимум стандартных профессиональных задач в предметной области дисциплины в соответствии с типами задач профессиональной деятельности осваиваемой образовательной программы
Не зачтено	Неудовлетворительно	сформированность компонентного состава (индикаторов) компетенций не соответствует требованиям компетентностной модели будущего выпускника на данном этапе обучения, основанным на требованиях ОС ННГУ по направлению подготовки, студент не готов решать профессиональные задачи в предметной области дисциплины в соответствии с типами задач профессиональной деятельности осваиваемой образовательной программы

Шкала оценивания сформированности компетенции

Индикаторы компетенции	Оценка сформированности компетенции			
	неудовлетворительно	удовлетворительно	хорошо	отлично
	не зачтено	зачтено		
<u>Знания</u>	Уровень знаний ниже минимальных требований. Имели место грубые ошибки.	Минимально допустимый уровень знаний. Допущено много негрубых ошибок.	Уровень знаний в объеме, соответствующем программе подготовки. Допущено несколько негрубых ошибок.	Уровень знаний в объеме, соответствующем требованиям программы подготовки, без ошибок.
<u>Умения</u>	При решении стандартных задач не продемонстрированы основные умения. Имели место грубые ошибки.	Продemonстрированы основные умения, решены типовые задачи с негрубыми ошибками, выполнены все задания, но не в полном объеме.	Продemonстрированы все основные умения, решены все основные задачи с негрубыми ошибками, выполнены все задания, в полном объеме, но некоторые с недочетами.	Продemonстрированы все основные умения, решены все основные задачи с отдельными несущественными недочетами, выполнены все задания в полном объеме.
<u>Навыки</u>	При решении стандартных задач не продемонстрированы базовые навыки. Имели место грубые ошибки.	Имеется минимальный набор навыков для решения стандартных задач с некоторыми недочетами	Продemonстрированы базовые навыки при решении стандартных задач с некоторыми недочетами.	Продemonстрированы навыки при решении нестандартных задач без ошибок и недочетов.

5.2 Критерии и процедуры оценивания результатов обучения по дисциплине

Критерии оценки тестирования

Оценка «отлично» 80 – 100 % правильных ответов;

Оценка «хорошо» 60 – 79 % правильных ответов;

Оценка «удовлетворительно» 40 – 59% правильных ответов

Оценка «неудовлетворительно» менее 40% правильных ответов

Критерии оценки учебно-исследовательских реферативных работ

Оценка «отлично» – реферативная работа полностью раскрывает основные вопросы теоретического материала. Студент приводит информацию из первоисточников и изданий периодической печати, приводит практические примеры, в докладе отвечает на дополнительные вопросы преподавателя и студентов.

Оценка «хорошо» – реферативная работа частично раскрывает основные вопросы теоретического материала. Студент приводит информацию из первоисточников, отвечает на дополнительные вопросы преподавателя и студентов (при докладе), но при этом дает не четкие ответы, без достаточно их аргументации.

Оценка «удовлетворительно» – реферативная работа в общих чертах раскрывает основные вопросы теоретического материала. Студент приводит информацию только из учебников. При ответах на дополнительные вопросы в докладе путается в ответах, не может дать понятный и аргументированный ответ.

Критерии устного ответа студента

Оценка «отлично» выставляется, когда студент глубоко и прочно усвоил весь программный материал, исчерпывающе, последовательно, грамотно и логически стройно его излагает, не затрудняется с ответом при видоизменении задания, свободно справляется с ситуационными заданиями, правильно обосновывает принятые решения, умеет самостоятельно обобщать и излагать материал, не допуская ошибок.

Оценка «хорошо» выставляется, если студент твердо знает программный материал, грамотно и по существу излагает его, не допускает существенных неточностей в ответе на вопрос, может правильно применять теоретические положения и владеет необходимыми умениями и навыками при выполнении аналитических заданий.

Оценка «удовлетворительно» выставляется в том случае, при котором студент освоил только основной материал, но не знает отдельных деталей, допускает неточности, недостаточно правильные формулировки, нарушает последовательность в изложении программного материала и испытывает затруднения в выполнении практических заданий.

Оценка «неудовлетворительно» выставляется студенту, ответ которого содержит существенные пробелы в знании основного содержания учебной программы дисциплины и не умеющего использовать полученные знания при решении практических задач.

Критерии оценки решения проблемных заданий практического характера:

отлично - обучающийся (группа студентов) активно и мотивированно работал в течение выполнения задания, демонстрировал готовность выполнять поставленные задачи качественно и творчески, предлагая конструктивные и обоснованные способы решения ситуации. Демонстрировал умение оперативно сориентироваться в ситуации и причинах ее возникновения; умение ставить и реализовать профессиональные цели и задачи в различных, даже неожиданных ситуациях, адекватно используя методы и технологии профессиональной деятельности; умение учитывать возрастные, типологические и индивидуальные особенности участников ситуации при выборе адекватных способов ее решения; способность выявлять специфику психического функционирования человека с учетом особенностей возрастных

этапов, кризисов развития и факторов риска, его принадлежности к профессиональной, гендерной, этнической и социальным группам.

хорошо - обучающийся (группа студентов) мотивированно работал в течение выполнения задания, демонстрировал готовность выполнять поставленные задачи качественно, предлагая конструктивные и обоснованные способы решения ситуации. Демонстрировал умение ориентироваться в ситуации и причинах ее возникновения; умение ставить и реализовать профессиональные цели и задачи в различных ситуациях, используя методы и технологии профессиональной деятельности с мелкими недочетами; умение учитывать возрастные, типологические и индивидуальные особенности обучающихся, допуская неточности при выборе способов решения; умение выявлять специфику психического функционирования человека с учетом особенностей возрастных этапов, кризисов развития и факторов риска, его принадлежности к профессиональной, гендерной, этнической и социальным группам, допуская неточности при выборе способов решения; мог ошибиться в прогнозировании и анализе результатов психологического воздействия.

удовлетворительно - обучающийся (группа студентов) демонстрировал низкие мотивацию и готовность выполнять поставленные задачи, испытывал существенные затруднения в выборе и аргументации выбранных способов решения ситуации; с трудом умел ориентироваться в ситуации и причинах ее возникновения; допускал серьезные ошибки в постановке и реализации профессиональных целей и задач в различных ситуациях, использовании методов и технологий профессиональной деятельности; допускал ошибки, учитывая возрастные, типологические и индивидуальные особенности обучающихся при выборе способов решения ситуации; допускал ошибки в выявлении специфики психического функционирования человека с учетом особенностей возрастных этапов, кризисов развития и факторов риска, его принадлежности к профессиональной, гендерной, этнической и социальным группам; допускал ошибки в прогнозировании и анализе результатов психологического воздействия.

неудовлетворительно - учебная активность и мотивация обучающегося (группы студентов) слабо выражены, готовность решать поставленные задачи качественно отсутствует, при решении задачи не продемонстрированы основные умения, имели место грубые ошибки в выборе и аргументации выбранных способов решения ситуации; не может ориентироваться в ситуации и причинах ее возникновения; допускал грубые ошибки в постановке и реализации профессиональных целей и задач использовании методов и технологий профессиональной деятельности; не умеет выявлять специфику психического функционирования человека с учетом особенностей возрастных этапов, кризисов развития и факторов риска, его принадлежности к профессиональной, гендерной, этнической и социальным группам.

5.3. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки результатов обучения, характеризующих этапы формирования компетенций и для контроля сформированности компетенции

Примерные контрольные вопросы (к экзамену) для оценки сформированности компетенций ПК-1.1; ПК-3.1; ПК-7.2

Вопрос	Код компетенции (согласно РПД)
1. Факторы психического развития личности в периоды юности, молодости, зрелости, старости.	ПК-1.1
2. Механизмы психического развития личности на различных этапах онтогенеза.	ПК-7.2
3. Психоаналитический подход к развитию личности на этапах зрелости (З. Фрейд, К. Юнг).	ПК-3.1

4. Индивидуальная психология А. Адлера.	ПК-7.2
5. Теория психосоциального развития личности (Э. Эриксон).	ПК-3.1
6. Понимание психического развития в гуманистической психологии (А. Маслоу, К. Роджерс).	ПК-1.1
7. Общая психологическая характеристика взрослости.	ПК-3.1
8. Социальная ситуация развития взрослости.	ПК-1.1
9. Ведущая деятельность молодости.	ПК-7.2
10. Специфика развития интеллектуальной сферы в период молодости.	ПК-3.1
11. Специфика развития личности в период молодости.	ПК-7.2
12. Характеристики возрастных кризисов взрослости.	ПК-1.1
13. Психологическое сопровождение кризисов взрослости.	ПК-7.2
14. Общая психологическая характеристика зрелости. Возрастные задачи зрелости.	ПК-3.1
15. Социальная ситуация развития зрелости.	ПК-1.1
16. Ведущая деятельность в зрелости.	ПК-7.2
17. Специфика интеллектуального развития в зрелости.	ПК-1.1
18. Половозрастные изменения в период зрелости.	ПК-7.2
19. Специфика развития личности в период зрелости.	ПК-7.2
20. Основные линии онтогенеза личности в период зрелости (И.Ю. Кулагина, В.Н. Колюцкий).	ПК-3.1
21. Характеристики кризиса молодости.	ПК-3.1
22. Характеристики кризисов зрелости.	ПК-7.2
23. Психологическое сопровождение кризисов зрелости.	ПК-1.1
24. Особенности психического развития в ранней взрослости (от 20 до 40 лет)	ПК-7.2
25. Нормативный возрастной кризис 30-35 лет.	ПК-3.1
26. Особенности психического развития в средней взрослости (от 40 до 60 лет)	ПК-1.1
27. Кризис середины жизни в возрастной психологии.	ПК-7.2
28. Пожилы́й возраст рассматривается как биосоциопсихологическое явление. Задачи поздней зрелости.	ПК-3.1
29. Социальная ситуация развития в пожилом возрасте.	ПК-7.2
30. Ведущая деятельность в пожилом возрасте.	ПК-7.2
31. Специфика когнитивной сферы в пожилом возрасте.	ПК-1.1
32. Особенности развития личности в пожилом возрасте.	ПК-1.1
33. Мотивационно-потребностная сфера пожилых людей.	ПК-7.2
34. Особенности Я-концепции в пожилом возрасте. Принятие изменений в организме и приспособление к ним.	ПК-3.1
35. Типологии личности в пожилом возрасте.	ПК-7.2
36. Основные линии онтогенеза личности в пожилом возрасте (И.Ю. Кулагина).	ПК-3.1
37. Основные линии онтогенеза личности в пожилом возрасте (В.Н. Колюцкий).	ПК-7.2
38. Этапы принятия мысли о скорой смерти с психологической точки зрения.	ПК-1.1
39. Отношения взрослых детей со стареющими родителями.	ПК-7.2
40. Развитие самодостаточности и особенности общения в старости.	ПК-7.2
41. Одиночество в зрелом возрасте и его психологические последствия.	ПК-1.1

42. Особенности психического развития в период поздней взрослости и старости (от 60 и старше)	ПК-7.2
43. Выход на пенсию как кризисная проблема поздней взрослости.	ПК-3.1

**Примерные типовые практические задания проблемного характера
для оценки сформированности компетенций ПК-1.1; ПК-3.1; ПК-7.2
для оценки сформированности компетенций ПК-1.1**

Задача 1. Эгоистичный по своей сути человек научился вызывать благоприятное для себя впечатление у окружающих. *Является ли это умение свидетельством его личностного развития? Пожалуйста, обоснуйте свой ответ.*

Задача 2. Взрослый человек, выполнявший свои трудовые обязанности в соответствии с теми образцами, которые он усвоил при обучении профессии, начал творчески подходить к своей деятельности и значительно увеличил и улучшил ее результативность. *Можно ли судить о развитии этого человека? Пожалуйста, обоснуйте свой ответ.*

Задание 3. Клиент рассказывает психологу о себе: «Пожалуй, основным в моем характере является беспричинная смена периодов разного настроения: то длительное время я себя чувствую очень хорошо, все у меня получается, работа спорится, хорошо сплю; у меня прекрасный аппетит, часто встречаюсь с друзьями, хожу с ними в кино, на танцы, а если же случаются со мной какие либо неприятности, то в этот период переношу их легко. Однако, совершенно непонятным для меня образом настроение портится, чувствую себя в этот период времени больным, унылым, перестаю верить в себя. Иногда появляется страх, что со мной может что-то случиться. От встречающихся трудностей, неприятностей впадаю в уныние. Плохо сплю, просыпаюсь с ощущением разбитости, плохо ем. Мне не хочется встречаться с людьми, их общество раздражает меня. Хочется лежать в постели и забыть обо всем. Я заметил, что такие смены периодов хорошего настроения и плохого чаще всего происходят либо весной, либо осенью».

Определите акцентуацию характера. Дайте психолого-педагогические рекомендации.

для оценки сформированности компетенций ПК-3.1

Задание 4. Клиент рассказывает психологу о себе: «По характеру я человек веселый, открытый, добродушный, однако, малейшая неприятность (перемена погоды, грубое слово, неприязненный взгляд и т.п.) омрачает меня, приводит в глубокое уныние, но ненадолго. Какая-нибудь интересная новость, теплое участие помогают мне обрести прежнее положение духа. В течение дня настроение у меня может неоднократно меняться от самых разнообразных причин. Даже самому не ясно бывает, почему вдруг стало так тоскливо, хотя до этого чувствовал себя хорошо, был весел. Очень внушаем и робок, такой уж у меня характер – немного детский. Слишком нежный. Моим чувствам как-то не особенно верят, считают их поверхностными, хотя это, конечно, не так. Различные, даже мелкие неприятности переношу тяжело».

Определите акцентуацию характера. Дайте психолого-педагогические рекомендации.

Задача 5. Приведите пример (примеры) выдающихся личностей из прошлого и настоящего времени, достигших вершины самореализации в деятельности с достижением выдающихся результатов, оказывающих влияние на прогресс человечества.

Задача 6. Вы психолог в общеобразовательной школе. Учителя часто обращаются с жалобами на эмоциональную нестабильность, утомляемость, плохое самочувствие,

бессонницу, раздражительность. *Охарактеризуйте комплекс диагностических и коррекционных процедур, направленных на оказание психологической помощи педагогам.*

для оценки сформированности компетенций ПК-7.2

Задача 7. В сложившийся женский коллектив пришел сотрудник мужчины, личность которого характеризуется рядом особенностей: завышенная самооценка, стремление доминировать во что бы то ни стало, упрямство, излишняя прямолинейность. Вы – психолог на данной фирме.

Осуществите психологический анализ гендерных личности нового работника и спрогнозируйте его поведение в новом коллективе.

Укажите закономерности межличностного взаимодействия в женском коллективе. Как изменится психологический климат с приходом сотрудника-мужчины?

Задача 8. Вы психолог в крупной фирме. Фирмой 15 лет руководит женщина. За это время руководитель сильно изменилась. По характеру стала властная, бескомпромиссная, эгоистичная. Перестала считаться с интересами сотрудников и подчиненных. В семье стала диктатором. Предъявляет массу необоснованных претензий на особое внимание, из-за чего создалась невыносимая, постоянно конфликтная обстановка.

Прокомментируйте состояние и поведение начальницы с точки зрения гендерной психологии. Укажите профессиональную задачу психолога в данной ситуации. От чего зависит продуктивность ее решения?

Задача 9. Охарактеризуйте комплекс мер по психологической реабилитации женщины 38 лет, получившей психологическую травму в результате развода.

Какие психологические проблемы у данной клиентки вы можете обнаружить по результатам диагностики?

Задача 10. Вы психолог в общеобразовательной школе. Учителя часто обращаются с жалобами на эмоциональную нестабильность, утомляемость, плохое самочувствие, бессонницу, раздражительность. *Охарактеризуйте комплекс диагностических и прочих процедур, направленных на оказание помощи педагогам.*

Примерная тематика учебно-исследовательских реферативных работ для оценки сформированности компетенций ПК-1.1; ПК-3.1; ПК-7.2

для оценки сформированности компетенций ПК-1.1

1. Психологическое сопровождение в период возрастных кризисов взрослости.
2. Сравнительный анализ нормативных кризисов мужчин и женщин.
3. Проблема нормы в поздней взрослости.
4. Эмоциональные переживания в период поздней взрослости.
5. Субъективно переживаемый возраст человека (специфика возрастного самосознания).
6. Современные тенденции социального и психического старения.
7. Когнитивный стиль личности у взрослых с зависимым поведением.
8. Психологические механизмы формирования зависимого поведения в дисфункциональных семьях.
9. Представленность кризисов развития в автобиографической памяти взрослых.
10. Связь профессионального самоопределения молодого человека с особенностями семейной системы оптанта.

для оценки сформированности компетенций ПК-3.1

11. Исследование профессиональных искажений личности.
12. Самооценка умственных способностей у пожилых людей.
13. Специфика межличностных отношений у взрослых людей с высоким уровнем креативности.
14. Особенности общения современной молодежи.
15. Роль эмоционального фактора в решении моральных дилемм взрослого человека.
16. Психосоматическое развитие взрослого человека.
17. Невротизация в онтогенезе: этиология и психотерапия.

для оценки сформированности компетенций ПК-7.2

18. Семейное консультирование как формирование и преодоление кризисов развития взрослого человека.
19. Психическое развитие человека в юности.
20. Нравственное развитие: ценности и мировоззрение в юности.
21. Отношения со сверстниками: дружба и любовь в юношеском возрасте.
22. Условия и механизмы, проводящие к девиациям лиц юношеского возраста
23. Основные направления развития человека в период взрослости.
24. Психологическая характеристика периода старости.

Примерные тестовые задания для оценки сформированности компетенций ПК-1.1; ПК-3.1; ПК-7.2

для оценки сформированности компетенций ПК-1.1

Выберите правильный ответ

1. Стадия развития личности, по Э. Эриксону, охватывающая возраст от 65 лет до смерти, называется зрелостью:
А) ранней; В) поздней; С) итоговой; Д) средней.
2. Положительное качество, связанное с нормальным выходом личности из кризиса интимность - изоляция, называется:
А) мудростью; В) заботой; С) дружбой; Д) любовью.
3. Отрицательные типы, по И.С. Кону, возрастного развития в старости включают следующие моменты: 1) агрессия и недовольство; 2) избегание контактов; 3) ощущение неудачи; 4) одиночество:
А) 1, 2, 3,4; В) 1, 4; С) 1, 3; Д) 2, 3.
4. Наука, изучающая особенности протекания заболеваний в старческом возрасте, называется:
А) гериатрией; В) геронтопсихологией; С) акмеологией; Д) геронтологией.
5. Интервал времени между средним возрастом родителей и детей определяют как:
А) поколение; В) дистанцию; С) когорту; Д) смену.
6. Комплекс изменений в организме, происходящий в течение времени и наиболее заметный в преклонном возрасте - это:
А) дезадаптация; В) изоляция; С) старость; Д) старение.

7. Положительным решением возрастного кризиса на стадии средней зрелости, по Э. Эриксону, является:

- А) интимность; В) эго-интеграция; С) эго-идентичность; Д) продуктивность.

8. Ярко выраженная в период перехода зрелой личности к этапу старения склонность человека к обобщенному восприятию явлений своей жизни способствует: 1) переоценке жизненного пути; 2) восприятию жизни как непрерывного процесса; 3) установлению новых социальных контактов; 4) состоянию фрустрации; 5) развитию рефлексии

- А) 1, 2, 5; В) 2; С) 5,4,3; Д) 1, 2.

9. Динамика умственных возможностей обусловлена возрастом:

- А) демографическим; В) календарным; С) психологическим; Д) функциональным.

для оценки сформированности компетенций ПК-3.1

10. В эмоциональной сфере личности зрелого человека происходят следующие изменения: 1) выработка новых моделей переживания сложных жизненных ситуаций; 2) появление черствости и эмоциональной холодности; 3) появление эмоциональной стабильности:

- А) 2, 3; В) 1, 2, 3; С) 1, 3; Д) 2.

11. Осознание человеком ответственности и стремление к ней, называют ... зрелости:

- А) фактором; В) моделью; С) степенью; Д) признаком.

12. Средство психологической адаптации к условиям окружающей среды называется психической адаптационной:

- А) энергией; В) изоляцией; С) стратегией; Д) моделью.

13. Состояние внутренних систем организма и психическое здоровье личности отражает возраст:

- А) психологический; В) биологический; С) демографический; Д) функциональный.

14. Процент людей данного календарного возраста по отношению к остальному населению региона называют возрастом:

- А) психологическим; В) биологическим; С) функциональным; Д) демографическим.

15. «Кризис середины жизни» заключается в том, что человек: 1) ощущает расхождение между мечтами и реальностью; 2) ощущает возрастные изменения в организме; 3) теряет внешнюю привлекательность; 4) ощущает как мало в жизни сделано:

- А) 1, 2, 3; В) 1,4; С) 1, 2, 3, 4; Д) 2, 3.

для оценки сформированности компетенций ПК-7.2

16. Установите соответствие

- 1. Период зрелости
- 2. Пожилой возраст
- 3. Старость
- 4. Долгожительство

- А) 75-90 лет
Б) 23-25 до 55-65 лет

В) более 90 лет и дольше

Г) 65-75 лет

17. Установите соответствие

1. Инсульт

2. Инфаркт

3. Климакс

4. Обморок

А) это патологическое состояние, которое характеризуется появлением очагов некроза, возникающих по причине нарушения кровообращения

Б) период в жизни биологической особи, характеризующийся инволюцией, угасанием функции половой системы, происходящим в связи с возрастными изменениями

В) острое нарушение мозгового кровообращения, характеризующееся внезапным появлением очаговой и/или общемозговой неврологической симптоматики, которая сохраняется более 24 часов или приводит к смерти больного в более короткий промежуток времени вследствие цереброваскулярной патологии

Г) приступ кратковременной утраты сознания, обусловленный временным нарушением мозгового кровотока

**Типовые вопросы к устному опросу для оценки
сформированности компетенций ПК-1.1; ПК-3.1; ПК-7.2**

для оценки сформированности компетенций ПК-1.1

1. Чем характеризуется юность как стадия жизненного пути?
2. Учебно-профессиональная деятельность как ведущий вид деятельности старшеклассника.
3. Какие когнитивные изменения происходят в юности?
4. Как проходит процесс становления самосознания в юношестве?
5. Какие складываются взаимоотношения с окружающими в юношеском возрасте?
6. Как влияют общение и обособление на формирование личности юноши?
7. Общая характеристика юношества как стадии развития.
8. Особенности психосексуального созревания.
9. Соотношение уровня самооценки и социального статуса в группе сверстников.
10. Динамика отношений с родителями в юности.
11. Какие существуют подходы к классификации возрастов?
12. Как влияет обучение на интеллектуальное развитие взрослых?

для оценки сформированности компетенций ПК-3.1

13. Что такое самореализация человека?
14. Какие психологические особенности характерны для ранней взрослости?
15. Какие изменения в психологии человека происходят в периоде средней взрослости?
16. Общая характеристика юношества как стадии развития.
17. Особенности психосексуального созревания.
18. Соотношение уровня самооценки и социального статуса в группе сверстников.
19. Динамика отношений с родителями в юности.
20. Ведущие институты и агенты социализации взрослого человека.
21. Психофизиологические особенности зрелости.

для оценки сформированности компетенций ПК-7.2

22. Особенности развития когнитивной сферы взрослого человека. Кризис середины жизни.
23. Эмоциональное развитие в период ранней и средней зрелости.
24. Мотивационные установки взрослого человека.
25. Семейно-брачные отношения в период зрелости.
26. Профессиональная деятельность в период зрелости.
27. Профессионализация и развитие личности.
28. Функционирование людей с ограниченными возможностями, в том числе с различными заболеваниями.
29. Характеристика зрелой личности.
30. Проблема создания условий для активной, полноценной жизни в пожилом и преклонном возрасте, необходимости подготовки человека к наступлению старости.
31. Возрастные изменения психических функций в пожилом и старческом возрасте: восприятия, внимания, памяти, мышления, интеллекта.
32. Нарушения высших психических функций в пожилом и старческом возрасте.
33. Особенности эмоционально-волевой сферы пожилых людей.
34. Особенности потребностно-мотивационной сферы пожилых людей.
35. Характерологические особенности и старение.
36. Влияние образа жизни на процесс старения.
37. Организация психологической помощи одиноким людям пожилого возраста.

7. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

а) основная литература:

1. Прокопьева, С. А. Возрастная психология [Электронный ресурс]: учебное пособие / С. А. Прокопьева, А. В. Сперанская ; Федер. служба исполн. наказаний, Вологод. ин-т права и экономики. - Вологда : ВИПЭ ФСИН России, 2018. — 170 с. // ЭБС Znanium.com/: [Электронный ресурс]. – Адрес доступа: [Возрастная психология \(znanium.com\)](http://znanium.com/) .
2. История возрастной психологии [Электронный ресурс] / учебно-методическое пособие / авт.-сост. Т.М. Харламова - 3-е изд., стер. - Москва : ФЛИНТА, 2019. - 39 с.. - [История возрастной психологии \(znanium.com\)](http://znanium.com/).
3. Психология развития и возрастная психология в схемах, таблицах, комментариях [Электронный ресурс] / учебное пособие / О.В. Токарь. — 3-е изд., стер. —Москва : ФЛИНТА, 2019, — 64 с.. - [Психология развития и возрастная психология в схемах, таблицах, комментариях \(znanium.com\)](http://znanium.com/)

б) дополнительная литература:

1. "Психология развития, возрастная психология для студентов вузов [Электронный ресурс] / С. И. Самыгин [и др.]; под общей редакцией Л. И. Щербаковой. - Ростов н/Д: Феникс, 2013. - (Шпаргалки)" - <http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785222212516.html>.
2. Возрастная психология: учеб. пособие / Б.Р. Мандель. — М.: Вузовский учебник: ИНФРА-М, 2017. — 352 с. // ЭБС Znanium.com/: [Электронный ресурс]. – Адрес доступа: <http://znanium.com/bookread2.php?book=891792>.
3. Сорокоумова, Е. А. Возрастная психология: учебное пособие для СПО / Е. А. Сорокоумова. — 2-е изд., испр. и доп. — М.: Издательство Юрайт, 2017. — 227 с. // ЭБС ЮРАЙТ: [Электронный ресурс]. – Адрес доступа: [ВОЗРАСТНАЯ ПСИХОЛОГИЯ 2-е изд., испр. и доп. Учебное пособие для СПО \(urait.ru\)](http://urait.ru/)
4. Хилько, М. Е. Возрастная психология : учебное пособие для СПО / М. Е. Хилько, М. С. Ткачева. — 2-е изд., перераб. и доп. — М.: Издательство Юрайт, 2017. — 202 с. // ЭБС

ЮРАЙТ: [Электронный ресурс]. – Адрес доступа: [ВОЗРАСТНАЯ ПСИХОЛОГИЯ 2-е изд., пер. и доп. Учебное пособие для СПО \(urait.ru\)](http://urait.ru)

в) Программное обеспечение

1. Лицензионное программное обеспечение: Операционная система Windows.
2. Лицензионное программное обеспечение: Microsoft Office.

Интернет-ресурсы:

Название	Гиперссылка
Фундаментальная библиотека Нижегородского Государственного Университета им. Н.И. Лобачевского	http://www.lib.unn.ru/
Электронная библиотечная система "Znanium"	http://znanium.com/
Электронная библиотечная система "Лань"	https://e.lanbook.com/
Электронная библиотечная система «Консультант студента»	http://www.studentlibrary.ru/
Электронная библиотечная система «Юрайт»	http://www.urait.ru/ebs
Подписка Elibrary на коллекцию 129 российских журналов в полнотекстовом электронном виде	http://biblio.tsutmb.ru

Ресурс «Массовые открытые онлайн-курсы Нижегородского университета им. Н.И. Лобачевского» <https://mooc.unn.ru/>

Портал «Современная цифровая образовательная среда Российской Федерации» <https://online.edu.ru/public/promo>

8. Материально-техническое обеспечение дисциплины

Учебные аудитории для проведения занятий семинарского типа, укомплектованные специализированной мебелью и техническими средствами обучения (ноутбук, проектор, экран);

Помещения для групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации;

Помещения для самостоятельной работы обучающихся, оснащённые компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду ННГУ.

Программа дисциплины «**Психология зрелых возрастов**» составлена в соответствии с образовательным стандартом высшего образования – бакалавриат по направлению подготовки 37.03.01 Психология (приказ ННГУ от 17.05.2023 года № 06.49-04-0214/23).

Автор(ы):
к.пс.н., доцент

Патрикеева Э.Г.

Рецензент (ы):
к.пс.н., доцент

Бобылев Е.Л.

Кафедра общей и практической психологии
зав. кафедрой
к.пс.н., доцент

Беганцова И.С.

Председатель МК психолого-педагогического факультета
к.пс.н., доцент

Ганичева И.А.

Программа одобрена на заседании методической комиссии от 24.05.2023 года, протокол № 5

П.6. а) СОГЛАСОВАНО:

Заведующий библиотекой

Федосеева Т.А.